

<<高麗菜如何吃最健康>>

图书基本信息

书名：<<高麗菜如何吃最健康>>

13位ISBN编号：9789577763877

10位ISBN编号：9577763871

出版时间：2002

出版人：世茂出版有限公司

作者：李承翰

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>

## <<高麗菜如何吃最健康>>

### 内容概要

現代人飲食生活豐富，不知不覺中攝取了過量的膽固醇、油脂、糖類、碳水化合物，加上運動量不足，自然導致血液黏稠，成人病搶著出籠；而要使血液清澈，有一個絕佳的辦法，就是補充缺乏的消化酵素，因為只要消化酵素足夠，就能有效分解脂肪等物質，暢通血路。

發酵高麗菜恰好是豐富消化酵素的來源，做法簡單，效果卓著，是維護健康、克服難病的好伙伴，不妨試試看，你會得到滿意的結果。

<<高麗菜如何吃最健康>>

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>