

<<大众营养糖水>>

图书基本信息

书名：<<大众营养糖水>>

13位ISBN编号：9787806539873

10位ISBN编号：7806539875

出版时间：1970-1

出版时间：广东旅游出版社

作者：范春

页数：105

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>

## <<大众营养糖水>>

### 内容概要

糖水的起源可以追溯到古代王公贵族宴会后吃的一种甜汤，其功能是调和食气，帮助消化。历经千年演进，糖水已经成为中华饮食文化的一个重要组成部分。

《大众营养糖水》分春、夏、秋、冬四季介绍了多种糖水组合，告诉人们不同的季节需饮用不同的糖水，以正确滋补。

## <<大众营养糖水>>

### 作者简介

范春，中医学（针灸学）博士，资深营养顾问，广州中医药大学讲师，广东省劳动和社会保障厅公共营养师职业技能鉴定专家组成员，广东中医药学会音乐治疗委员会委员，世界抗衰老学会会员。近年来，致力于养生抗衰老、调理亚健康等方面的研究，临床当中对于经络美容颇有心得，惯于用生动的语言推广诠释健康的生活方式。

<<大众营养糖水>>

书籍目录

「春」天篇养肝明目类龙杞明目糖水杞子决明糖水桑菊蔓荆茶参葛菟丝粥补血养血类双色豆薯糖水黑木耳红糖水葡萄干桑葚糖水调理气机类竹笋香菇粥温中理气粥佛手姜糖水理血止血类桃仁山楂糖水三七糖豆腐红枣花生糖水「夏」天篇清热解暑类清凉绿豆汤三豆汤蓝莓冰淇淋鲜藕莲子糖水养心安神类参麦圆肉粥双仁养心粥紫红番薯糖水圆肉桑葚糖水红豆沙汤圆糖水.....「秋」天篇「冬」天篇

<<大众营养糖水>>

编辑推荐

资深营养顾问对症调养，50款糖水轻松制作，甜美享受、健康滋味，爱美的女人一定要看！

<<大众营养糖水>>

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>