

<<明星最爱蔬果汁>>

图书基本信息

书名：<<明星最爱蔬果汁>>

13位ISBN编号：9787506455848

10位ISBN编号：7506455846

出版时间：2009-5

出版时间：中国纺织出版社

作者：李春艳 编著；王平 摄影

页数：127

字数：120000

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>

<<明星最爱蔬果汁>>

内容概要

这是一本专门针对美肤、瘦身与保健的果汁书。

本书以现代女性的需求为出发点，介绍了琳琅满目的各式果汁，教您如何喝出漂亮的皮肤、如何喝出窈窕的身材。

每天一杯健康果汁，让美丽升级、健康加倍。

<<明星最爱蔬果汁>>

书籍目录

容祖儿：番茄番茄我爱你 孙燕姿：活力果汁美肌秘诀 萧蔷：水嫩美人爱果汁 PART 1 自制美人果汁入门
自制美人果汁入门 主要工具 常用材料 选材技巧 饮用要点 自制果汁的基本步骤 自制小窍门
PART 2 果汁美人的制胜秘诀 美白保湿蔬果汁 杏梨汁 香蕉乳果汁 葡萄香橙汁
维C蔬果汁 草莓鲜奶汁 苦瓜青果汁 绿茶柠檬汁 桃百香果汁 橘香胡萝卜汁
枸杞银耳羹 美白草本美人饮 麦冬养颜茶 薏仁美白茶 莲枸桂花茶 双花祛斑茶 美
白贴士 抗皱蔬果汁 芦荟蜂蜜汁 猕猴桃苹果汁 葡萄柠檬汁 木瓜甜奶汁 抗皱草本
美人饮 芦荟茶 草本抗皱茶 生活细节抚平岁月痕迹 美肌按摩 针对易产生皱纹部
位的局部按摩 改善减肥造成的肌肤松弛与下垂 养眼蔬果汁 胡萝卜菜汁 美眼草本美人饮
首乌丹参茶 美眼法则 去痘排毒蔬果汁 蔬菜酸奶露 葡萄柚香芒汁 香柠汁 草
莓香瓜汁 抗痘蔬菜汁 抗痘草本美人饮 金银花抗痘饮 荆芥菊花茶 去痘排毒秘诀
美人课堂：明星的厨房美容秘诀 PART 3 美肌蔬果汁完全攻略 PART 4 从内而外打造健康美人肌附录

<<明星最爱蔬果汁>>

章节摘录

插图：

<<明星最爱蔬果汁>>

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>