

# 急瘦！超美！猕猴桃



[急瘦！超美！猕猴桃\\_下载链接1](#)

著者:纤活美人工作室

出版者:科学出版社

出版时间:2005-7

装帧:简装本

isbn:9787030152633

《急瘦!超美!猕猴桃》内容简介：在营养学家的眼中，猕猴桃是一种极富营养价值、最接近自然完美的果实。它可预防癌症和抑制慢性疾病，大量纤维也有促进排便功能，长期食用可预防肥胖。猕猴桃不仅有益健康而且口感佳，对于美颜瘦身会有意想不到的效果。如果您想要水水的脸，想要拥有优质的全身肌肤，那就跟着纤细美人的几个小秘诀

做……

猕猴桃是少数低热量却营养价值很高的水果，所含的纤维有1，3是果胶，每颗猕猴桃中仅有45卡热量，但却有14种营养素。它可预防癌症和抑制慢性疾病，大量纤维也有促进排便功能，长期食用可预防肥胖。猕猴桃不仅有益健康而且口感佳，对于美颜瘦身会有意想不到的效果。

作者介绍:

目录:

[急瘦！超美！猕猴桃\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[急瘦！超美！猕猴桃\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[急瘦！超美！猕猴桃\\_下载链接1](#)