

蔬果美颜大全



[蔬果美颜大全 下载链接1](#)

著者:陈潮宗

出版者:汕头大学出版社

出版时间:2006-6

装帧:

isbn:9787810369640

厨房与美容结合的独家方法：五谷杂粮变成美容圣品，豆蛋奶类让人更美丽，连锅碗瓢盆都成了按摩养生的器具，有趣又实用！本书作者陈潮宗是著名的中医师，使用各式天然蔬果食材，或饮、或服、或敷、或按摩，就可让女性朋友们不必上美容院、不必买昂贵的护肤品，就能轻松拥有美丽的肌肤。

贵化妆品，也能美得自然、美得亮丽。

聪明的女人不会错过让自己更美丽的任何细节。娇嫩，仿佛初春的花朵润泽，犹如金秋的果实，蔬果美颜，内调外养神采飞扬，自然美丽。Ling姐常说：“有诸内，形诸外。”由内而外，塑造最真实、最自然的美丽！本书将为您搜罗既方便简单又鲜为人知的纯天然秘方，让失眠、便秘、头痛等烦恼全部远离您，没有病痛和那些说不清的小烦恼，自然气色好，精神爽，明艳光彩更迷人！

作者介绍:

目录:

[蔬果美颜大全 下载链接1](#)

标签

食谱

健康

II . 护肤

评论

[蔬果美颜大全 下载链接1](#)

书评

[蔬果美颜大全 下载链接1](#)