

<<糙米茶更有效--吃糙米尚健康II>>

图书基本信息

书名：<<糙米茶更有效--吃糙米尚健康II>>

13位ISBN编号：9789577763976

10位ISBN编号：9577763979

出版时间：2002

出版公司：世茂出版有限公司

作者：李承翰

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>

<<糙米茶更有效--吃糙米尚健康II>>

内容概要

糙米含有豐富的維他命、氨基酸和食物纖維，充分咀嚼可活絡大腦，營養價值比白米高出許多倍，是現代健康生活不可或缺的食品；但最有效的利用方式就是製成糙米茶來飲用，因為這樣不但能吸收到糙米原有的營養成分，更可藉由磨碎、沖泡等方法，讓糙米的功效發揮得淋漓盡致，作法簡單方便，可隨時隨地補充營養，照顧自己的健康。

<<糙米茶更有效--吃糙米尚健康II>>

作者简介

<<糙米茶更有效--吃糙米尚健康II>>

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>