

《时尚美食馆--给老爸老妈的健康豆浆(附光盘)》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年05月01日

开本：16开

纸张：铜版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787122103482

丛书名：时尚美食馆

内容简介

搭配全自动豆浆机，送给爸妈最贴心的营养礼物!

营养专家精心为中老年量身定制的养生健康豆浆食谱，分为中老年日常保健豆浆、病症保健豆浆和中老年健康五谷浆三大类别，涵盖豆浆、五谷浆制作的方方面面，为中老年

朋友提供全方位、最实用的豆浆美食制作说明。

书中介绍了日常生活中中老年读者可以自己制作的豆浆，简单易学，一看就懂。更针对六种中老年常见的身体体质，推荐适宜的豆浆和豆浆美食，在享受美食的同时。更能保

健、治病。此外，常见豆类的相宜相克、保健养生经验与窍门，都能帮助中老年人树立正确的健康观念，是一本可以使广大中老年朋友受益的家庭实用豆浆使用指导，是送给父

母、长辈最好的豆浆使用指导!

[显示全部信息](#)

目录

Part1 流传千年的养生豆浆

豆浆，孝心创造的奇迹

豆浆，给老爸老妈最需要的营养元素

认清身体状况饮豆浆

豆浆的制作、饮用、保存注意

健康指导：有关中老年豆浆养生的5大疑问

Part2 中老年日常保健豆浆

——每天一杯，轻松保健康

经典原汁豆浆

纯黄豆豆浆

纯绿豆豆浆

纯黑豆豆浆

纯红豆豆浆

五脏补益豆

[显示全部信息](#)

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)