

<<健肤果>>

图书基本信息

书名：<<健肤果>>

13位ISBN编号：9787543934429

10位ISBN编号：7543934426

出版时间：2009-1

出版时间：雷宇 上海科学技术文献出版社 (2009-01出版)

作者：雷宇 编

页数：180

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>

## <<健肤果>>

### 内容概要

《健肤果》教给我们多种以不同种类水果为主料做出不同美颜功效美肤的食物，配有具体详细的做法及其功效，是制作健康美食的好帮手。

果品色、香、味俱佳，除了最突出的美颜美肤功效，还有养生保健作用，是很好的食材。

<<健肤果>>

书籍目录

无花果冰糖无花果蜜饯无花果无花果煮鸡蛋无花果炖猪蹄山楂山楂消食饼蜜饯山楂糕脆皮玛瑙藕夹山  
楂山楂苔干山楂拌菜花白糖拌山楂藕丝山楂烤鸡山楂雪花土豆山楂梨丝山楂炒豆芽山楂鱿鱼卷山楂肉  
干山楂荸荠枇杷枇杷冻豆茸酿枇杷冰糖炖枇杷枇杷银耳百果豆沙枇杷枇杷拌鸡梨子鸭梨萝卜膏雪梨膏  
竹沥梨膏止咳梨膏糖鸭梨冰淇淋糖汁梨饼川贝糯米梨蜜汁鸭梨黄瓜拌梨丝苹果苹果膏苹果酱酿苹果焦  
熘苹果琉璃苹果糖汁苹果莲枣酿苹果葡萄干酿苹果山楂糕熘苹果苹果藕粉枣泥苹果苹果煎饼卷苹果沙  
丁鱼苹果烤猪肉苹果炒肉片草莓奶油草莓冰糖炖草莓草莓蒜酪草莓酱冻草莓果酱草莓冰棍草莓酱炒鸡  
蛋草莓葡萄酒桃子李子杏子樱桃金橘橘子柑子橙子柚子芒果荔枝葡萄猕猴桃石榴柿子西瓜椰子菠萝香  
蕉白果橄榄桂圆红枣梅子

## &lt;&lt;健肤果&gt;&gt;

## 章节摘录

无花果为桑科榕属落叶乔木，又名文仙果、映日果、蜜果、奶浆果、天生子、品仙果、隐花果等。早在公元前3000年左右，地中海沿岸和西南亚的居民就已开始栽培无花果了，古人皆认为无花果是无花而实，其实它是有花而实。

无花果是一种聚花果，所开的小白花很多，但难为肉眼看见，因为这些小白花皆隐藏在肥大的花托内侧，从外表上看只见果实而见不到花，如将未熟的无花果剖开，即可见到花托内侧的若干小花。

有些品种的无花果无需受精即可结果，也有些品种必须由昆虫传播花粉，无花果的花托顶端有一小孔，开花后小孔就会张开来，小虫由此钻进去传播花粉。

从果皮色泽看，无花果有黄、红两种。

购买时，黄种应为淡黄色，红种应为紫褐色。

此外，要求果皮不破不裂，色泽新鲜不萎，果皮上的网纹明显易见，肉质柔软。

甜味不足，并有很浓的生腥味是果实不成熟的表现。

无花果皮薄肉软，极易碰损，应轻拿轻放。

买回来的无花果不能堆放在一起，应在阴凉、干燥处摊开，如一时吃不完，也可放置几天。

<<健肤果>>

编辑推荐

《健肤果》由上海科学技术文献出版社出版。

<<健肤果>>

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>