

清瘦蔬果汁



[清瘦蔬果汁_下载链接1](#)

著者:蒋馥安

出版者:辽宁科学技术出版社

出版时间:2002-8

装帧:平装(无盘)

isbn:9787538136999

多喝新鲜蔬果汁可以让你常保年轻美丽。书中每一道蔬果汁都是经由专业老师精心调配，一试再试，只为了让你品尝到最甜美的滋味；并提供详尽的工具材料说明，制作健康好喝蔬果汁的秘诀及开店前的筹备工作，除了在家畅饮、招待客人外，也可以作为将来开店的参考依据。本书内容包括：水果篇、蔬果篇、星座篇。

作者介绍:

目录: 本书使用须知
制作蔬果汁的工具材料
Step by Step做出营养好喝的蔬果汁
一 Fruit Juice水果篇
1 [火龙果汁]消暑解渴

2 [柳橙汁]瘦身

.....

二 Vegetable & Fruit Juice蔬果篇

1 [金针菠菜汁]预防感冒

2 [胡萝卜 蔬果汁]预防贫血

.....

三 Constellation Juice星座篇

1 [鸟语花香]白羊座

2 [果香草原]金牛座

.....

四 Open Your Own Shop关于开店，你可以知道更多

1 开店须知

2 商用蔬果汁配方

3 蔬果物语

后记 喝出美丽与窈窕

• • • • • ([收起](#))

[清瘦蔬果汁_下载链接1](#)

标签

食品

评论

[清瘦蔬果汁_下载链接1](#)

书评

[清瘦蔬果汁_下载链接1](#)