

動手好粥到



[動手好粥到_下载链接1](#)

著者:陶岑

出版者:三意文化

出版时间:2005年06月15日

装帧:

isbn:9789867220127

粥與國人的關係，正如同粥的口感一樣，稠粘綿密，相濡以沫；粥作為傳承已久的食品，在國人中的地位更是無可比擬。正緣於粥如此的廣受歡迎，筆者特搜集諸多熬粥秘方，將養生、排毒、美肌的效用一一囊括，除了帶給讀者以口感的滿足，更能讓身體得到滋養，從而以內養外，活血才能養顏。

作者介绍:

陶岑

畢業於北京醫科大學保健營養學系，擔任私立醫院烹飪指導，奉獻健康飲食，便是此書的寫作目的。

目录:

[動手好粥到 下载链接1](#)

标签

评论

[動手好粥到 下载链接1](#)

书评

[動手好粥到 下载链接1](#)