

<<减肥汤>>

图书基本信息

书名：<<减肥汤>>

13位ISBN编号：9787806518885

10位ISBN编号：7806518886

出版时间：2011-1

出版时间：羊城晚报

作者：方圆

页数：95

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>

<<减肥汤>>

内容概要

《减肥汤/日常营养保健靓汤系列》由方圆编著，内容图文并茂、烹饪过程一看就懂！

如果你还在因为减肥而烦恼，经常忙碌的你没有空暇去运动，那么就亲手做一款适合自己的减肥汤吧！

相信能让你在不知不觉中拥有理想的身材。
合理饮食，展现傲人身材。

<<减肥汤>>

作者简介

方圆，著名美食家，熟悉并精通多种菜系的做法。
大学本科毕业，出版过菜品类图书十余种。

<<减肥汤>>

书籍目录

减肥篇

双豆百合猪肉汤
百合熟地鸡蛋汤
香菇木耳淡菜汤
葱头羊肉汤
墨鱼花生排骨汤
黄芪鲫鱼汤
牛腱青红萝卜汤
益母草红枣瘦肉汤
鹿茸淮山乌鸡汤
杜仲牛膝猪手汤
田七金钱响螺汤
茼蒿萝卜汤
芡实老鸭汤
苹果瘦肉生鱼汤
猪肉绿豆白菜汤
十全大补鸡汤
笋干冬瓜海蜇汤
苋菜黄鱼汤
参芪雪蛤汤
淮山芡实甲鱼汤
冬瓜参芪鸡丝汤
黄精山楂淡菜瘦肉汤
白果乌骨鸡汤
虾仁冬瓜海带汤

美容篇

木耳红枣瘦肉汤
火鸭芥菜汤
豆苗大蒜鱼丸汤
红绿豆珧柱瘦肉汤
虾米鸭汤
养血乌发汤
参枣当归牛肉汤
冬瓜海带瘦肉汤
银耳鸽汤
当归羊肉汤
金针瘦肉汤
萝卜羊肉汤
萝卜大蒜牛腩汤
丝瓜猪肝瘦肉汤
黑豆眉豆猪皮汤
玉竹牛肉汤
空心菜排骨汤
养颜猪肝汤
昆布海藻猪舌汤

<<减肥汤>>

灵芝鹌鹑蛋汤
紫菜冬瓜肉片汤
花胶子鸡汤

<<减肥汤>>

编辑推荐

你还为自己的肥胖而烦恼吗？

你还为保持苗条的体型而节食吗？

《减肥汤》将交给你把健康与减肥相结合的办法，教你煲一种神奇的靓汤。

<<减肥汤>>

名人推荐

在很多人的意识里，减肥是件痛苦的事情。

有很多人认为美食与减肥水火不容，本书将告诉你轻松减肥和保持身材的煲汤方法，既健康又易懂，非常好学。

<<减肥汤>>

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>