

<<蔬食美人>>

图书基本信息

书名：<<蔬食美人>>

13位ISBN编号：9789575656799

10位ISBN编号：9575656792

出版时间：2005年05月17日

出版时间：臺視文化

作者：李坤昌

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>

## <<蔬食美人>>

### 内容概要

以蔬菜為主，  
一開始先教您製作醬料，  
然後，  
有「美白」作用的蔬菜料理，  
能「瘦身」的蔬菜美食，  
治「失眠」、「便秘」、「經前症候群」、「貧血」的功能性蔬食，  
一共105道菜餚，  
都在本書中教你在家自行調理。

還有營養師幫您注意健康度，是適合夏天的清涼食譜。

<<蔬食美人>>

作者简介

李坤昌

全國大飯店行政副總主廚，應邀在台中高農、明德家商、實踐大學、勞委會職訓局示範教學

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>