

<<健康蔬果汁自制大全>>

图书基本信息

书名：<<健康蔬果汁自制大全>>

13位ISBN编号：9787122037084

10位ISBN编号：7122037088

出版时间：2009-1

出版时间：化学工业出版社

作者：嫣嫣

页数：73

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<健康蔬果汁自制大全>>

### 内容概要

本书针对不同人群的不同体质，请权威的营养专家介绍简单易学的健康蔬果汁制作方法，为读者准备了婴幼儿保健、健康青少年、滋养美体、瘦身减肥、养生颐年、烟民必饮、酒民必饮、“三高”应饮、健康配餐等十大健康类型、口感美妙而又喝着放心的蔬果汁，让读者在享受美味的同时获得健康。本书为每个家庭必备的健康生活宝典。

## &lt;&lt;健康蔬果汁自制大全&gt;&gt;

## 书籍目录

Part 1 儿童保健蔬果汁 胡萝卜山楂汁 调和果菜汁 菜叶汁 番茄果汁 红枣苹果汁 鲜柠檬汁  
 葡萄柚柠檬蜜 抗病毒奶昔 南瓜汁 白萝卜果汁 菠萝油菜汁 猕猴桃橙汁 苹果芹菜汁  
 苹果菠萝生姜汁 鲜杏猕猴桃汁 双瓜汁 洋葱块根芹黄瓜汁 树莓苹果汁 桃柿子汁 Part 2 健康  
 青少年蔬果汁 柑橘卷心菜汁 补充能量奶昔 提神综合果汁 花椰菜汁 南瓜酸奶 芹菜洋葱汁  
 香瓜油菜柠檬汁 胡萝卜草莓汁 苹果菠萝汁 酪梨牛奶 苹果牛奶汁 纯树莓汁 西兰花胡萝  
 卜红椒汁 桃子牛奶汁 鲜奶西瓜汁 草莓柠檬汁 柳橙菠萝汁 菠萝蜜盐汁 紫沙果酿美肤汁  
 仙桃蜜汁 青果薄荷美白汁 橘香除斑汁 胡萝卜养发汁 猕猴桃菠萝汁 Part 3 滋养美体蔬果汁  
 柠檬苹果汁 菠萝芹菜汁 黄瓜酸奶矿物汁 菠萝苦瓜仙女果汁 香菜橙柠汁 强化指甲汁  
 高VC鲜果汁 百香果汁 芒果芦荟优酪乳汁 菠萝苦瓜汁 新西兰黄金猕猴桃汁 猕猴桃薄荷汁  
 胡萝卜美颜汁 柳橙综合果汁 鳄梨牛奶 清凉草莓汁 菠菜芹菜蜜汁 茴香黄瓜汁 大蒜胡萝  
 卜甜菜根汁 番茄黄瓜饮 生木瓜柠檬汁 葡萄柚杨梅汁 卷心菜芹菜苹果汁 木瓜奶饮 Part 4 瘦  
 身减肥蔬果汁 助消化果汁 西瓜菠萝柠檬汁 猕猴桃菠萝苹果汁 密奶饮 番茄菠萝汁 卷心菜  
 汁 樱桃汁 葡萄蜜汁 胡萝卜苹果芹菜汁 甘薯韭葱胡萝卜汁 豆瓣菜苹果汁 番茄酸奶饮  
 鲜奶李子汁 芒果椰子汁 生姜莴苣汁 葡萄柚薄荷柠檬汁 韭菜青椒汁 Part 5 岁恋上蔬果汁 小  
 黄瓜蜜汁 芹菜柚姜味汁 番茄圆白菜苹果汁 青苹果芹菜蜜 伊甸园混合饮 芹菜综合果汁 哈  
 蜜瓜牛奶 青椒青苹果汁 蛋蜜汁 蜂蜜牛奶果汁 木瓜生姜汁 胡萝卜苹果汁 苹果葡萄汁  
 明目蔬菜汁 芹菜胡萝卜奶昔 西瓜桃子汁 青木瓜汁 橙子胡萝卜汁 苹果菠萝生姜汁 Part 6 养  
 生颐年蔬果汁 百宝汁 丝瓜苹果汁 黄瓜葡萄香蕉汁 活血汁 菠萝西瓜菠菜汁 猕猴桃菠萝苹  
 果汁 生菜梨汁 菠菜柳橙汁 菠菜甘蓝汁 苹果莲藕汁 猕猴桃椰汁 鲜杏汁 芒果柚子汁  
 芒果奶汁 柳橙蜜汁 莲藕蔬果汁 Part 7 烟民必饮蔬果汁 芹菜汁果汁 苦瓜胡萝卜汁 南瓜奶饮  
 小黄瓜胡萝卜汁 香蕉芹菜汁 白菜苹果汁 芹菜醋汁 西瓜黄瓜汁 纯芒果汁 芹菜芦笋葡萄  
 汁 复合黄瓜汁 Part 8 酒民必饮蔬果汁 密瓜牛奶汁 小玉西瓜汁 芦荟甜瓜橘子汁 猕猴桃幻境  
 藕汁 葡萄菠萝杏汁 红萝卜苹果芹菜汁 菠菜野菊花水 莲藕甘蔗汁 西红柿柠檬汁 Part 9 健  
 康配餐蔬果汁 杨梅汁 草莓酸奶饮 清凉番茄饮 鲜姜橘子汁 黄椒生姜汁 荸荠奶汁 葡萄  
 芹菜汁 红萝卜苹果汁 苹果小黄瓜柠檬汁 健胃蔬果汁 黄椒生姜胡萝卜汁 鲜榨苦瓜黄瓜汁  
 高丽菜汁 Part 10 “三高”应饮蔬果汁 紫甘甜椒苹果汁 丝瓜水 养发蔬果汁 苹果香瓜汁 苹果  
 牛奶汁 番石榴柠檬汁 自制蔬果汁贴士

## <<健康蔬果汁自制大全>>

### 编辑推荐

清除体内垃圾，帮助毒助养颜，有效防治疾病，增强人体免疫力，打造人体防御系统，增强自我防护，让生命充满活力。

《健康蔬果汁自制大全》为每个家庭必备的健康生活宝典。

<<健康蔬果汁自制大全>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>