

<<我的花草小茶馆>>

图书基本信息

书名：<<我的花草小茶馆>>

13位ISBN编号：9787121195105

10位ISBN编号：7121195100

出版时间：2013-3

出版时间：电子工业出版社

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>

## <<我的花草小茶馆>>

### 作者简介

都市农夫，是一位聪颖洒脱、爱生活、爱阅读，居于城市楼宇间的白领女性，在工作之余，她更加注重享受生活。

种菜、培植花草、品茶等都是她多彩生活中的一部分。

从新鲜蔬菜到美丽花卉、宜人香草、健康花草茶，她取得的成绩不胜枚举。

在此，她将自己的生活感悟一一呈现出来，愿和大家一起分享欢乐，并希望每个人都能在繁忙的都市生活中，找到一片属于自己的田园之地，细细品味生活、享受生活。

著有《我家的开心农场——阳台种菜》，《阳台种菜乐陶陶》，《我家的药用小菜园——种出来的健康生活》，《家庭园艺DIY系列：种子变蔬菜——健康芽菜种出来》），《我的蔬菜王国——种菜真的很简单》，《边欣赏边品尝——美化生活的观赏蔬菜》等作品。

## <<我的花草小茶馆>>

### 书籍目录

Part1走进花草茶——建康从现在开始 花草茶，前世今生的故事 选购和保存花草茶很重要 正确冲泡花草茶香味四溢 饮用花草茶时的最佳拍档 花草茶，功效多样益处大 Part2开胃健脾篇——改善你的肠胃环境 陈皮茶 / 14 玫瑰绿茶 / 16 紫花苜蓿茶 / 18 清香开胃茶 / 20 麦芽山楂茶 / 22 迷迭香山楂茶 / 24 健胃茶 / 26 党参黄芪茶 / 28 黄芪蜜茶 / 30 乌梅茶 / 32 山楂乌梅茶 / 34 紫苏梅子茶 / 36 蒲公英甘草茶 / 38 Part3清热解毒篇——让你拥有清凉生活 桑菊茶 / 42 茉莉花茶 / 44 金盏花茶 / 46 荷叶凉茶 / 48 金银花茶 / 50 苦瓜茶 / 52 金银花薄荷茶 / 54 金银花苦瓜茶 / 56 薄荷甘草茶 / 58 薄荷菊花茶 / 60 苦瓜薄荷茶 / 62 枸杞菊花茶 / 64 决明子菊花茶 / 66 茅根茶 / 68 人参花枸杞茶 / 70 柠檬金莲花茶 / 72 乌梅；京茶 / 74 洋甘菊迷迭香茶 / 76 ..... Part4解郁舒压篇——一身轻松任你行 Part5美容养颜篇——喝出美丽和自信 Part6排毒瘦身篇——排除毒素重现窈窕纤体

<<我的花草小茶馆>>

章节摘录

版权页： 插图：

## <<我的花草小茶馆>>

### 编辑推荐

《我的花草小茶馆》由都市农夫编著，浪漫的花草茶与悠久的历史融为一体，最便捷、最经典、最实用的品饮方法囊括其中！

在家筑造自己的小茶馆，让你品尝到时尚、浪漫、经典、美丽的花草茶！

<<我的花草小茶馆>>

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>