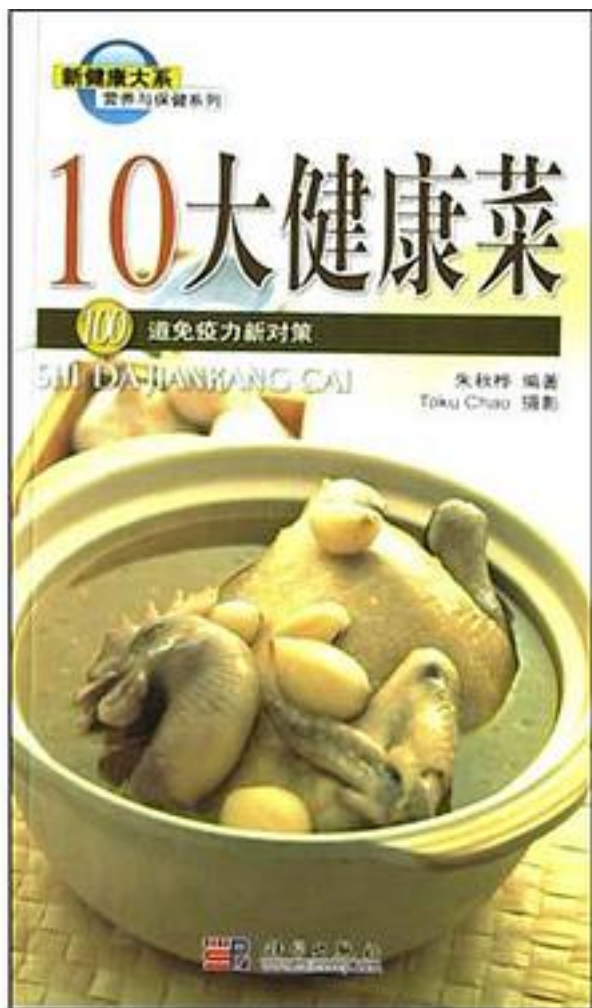


10大健康菜



[10大健康菜_下载链接1](#)

著者:朱秋桦

出版者:科学人文出版分社

出版时间:2004-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787030121899

10种现代人最佳营养食品建议清单，设计出100道让人强身健体，更能让免疫力健全，

感冒，头痛等小毛病绝缘。

是现代人必备的健康 食典。

作者介绍:

目录: 作者序：吃得自然，吃出健康

本书用法

1 番茄

2 菠菜

3 坚果类

4 菜花·西蓝花

5 燕麦

6 鲑鱼

7 蓝莓

8 大蒜

9 绿茶

10 红酒

· · · · · (收起)

[10大健康菜 下载链接1](#)

标签

评论

[10大健康菜 下载链接1](#)

书评

[10大健康菜 下载链接1](#)