

<<炖锅好滋味>>

图书基本信息

书名：<<炖锅好滋味>>

13位ISBN编号：9787806469736

10位ISBN编号：7806469737

出版时间：2006-4

出版时间：上海文化出版社

作者：赵敏,任彦,夏楦

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>

## <<炖锅好滋味>>

### 内容概要

近些年炖锅渐渐成为餐桌上的新宠，本书按照食材的功效分为元气炖锅、药膳炖锅和美人炖锅三大部分。

元气炖锅，主要功效在于进补、抗衰老，主要用料经常会用到乌骨鸡、老鸭、羊肉等滋补餐品，让你品尝美味的同时，补充体能、延缓衰老。

药膳炖锅顾名思义它的用料会用到一些常见的药材，如山药、当归、何首乌等，对于安神养心颇有功效。

而美人炖锅最适合那些想通过膳食来达到美预瘦身效果的爱美女人啦，例如薄荷有瘦身作用，猪蹄可以丰胸，枸杞可美白、润肤。

相信在这本《炖锅好滋味》中，你既可品尝到炖锅美味，又能收到食疗滋补的功效。

<<炖锅好滋味>>

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>