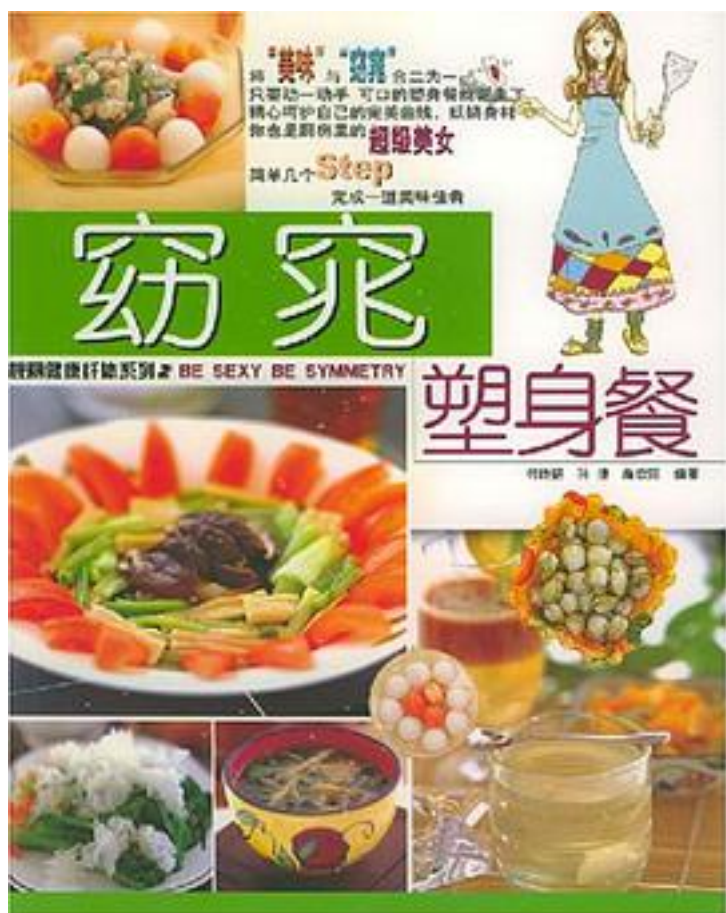


窈窕塑身餐



[窈窕塑身餐_下载链接1](#)

著者:何晓珺

出版者:农村读物出版社

出版时间:2003-1

装帧:简装本

isbn:9787504840806

本书甄选了50道美食的超EASY制作方法，其中除了共、汤煲，还包括多道甜品和饮料，全面打造你的好气色美人形象，并满足味蕾的多样要求。书中更有精美实物照片，营养师的讲解，所有的一切都可一目了然地呈现在你的眼前。

作者介绍:

目录: 菜
红绿相映
凉拌西瓜皮
紫茄沙拉
川冬菜炒苦瓜
怪味茭白毛豆子
蘑菇菜心
豆腐西施
糖醋三丝卷
火爆茄子
藕断丝连
瘦身四色菜
香菜拌豆腐
葱爆猪肝
鲜奶蒸蛋
冬笋里脊丝
蜜橙鱼片
双色珍珠
火鸡翠玉卷
金
· · · · · (收起)

[窈窕塑身餐_下载链接1](#)

标签

评论

[窈窕塑身餐_下载链接1](#)

书评

[窈窕塑身餐_下载链接1](#)