

<<喝汤美人>>

图书基本信息

书名：<<喝汤美人>>

13位ISBN编号：9787801883018

10位ISBN编号：7801883012

出版时间：2004-9-1

出版时间：现代出版社

作者：人生MENU编辑部

页数：199

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>

<<喝汤美人>>

内容概要

这时候，你一定很羡慕肤粉，齿白，轻盈、健康的可爱美人儿。

因为她们几乎不必化妆，即使在疲惫的工作后，仍能散发自信亮泽的光彩。

当然，这些美好的成果，绝少与生俱来，而是靠着大自然的奇妙赐予---食补汤方，以及适当的运动，促进新陈代谢的泡澡等等温柔的对待，本书专访瘦身专家唐安麒老师。

请她调配出适合各种体质的女孩需要的养颜塑身汤粥，让我们在最美味，又不痛苦的情况下，轻轻松松达到美丽又健康的目的。

<<喝汤美人>>

书籍目录

序 推荐序——女人要成就自己的伟大 轻松喝汤，窈窕美丽饮食男女概念篇 这样吃、这样喝，你的身体说OK吗？

史上最强抗氧食物，捍卫你的年轻？

天然健美茶方篇 喝什么？

让你窈窕健康又漂亮！

30天让你变瘦，变美丽！

93种天然健美茶方DIY 喝酒的5大基本常识养颜塑身汤方篇 对症下药，不上妆也能白里透红 宠爱女

人的中医健美汤方健康舒活篇 粉领族绝对成功瘦身日记 泡泡帮你消耗2倍卡路里药材名称与功能篇

常见药材名称功效一览表

<<喝汤美人>>

媒体关注与评论

书评你羡慕白里透红、粉粉嫩嫩的肌肤吗？

你欣赏轻盈窈窕、活力充沛的身型吗？

不要饿肚皮辛苦流汗、更不必花大钱挨刀抽脂，只要喝一碗专家特调汤方，喝汤美人就非你莫属！

想当封面美人儿吗？

如果你自认符合以下任何一个条件： 双腿腿很长很美 咪咪又俏又挺 皮肤很水很嫩 或者对以下任何一个主题有亲身体会： 吃的健康、生活愉快有亲身体会； 美容美体，养颜塑身有一套 一对金童玉女

<<喝汤美人>>

编辑推荐

你羡慕白里透红、粉粉嫩嫩的肌肤吗？

你欣赏轻盈窈窕、活力充沛的身型吗？

不要饿肚皮辛苦流汗、更不必花大钱挨刀抽脂，只要喝一碗专家特调汤方，喝汤美人就非你莫属

！

想当封面美人儿吗？

如果你自认符合以下任何一个条件：

双腿腿很长很美 咪咪又俏又挺

皮肤很水很嫩

或者对以下任何一个主题有亲身体会：

吃的健康、生活愉快有亲身体会；

美容美体，养颜

塑身有一套 一对金童玉女

<<喝汤美人>>

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>