

<<寒天>>

图书基本信息

书名：<<寒天>>

13位ISBN编号：9789867651846

10位ISBN编号：9867651847

出版时间：联经出版社

作者：日本寒天研究会

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>

<<寒天>>

内容概要

○卡路里又可提供飽足感的寒天，由於它無色無味，能跟任何食材做結合，幫助減肥者自然減少食量，還能補充對身體有益的膳食纖維。
本書特別根據它的獨特性，設計了約50道輕食料理，再結合能加強寒天效果的瘦身運動，使得瘦身者更快速健康的達到減肥目的，是一本兼具健康又有效的塑身實用書！

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>