

醋动你的味蕾



[醋动你的味蕾_下载链接1](#)

著者:刘维珍

出版者:

出版时间:2009-8

装帧:

isbn:9787122053329

《醋动你的味蕾:16种花果醋制作大揭秘》讲述了：有效地喝醋，让身体从体内健康起来！

爱上酸甜的滋味，您也可以像我一样尝试将各类水果、香草和药膳一同享受DIY的乐趣！

醋的保健功能广受肯定，喝醋也蔚然成风，口味多元好喝，全可自己制作，早晚喝醋，是我极力推荐及身体力行的；随着健康饮食观念慢慢地不同，似乎“少盐、少油、多醋、多健康”已是一种不变的养生趋势。

我曾经将亲手制作的柠檬醋送给亲戚长辈们，他们当时并不觉得改变饮食及喝醋会有什么不同，但真正开始早晚一杯稀释来喝，响应的效果是请我教他们如何制作及浸泡更多DIY柠檬醋，经由私下询问亲戚，发现喝醋让人精神变好，痛风造成的脚痛减轻，而且肩膀酸痛也有好转，这让我更肯定喝醋的好处。

作者介绍:

目录:

[醋动你的味蕾_下载链接1](#)

标签

美食

评论

[醋动你的味蕾_下载链接1](#)

书评

[醋动你的味蕾_下载链接1](#)