第一图书网, tushu007.com

<<最爱的营养蔬果汁全图解>>

图书基本信息

书名：<<最爱的营养蔬果汁全图解>>

13位ISBN编号：9787506484794

10位ISBN编号：750648479X

出版时间：2012-6

出版时间：中国纺织出版社

作者：陈健 杨红 双福 编著

页数：128

字数：114000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

<<最爱的营养蔬果汁全图解>>

内容概要

《最爱的营养蔬果汁全图解》内容简介：瘦身纤体、排毒养颜、养发明目、清除热毒、和胃健脾、护肝润肺……自制天然蔬果汁，快乐美味好享受！
《最爱的营养蔬果汁全图解》400余幅步骤图，分步详解饮品制作过程；贴心实用的小贴士，营养无极限；健康源于天然！

第一图书网, tushu007.com

<<最爱的营养蔬果汁全图解>>

作者简介

杨红，青岛市海慈医疗集团。
现从事专业：临床营养专业；职务资格：主管技师、副主任技师。
青岛市药膳研究会第二届理事会理事、常务理事、秘书长。

陈健，红叶谷职业技能培训学校校长。
红叶谷职业技能培训学校，是以花式调酒、英式调酒、咖啡、饮料、冰点、西餐、中餐面点为主的多元化专业培训学校，是团中央定立的第一个全国外来务工青年中心、共青团青岛市委青年创业定点培训基地。

第一图书网, tushu007.com

<<最爱的营养蔬果汁全图解>>

书籍目录

Part 1 一日营养蔬果汁，天天享受好生活
蔬果汁制作常用器具介绍
巧招切削蔬果
蔬果制作技巧
蔬果汁饮用注意事项
Part 2 蔬果DIY，让美丽永驻，健康常在
瘦身纤体
苹果西芹柠檬汁
黄瓜水果汁
番茄牛奶蜜
冬瓜苹果蜜汁
黄瓜柠檬果汁
青椒西柚汁
猕猴桃西米减肥汁
番茄芹菜汁
顶呱呱果汁
番茄蔬果汁
丰胸缤纷果汁
番茄优酪乳
美容嫩肤
酸甜菠萝汁
酸甜木瓜蜜汁
黄瓜木瓜柠檬汁
番茄沙田柚汁
青果薄荷美白汁
猕猴桃胡萝卜汁
梨子蜂蜜香柚汁
橘香金笋除斑汁
西瓜蜜桃汁
番茄柠檬汁
苹果橙子黄瓜汁
石榴鲜果汁
润肤橘子汁
猕猴桃薄荷汁
雪梨香蕉生菜汁
胡萝卜美颜汁
排毒养颜
苹果油菜汁
五色蔬果汁
芹菜香蕉汁
西瓜菠菜汁
雪梨莲藕汁
西兰花胡萝卜辣椒汁
苹果香蕉梨汁
香蕉苹果汁

第一图书网, tushu007.com

菠萝西瓜汁
苹果白菜汁
苹果黄瓜汁
番茄橘子汁
西瓜柠檬汁
豆芽黄瓜汁
花生牛奶芝麻汁
养发明目
南瓜牛奶汁
红豆香蕉酸奶汁
香蕉木瓜酸奶汁
猕猴桃甜橙柠檬汁
甜橙酸奶汁
胡萝卜酸奶汁
柠檬酸奶汁
清除热毒 通顺肠道
猕猴桃梨汁
圆白菜蜜瓜汁
清爽橙蜜汁
菠萝果茶汁
甘蔗番茄汁
西瓜香蕉蜜汁
蜂蜜牛奶果汁
黄椒生姜汁
和胃健脾 护肝润肺
木瓜牛奶蜜汁
麦片木瓜奶昔
木瓜哈密瓜汁
哈密瓜酸奶汁
可乐猕猴桃汁
红薯苹果牛奶
芹菜圆白菜汁
姜橘土豆汁
红薯牛奶汁
强肝蔬果汁
菠菜橙汁
防病抗病 增强免疫力
番茄柠檬果汁
胡萝卜苹果橘汁
山药菠萝枸杞汁
桂圆枸杞枣汁
番茄芹菜果汁
胡萝卜梨子汁
莲藕苹果柠檬汁
火龙果降压果汁
橘子姜蜜汁
茄子番茄汁

第一图书网, tushu007.com

综合蔬果汁
芹菜橙汁
调理身体 促进营养吸收
胡萝卜橘子奶昔
鲜葡萄蜜汁
葡萄果醋汁
西瓜番茄汁
橘子芒果汁
茼蒿汁
李子鲜奶汁
香蕉火龙果汁
橙子胡萝卜汁

第一图书网, tushu007.com

<<最爱的营养蔬果汁全图解>>

章节摘录

版权页：插图：

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《最爱的营养蔬果汁全图解》精选营养蔬果汁，营养专家审定推荐。

第一图书网, tushu007.com

<<最爱的营养蔬果汁全图解>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com