

高血脂吃对吃好更有效



作者：陈伟，陈国军主编

出版社：长春：吉林科学技术出版社

出版日期：2014.10

总页数：280

介绍：本书分不同的章节介绍了如何“减脂”：第一章讲了烹调方法、食材选择；第二章重点介绍了几种对“降脂”有利的几种营养素；第三章推荐了适合血脂异常的人吃的常见食材，荤素搭配；第四章扩展讲了生活中最常见的药食两用的食材对血脂异常的益处；最后一章介绍了关于饮食常见的……

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/14238394.html>) 查找全本阅读方式

高血脂吃对吃好更有效 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14238394.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14238394.html>

书名：高血脂吃对吃好更有效