

男性吃什么



[男性吃什么 下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2010-12

装帧:

isbn:9787543644731

《男性吃什么:关爱男性的15种食物与150道贴心菜》详细讲解了日常生活中15种最常用、最适宜男性食用的食物及其营养成分、养生功效、烹调应用、搭配宜忌, 及以这些食

物为主料烹制的150道家常菜肴。这些菜肴均介绍了详细的制作方法、食用方法及功效，让您既享受到美味，又增加了营养。书中还阐述了男性的生理特点，以及男性保健的饮食调理方法，帮助男性全方位呵护自己的健康。

作者介绍:

目录:

[男性吃什么 下载链接1](#)

标签

评论

[男性吃什么 下载链接1](#)

书评

[男性吃什么 下载链接1](#)