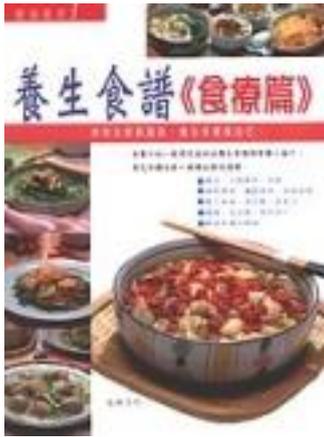


养生食谱《食療篇》



[养生食谱《食療篇》_下载链接1](#)

著者:郭玉梅編

出版者:冠倫

出版时间:20040501

装帧:

isbn:9789578629813

本書針對一般常見的症狀，例如貧血、月經異常、失眠、減肥瘦身、養顏美容、骨質疏鬆等等，提供烹調簡易的養生食譜，不僅食材簡單，也不需經過繁複烹調手續，就能做出一道道美味的養生保健菜餚。最後一個單元是〈家庭常備的熱飲〉，裡面介紹12到老祖母流傳下來的熱飲，當您的家人感冒、經痛或出現一些其他輕微症狀時，便可幫助您或您家人舒緩不舒服的症狀。

作者介绍:

目录:

[养生食谱《食療篇》_下载链接1](#)

标签

评论

[养生食谱《食療篇》_下载链接1](#)

书评

[养生食谱《食療篇》_下载链接1](#)