绿豆的养生智慧



作者: 金彪主编

出版社:长春:吉林科学技术出版社

出版日期: 2010.09

总页数: 159

介绍:本书分为两个部分,第一部分是了解和认识绿豆的食疗保健功效。第二部分介绍了绿豆养生保健食疗方130道,包括饮品、汤品、粥品和其他四类。每一种菜品用详细、简洁的文字及翔实的图片介绍了制法,简单易学,让读者在享受烹调乐趣的同时吃出健康。

说明: 登录教客网(https://www.jiaokey.com/book/detail/96008888.html) 查找全本阅读方式

绿豆的养生智慧 评论地址: https://www.jiaokey.com/book/detail/96008888.html 教客网提供千万本图书阅读地址。 $\verb|https://www.jiaokey.com/book/detail/96008888.html|$

书名:绿豆的养生智慧