

<<Aven的美肤餐>>

图书基本信息

书名：<<Aven的美肤餐>>

13位ISBN编号：9787121133749

10位ISBN编号：7121133741

出版时间：2011-6

出版时间：电子工业

作者：Aven

页数：164

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>

<<Aven的美肤餐>>

内容概要

谁也想不到，身为明星们钟爱的造型师，外形帅气阳光的Aven老师做得一手好菜。在本书中，你会看到他玩转厨房的身影，这些可爱而漂亮的菜品，操作起来竟如此简单，更重要的是他始终向我们传达健康、清新的风味和绿色的生活理念！

Aven老师就像有一双魔术手，不论是瘦身色拉、轻松小食，还是风味套餐、窝心甜品；不论是西式风情，还是传统台湾清粥小菜，全部充满创意地亮相！

厨房就是Aven老师的魔法天地，在这个天地里，他讲美食，谈美肤，玩创意，你会爱上他的生活他的人！

<<Aven的美肤餐>>

作者简介

金牛座、O型血，来自台湾的阳光大男孩！

作为艺人钟爱的造型师和美容护肤专家的他，其实还是位美食达人，生活中的Aven，一直倡导“健康饮食生活是美丽的根基”的生活信条，被朋友们美誉为“型男大主厨”。

Aven（吴PEIWEI）是在《康熙来了》、《康熙盛典》主持人蔡康永的御用造型师。

他曾与徐峥、钟欣桐、陈乔恩、明道、欧汉生、傅天颖、李曼君、陈思璇、洗色丽等明星合作。还在KANBO"CHIC

CHOC"、D&G SHOW、FERRAGAMO SHOW、LV SHOW、GUESS SHOW、Levi's SHOW、MIUMIU Match up、VERSACE Match up、PRADA Match up、GIVENCHY Match up等众多SHOW担任造型总监。

时尚健康、嘉人ELLE、风度、VIVI、1626、Milk、城市画报等杂志均刊登过他的作品和报道。

他也是《美丽俏佳人》、《第一时尚》、《越套越开心》、《锋尚之王》等节目的长期嘉宾。

合作电视媒体:

《美丽俏佳人》、湖南卫视、江苏卫视、旅游卫视、星空卫视、MTV频道、CCTV-6、BTV北京卫视、福建东南卫视、云南卫视、新疆卫视、甘肃卫视...

合作网络媒体:

新浪网、搜狐网、网易、腾讯网、凤凰网、ELLE中文网、YOKA时尚网、VOGUE时尚网、嘉人网、优酷网、我友网...

合作杂志:

《ELLE》、《智族GQ》、《时尚先生》、《男人装》、《嘉人美妆》、《昕薇》、《VOCE》、《风尚志》、《精品购物指南》、《1626》、《红秀GRAZIA》、《外滩画报》、《Men's JOKER》、《钱江晚报》、《星库》、《环球生活》、《尚品》、《新生活周刊》、《卓展CHARTER》、《惊喜》...

<<Aven的美肤餐>>

书籍目录

Charpter 1 窈窕新曲线，健康色拉健康瘦

瘦身鲜虾色拉
聪明金枪鱼色拉
比思热色拉
泰式酸辣色拉
缤纷水精灵水果色拉
巧克力雪花
培根黄瓜色拉

Charpter 2 轻松小食

甜心米Pizza
法式熏肉潜水艇
经典三明治
库乐汉堡
培根蔬菜卷
排骨酥拉面

Charpter 3 风味主食提案

滋补麻油鸡
芝士焗大虾
夏威夷猪肋条
普罗旺斯的晚餐
岩烧牛排
奶油干贝烩时蔬
蔬菜咖喱五谷牛肉墨西哥卷

Charpter 4 共享欢乐套餐

韩流烧肉 & 酱辣汤 & 有机蒜香面包 & 新鲜生菜
嫩肤猪排 & 紫菜汤
日式嫩煎三文鱼 & 味噌汤 & 茶碗蒸
黄金炸虾 & 紫菜豆皮汤
正宗台湾卤肉饭
墨西哥辣猪排 & 奶油蘑菇浓汤
美式沙沙意面 & 柠香脆皮炸鸡 & 红酒

Charpter 5 创意爱心便当，巧思生活营养足！

回味鳗鱼便当
引诱蛋包饭便当
激情手握寿司便当

Charpter 6 窝心甜点

约克夏烤布丁
蓝莓之夜
偷心情人
蜜月甜心
巧克力香蕉冰激淋
小心点

Charpter 7 甜蜜蜜甜汤

愉悦蜜红豆汤

<<Aven的美肤餐>>

胶原蛋白美颜汤
美白去白精华汤
排毒瘦身汤
苹果绿茶
Chapter 8 缤纷美肤
养颜美肤木瓜牛奶
美白果汁
保湿豆奶饮
排毒去痘饮
苗条轻盈蔬菜汁
脸红心跳水果汁
酪梨牛奶

<<Aven的美肤餐>>

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>