

<<就是美白>>

图书基本信息

书名：<<就是美白>>

13位ISBN编号：9787532614394

10位ISBN编号：7532614395

出版时间：2004-1

出版时间：上海辞书出版社

作者：彭日珍

页数：88

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>

<<就是美白>>

内容概要

拥有白皙娇嫩的肌肤是大部分女性共同的梦想，基于这个普遍的社会文化意识，造成大街小巷充斥了各类目不暇的美白防晒保养品。

告诉你一个不容否认的事实：这些美白产品，不论其价位高低、品牌优劣，都只能给你暂时的、表面的白皙。

本书共搜集了58道最具美白肌肤疗效的美味佳肴，从体内环保、净化体质做起，并从保湿嫩白、排毒活肤、防皱润肤三大方向着手，让渴望肌肤白皙的女性轻轻松松地从日常饮食中获得美丽，让肌肤白得自然、彻底，晶莹剔透。

<<就是美白>>

书籍目录

作者序 推荐序 食材介绍 美白食品 美白中药 保湿嫩白膳食 营养主菜 西式鸡肉色拉 拌瓜皮
豌豆泥 凤梨滑鱼片 鲜炒嫩豌豆 椰奶烙鸡翅 焗花菜 内苳茄子 鲜奶泡芦笋
精美点心 乳汁西瓜球 烩水蜜桃 排毒活肤膳食 营养主菜 荷叶蒸河虾 白菜心炒
香菇 鸡汤拌干丝 苦瓜鸡蛋 鸡茸菜花 芹菜香干 糖醋紫甘蓝 金针菇拌贡菜
糖腌番茄 什锦果盅 美白汤品 蔬菜汤 腐竹砂锅 四季萝卜汤 特效饮品 柠檬冰
糖汁 凤梨胡萝卜汁 山楂麦芽饮 番茄奶昔.....抗皱润肤膳食

<<就是美白>>

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>