

<<广东糖水DIY>>

图书基本信息

书名：<<广东糖水DIY>>

13位ISBN编号：9787806559086

10位ISBN编号：7806559086

出版时间：2005-6

出版时间：广州出版社

作者：匡丽玉

页数：64

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>

<<广东糖水DIY>>

内容概要

炎炎夏日，常常让人胃口不佳、食欲不振、心烦口渴，长期下来，很容易导致营养不良、体力消退、精神疲倦，最后元气大伤且抵抗力变差。

怎样才能清热防暑、生津消暑，让胃口好一些呢？

这时候应尽量避免容易上火的温热性食物，若选择配合时令的糖水来改善食欲、调节生理机能，还能有效地帮助人体常葆健康状态。

《清热消暑糖水》向各位爱健康的读者推荐了60款消暑糖水。

它从原材料、制作步骤、操作心得、健康指南四方面入手，尽量用简单实用的方式叙述，而且全书图文并茂，集实用性、知识性、观赏性于一体。

只要按照书中所说明的制作步骤，每个人都能轻轻松松地做出一道道卫生、天然、可口、健康、养生的清热糖水，让你在酷夏一季也能有最奢侈的幸福享受。

<<广东糖水DIY>>

书籍目录

金色年华爽 果汁十三姨 果汁香芒露 三色人参果 柑桔皇糖水 腰豆浸提子 木瓜炖柑桔脯 沙拉果汁火龙果 黑加仑炖红李 双桃烩 马蹄什果冻爽 什锦果丹皮 红茶煮水蜜桃啤梨西德蛋爽 黄桃炖素糖脯 沙拉什果冻 红茶白果爽 蜜汁龟苓膏 冰红沙田柚 香芋汁烩金玉 白桃炖金玉 冰花西米露红枣西米爽 丰水梨蒸西米珍奇马蹄爽 橙汁绿豆沙 清新芦荟沙拉 白衣天使爽 山水紧相连 桃李满园 春红日艳阳天 清凉世界 露雪蛤炖椰王 沙拉果冻 盏花参炖大枣 翡翠香之恋 杨梅炖白瓜 绿豆炖人参果 西瓜珍奇爽 无花果炖话梅 忆苦思甜 爽红粉佳人 爽猴摘玉珠 绿色世界 圣女果爽 果酱黄金糕 蓝色汁番司 千岛果汁 冰麻香 湘莲露 橙汁布丁爽 双色年糕 滑沙柚炖草莓 蜜香心太软 密瓜云片糕 雪花西米露 龙眼姜枣糖水 杏仁西瓜爽 火龙凤眼脆 千岛什果烩 金丝枇杷糖水

<<广东糖水DIY>>

章节摘录

插图

<<广东糖水DIY>>

编辑推荐

气候干燥，吃些有滋润作用的糖水，能够去火防燥热，对身体大有裨益；饭后来一碗清润解燥的滋味糖水，芳香四溢，心神都为之一振，不但可令紧绷的神经暂时放松，而且一家人围坐一桌，说说笑笑，可享受到一种久违的亲情。

本书为你介绍了60款既别致又美味的糖水，制法简单易学。

有空不妨根据自己的条件和口味炮制几款饭后或小歇时的糖水小吃，齿颊留香，回味无穷，令你无时无刻不领略其中的妙趣。

另外，要做出完美的清润糖水，清楚地了解原材料，是成功制作的第一步。

本书兼顾此点，在拍摄制作成品的同时，不忘拍下原材料的形状，帮助你认知。

翻开《清润解燥糖水》，不难找到你喜欢的那一页。

对于充满爱心的家庭主妇来讲，一点时间一点心思就能让至亲好友品尝到健康糖水，有什么理由拒绝它呢？

<<广东糖水DIY>>

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>