

愈饕餐愈美丽



[愈饕餐愈美丽_下载链接1](#)

著者:水色翡翠

出版者:湖北人民

出版时间:2007-6

装帧:

isbn:9787216049535

爱美的女人，从现在开始，有节制地吃、有准备地吃、有选择地吃，有心地吃，有调养地吃。科学膳食对于女人，如根对于花。有根，年年才有花；无根，只能花开一时。同样，饮食合理，女人才能时时光润，岁岁滋养，否则，女人将如断了根的花，过早地枯萎和凋零。

如果说漂亮是天生的，那么美丽就是后天创造的。有了健康、有了内涵，便有了美丽的气质，温柔如水，美丽如妖。无论可爱也好，妩媚也好，妖冶也好，让我们从胃开始，由内而外，愈吃愈美丽，用美食塑造美丽的你，让美食成就你的美丽人生！

作者介绍:

目录:

[愈饕饕愈美丽_下载链接1](#)

标签

评论

罗列一堆食物的本事，果断给一颗星

[愈饕饕愈美丽_下载链接1](#)

书评

[愈饕饕愈美丽_下载链接1](#)