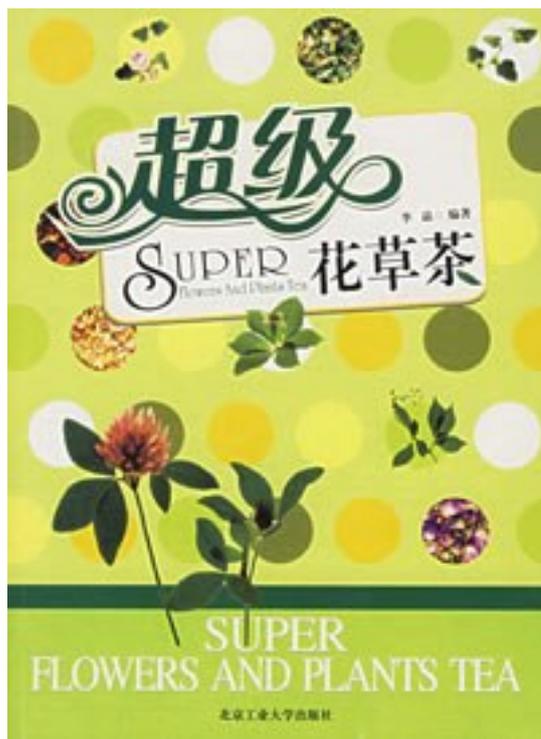


超级花草茶



[超级花草茶 下载链接1](#)

著者:李晶

出版者:北京工业大学出版社

出版时间:2006-5

装帧:简装本

isbn:9787563915699

花草之美，在于可以赏心悦目，更在于娱乐口舌。以花草为茶，借天然之力，改善体质、容颜，是智者的做法。本书从生活出发，为你精心选择了15种最常见、功效最强的花草，破解其流芳千年的奥秘，并针对现代人最容易遇见的健康问题推出简便易行的DIY花草茶冲泡法，让你闻香品茶，远离“亚健康”状态，做现代都市中真正的“绿色一族”！

营养学专家推荐的15种清新淳朴、养颜健身的花草茶，让您拥有精致完美的人生！

现今，都市女性中正悄悄掀起一股“喝”鲜花香草茶美容的时尚热潮。花草之美，在于可以赏心悦目，更在于娱乐口舌。在漫长的文化传承过程中，花草正逐渐从大自然中化身为与人类生活息息相关的“守护天使”，随着人类回归自然的呼声越来越高。古老的药方更日益焕发出新的活力。营养学家认为，常喝花草茶，可调节神经，提高人体免疫力；其中有些花草更可有效淡化皮肤的斑点，延缓皮肤衰老。

以花草为茶，借天然之力，改善体质、容颜，是智者的做法。孕育种子的鲜花和吸收雨露精华的香草，具有柔和而持久的疗效。本书精心选择了15种常见的花草。为你破解其流芳千年的奥秘；并针对现代人最容易遇到的健康问题，推出简便易行的DIY花草茶冲泡法，让你闻香品茶，在享受口舌和视觉盛宴的同时，轻松排解健康“炸弹”，做城市中的“绿色一族”。

你不妨现任就来一杯清新淳朴的花草茶，和缓生活的步调，养颜养心，唤醒身体深处沉睡的美丽精灵！

作者介绍:

目录:

[超级花草茶_下载链接1](#)

标签

花草茶

养生

超级花草茶

花

无言谁会凭栏意

广度

休息

SJ

评论

好看多于实用，因为那些花材根本买不到啊……

花草茶功效多

一本因为颜值高而从减价书摊淘出来的书。没想到豆瓣能找到诶！那是初一还是初二的时候吧，隔三差五请假去医院，跟我妈，火车一坐小半天。那时候哈站地下有很多那种书摊，一块两块就能买本书，在里面翻太过瘾了，尽管有些书到现在也没看。后来医院门口也有卖，15块钱买了一套封面很好看的《红楼梦》，后来住院的时候有天吃饺子把醋弄洒上面了，再后来忘了哪年给大姐拿去了，没再拿回来。后来看的《红楼梦》还是房东大爷送的，还有一本《西游记》，也是到现在没看。

三年内

[超级花草茶_下载链接1](#)

书评

[超级花草茶_下载链接1](#)