

<<美人光彩饮>>

图书基本信息

书名：<<美人光彩饮>>

13位ISBN编号：9787535735089

10位ISBN编号：7535735088

出版时间：2002-1

出版时间：湖南科学技术出版社

作者：林秋香 编著

页数：75

字数：58000

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>

<<美人光彩饮>>

内容概要

“ 怡然养生茶飘香，健康美丽看秋香 ”，这不是一句唬人的言词。

看完了这本《美人光彩饮》，相信您应该懂得如何来调理自己的身体。

不管女人、男人，愿在意的就是外表，但涂抹保养品的同时，人们往往忽略了其实从里调养起才是美丽外貌的根本。

如果身体健康状况不好、气血不顺，一大堆的毛病，想要拥有美丽的外表及体态几乎是不可能的。

很多食物与中药材都具有从体内改善身体功能、调养脏腑的功效，饮用一段时间之后，自然会有青春活力及窈窕的身材。

相信这本调养外在美的《美人光彩饮》能帮您从头改造到全身，而且是深层护理，从基层来改造您的身体，让您的人生更健康、更美丽。

<<美人光彩饮>>

作者简介

林秋香，台湾恩承居餐厅负责人；台湾电视节目《欢喜大补贴》的主持人；台湾电视节目《养生御膳坊》的主持人；台湾电视节目《认识中药》的烹调示范师；台湾电视节目《小燕Window》的烹调解说员及示范师；录像带发行日本、新加坡、美国及中国台湾、中国香港等国家和地区，广受

<<美人光彩饮>>

书籍目录

窈窕茶饮 瘦身山楂茶（山楂决明子茶） 轻松瘦身 菊花普洱茶 去脂零负担！
麦芽山楂茶 常保窈窕曲线 山楂乌梅茶 去油解腻有一套 消肿茯苓茶（补气消肿茶） 解除“肿
肿危机” 荷叶神曲茶 向肥胖说“不” 洛神金橘茶 轻松摆平小腹 窈窕利水茶（利水消肿茶）
塑身不麻烦 焕彩茶饮 红花祛斑茶 让您天天好气色 茯苓润肤茶（润肤利水茯苓茶） 给您光彩好
脸蛋 开心活力茶（补元益气茶） 迎向活力明天 祛斑玫瑰茶（解郁祛斑玫瑰茶） 拥有天使脸庞
强筋健骨茶（黄精寄生蛋） 解决腰膝之苦 美发七宝茶 常保乌溜溜秀发 青春不老茶（杞菊地黄茶
） 常葆青春不怕老 强身茯苓茶（参芪茯苓茶） 赶走寒冬病毒 山药芝麻糊 护发有八步 润肺清
燥茶 咳嗽不再来 明眸护眼茶 还您雪亮双眼 水嫩茶饮 好气色茶饮 拥有苹果脸蛋 美肤薏仁茶（
美肤参竹薏仁茶） 喝出红润肤色

<<美人光彩饮>>

章节摘录

插图

<<美人光彩饮>>

媒体关注与评论

书评用药膳茶饮，喝出粉嫩细致的天使肌肤和曲线窈窕的魔鬼身体！

<<美人光彩饮>>

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>