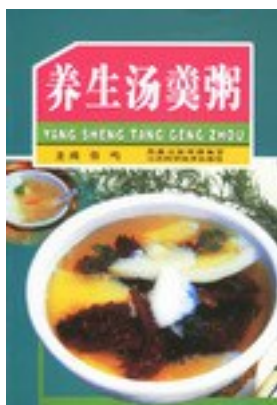


# 养生汤羹粥



[养生汤羹粥 下载链接1](#)

著者:蔡鸣

出版者:江苏科学技术出版社

出版时间:2006-1

装帧:简装本

isbn:9787534551796

汤羹均有维生、养颜、瘦身的功效，而自黄帝“烹谷为粥”几千年来，粥更是早已成为“世间第一补人之物”。常饮常食汤羹粥，有百利而无一害。本书作者将自己多年来制作汤羹粥的经验和诀窍总结提炼、结集付梓，可谓来自实践，普益众生。本书图文结合，分步讲解，简明实用，一学就会，是家庭厨房不可缺少的常备用书。

作者介绍:

目录:

[养生汤羹粥 下载链接1](#)

标签

粥

评论

-----  
[养生汤羹粥\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[养生汤羹粥\\_下载链接1](#)