

《爱上花草茶(全彩)》

书籍信息

版次：5

页数：

字数：

印刷时间：2014年01月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787121219979

丛书名：幸福绘馆

编辑推荐

在崇尚绿色、环保的今天，花草茶已成为人们“回归自然、享受健康”的理念，它带给人们一种不含咖啡因、茶碱的天然草本饮品，也带给人们一种纯净自然的生活方式。人们如此喜爱花草茶，不仅因为它对身体有保健调养的功效，更因为它传递纯真与优雅的浪漫情怀。

内容简介

忙碌紧张的生活给现代女性留下了许多无法排解的烦恼和负担。失眠、皮肤黯淡、浑身酸痛，等等，这些症状预示着身体已经进入亚健康。除了看医生，更多的女性越来越趋向于回归大自然，在自然中找回健康和美丽。本书包含人们从古到今发现的各种有益身心的植物，用绘图的形式教你冲泡60款花草茶。在花草中找回健康，在绘本中体验轻松。

作者简介

良卷文化，这里是一群对生活充满热爱的男女！因为热爱生活，所以热爱书籍。有书籍的生活，才是美丽的生活！“良卷文化”是一个天生为精品书籍而存在的精品组合：有傲娇的男生，有冷艳的御姐，有技术宅，也有文艺小清新，女汉子……每一位都有一双妙笔生花之手：有的写出奇妙美丽的文章，有的画出绚丽可爱的插图，有的则用匠心独运的版式组合出一本本优美的书籍。三年来，我们出版的图书有《幸福绘馆》丛书、《地球每月最美四季》、《去最美的地方，看最美的动物》丛书、《梦幻旅游》丛书、《快乐老年快乐游》丛书等等，销售成绩斐然，得到了越来越多同样热爱生活的年轻人的肯定与追捧。多读读书吧，优美的书籍总是带着阳光的味道，以及人与人之间的温暖。

目录

目录

了解花草茶

花草茶是什么

花草茶的选购 12

茶具与水的选择 33

花草茶储存诀窍

花草茶的最佳拍档

女性特殊时期饮茶宜忌

玫瑰枸杞子茶

玫瑰柠檬草茶

玫瑰茉莉柠檬茶

苹果花玫瑰茶

勿忘我金盏花茶

玫瑰苦瓜茶

美容滋养篇玫瑰枸杞子茶玫瑰柠檬草茶玫瑰茉莉柠檬茶苹果花玫瑰茶勿忘我金盏花茶玫瑰苦瓜茶洋甘菊菩提茶洋甘菊紫罗兰茶芦荟洋甘菊茶芦荟金银花茶芦荟甘草莲子茶月季益母草茶洋甘菊玫瑰茶

舒缓压力篇薄荷甘草茶薄荷洋甘菊茶薄荷菊花茶薰衣草薄荷茶茉莉美肤茶茉莉乌龙茶薰衣草洋甘菊茶薰衣草芦荟茶

驻颜抗衰篇玉蝴蝶桂花茶桂花菩提茶桂花甘草茶千日红雪丽花茶勿忘我百合茶百合玉蝴蝶茶百合款冬花茶金盏花马鞭草茶

女性特别篇月经不调 当归白芍茶月经不调 熟地调经茶乳腺增生 夏枯草茶乳腺增生 天合红枣茶痛经 红花玫瑰茶

[显示全部信息](#)

媒体评论

花草茶健康自然、有益身心，这本书介绍了61道具有不同功效的花草茶，教我们怎样喝更科学、更有效。

在线试读部分章节

花草茶的选购

常见种类

1> 干燥花草茶：这是最常见的花草茶式样，新鲜花草经采摘、干燥后，挑选出适合冲泡的部分，便成了市面上我们看到的天然花草茶了。

2> 花草茶茶包：就是将干燥后的花草制成方便上班族冲泡、享用的袋泡茶形式。这类花草茶大多不是单一的某一种花草，而是将几种花草拼

配后分装，再加以其他香料调制而成。3> 新鲜花草：在某些特定的时节，一些花草茶

店会供应新采摘的花草，如茉莉、金银花、薄荷等。此外，在一些花草茶店、花市中，会有常见的花草种子。选择某花草的种子，自己种植，待到花草长成，便可冲泡新鲜的花草茶。

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)