

蔬菜革命



[蔬菜革命 下载链接1](#)

著者:董长军

出版者:上海文化出版社

出版时间:2005-5

装帧:简裝本

isbn:9787806468029

15种普通的蔬菜，经你简便的操作，能得到数十种时尚美容护肤品，美丽你的容颜。40种实用菜谱，将教会你吃出健康，吃出美丽。100项饮食宜忌，是你饮食路上的健康红绿灯。140个民间保健验方，带给你一份惊奇：越容易被忽略的事物，越有其不可缺少的价值！鲜艳美丽的图片，洋溢出生活的甜蜜幸福；细腻深情的笔触，充盈着土味的温馨亲情。一段轻松的阅读，带来的是一场餐桌上的革命，还有一生的健康准则。一份给亲人、给自己送上健康的心，你还会拒绝吗？

作者介绍:

目录:

[蔬菜革命 下载链接1](#)

标签

养生

评论

[蔬菜革命 下载链接1](#)

书评

[蔬菜革命 下载链接1](#)