

# 纖瘦醋



[纖瘦醋\\_下载链接1](#)

著者:徐因

出版者:朱雀文化

出版时间:20030501

装帧:

isbn:9789570309911

喝醋瘦身可以瘦得健康、安全，不帶後遺症。

喝醋健身可以調節身體的酸鹼值，強化免疫力。善用純正好醋來消化體內多餘的脂肪，補充氨基酸，防止細胞病變，美顏抗老化，新陳代謝有活力，不但是我們中國老祖宗遺留下來的保健秘方，更是現代歐美日人健康和美容的聖品。而市售的有機自然醋售價不斐，不妨自己DIY製醋，簡單、環保又省錢。

本書教導讀者利用常見水果蔬菜來製醋，包括蕃茄醋、蘋果醋等22道，並利用各式蔬果醋加上果汁、花茶等，設計出好喝且富變化的健康醋飲及醋料理共70道。

作者介绍:

目录:

[纖瘦醋 下载链接1](#)

标签

评论

---

[纖瘦醋 下载链接1](#)

书评

---

[纖瘦醋 下载链接1](#)