

<<自制美味果汁353种>>

图书基本信息

书名：<<自制美味果汁353种>>

13位ISBN编号：9787534931055

10位ISBN编号：7534931053

出版时间：2004-5-1

出版时间：河南科学技术出版社

作者：王先进,川野妙子

页数：190

译者：王先进

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>

## <<自制美味果汁353种>>

### 内容概要

近来，各种添加了维生素、矿物质的软料和营养品日渐受到广大消费者的青睐。不能从饮食中充分得到的营养，通过这类饮品加以补充，似乎已经成为一种潮流。然而我要说的是，与饮用那些人工合成的饮品相比，从天然的材料中摄取营养素更加有益于健康。为了您和家人的健康，为何不自己动手制作果汁呢？

自制果汁有很多优点。

首先，各种水果和蔬菜的颜色、气味各不相同，制作出来的果汁的色、香、味自然各异。其次，饮用果汁可以使水果和蔬菜中的营养直接被身体吸收，饮后使人感觉浑身充满活力。

本书为您提供了自制美味果汁353种，按照本书中的作法，你也可以自制出美味的果汁，赶快行动吧。

本书包括：自制果汁的基本知识，水果汁，蔬果汁，按功能分类的果汁，适合早餐饮用的果汁，适合儿童、老人饮用的果汁等六章。

<<自制美味果汁353种>>

书籍目录

本书的使用方法材料重量表第1章 自制果汁的基本知识自制果汁的五大优点果汁的种类制作美味果汁的诀窍制作果汁的工具及使用方法第2章 水果汁橙子苹果香蕉葡萄柚草莓柠檬猕猴桃菠萝鳄梨番木瓜营养知识讲座（一）第3章 蔬果汁胡萝卜番茄包心菜小松菜西芹甜椒南瓜黄瓜荷兰芹·香芹豆类营养知识讲座（二）第4章 按功能分类的果汁使皮肤光滑消除皮肤疾患使头发富有光泽消除疲劳消除紧张瘦身减肥.....第5章 适合早餐饮用的果汁第6章 适合儿童、老人饮用的果汁似懂非懂的医学知识讲座索引

<<自制美味果汁353种>>

媒体关注与评论

按材料分类, 按功能分类, 适合早餐饮用, 适合儿童、老人饮用。

<<自制美味果汁353种>>

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>