

# 蔬菜全密码



[蔬菜全密码 下载链接1](#)

著者:姚海扬 主编

出版者:广西科学技术出版社

出版时间:2007-1

装帧:

isbn:9787806668771

本书介绍了50种的蔬菜的健康新煮意、美容小秘方和药用偏方，同时药膳专家针对不同的蔬菜进行保健食疗分析，并由药膳名厨制作精美的菜样，旨在把传统的饮食养生、保健防治与中国饮食文化的完美内涵有机地结合起来，把中医药传统理论和现代营养学有机地结合起来，从而达到“保健从三餐做起，防病从日常中来”的效果。

作者简介:

目录:

[蔬菜全密码\\_下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[蔬菜全密码\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[蔬菜全密码\\_下载链接1](#)