

居家 小药膳

养颜瘦身

主编 王守国

福建科学技术出版社

养颜瘦身

居家 小药膳

养颜瘦身

主编 王守国

福建科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

居家小药膳·养颜瘦身 / 王守国主编. —福州: 福建科学技术出版社, 2005. 1
ISBN 7-5335-2464-0

I. 居... II. 王... III. ①美容—食物疗法—食谱
②减肥—食物疗法—食谱 IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 101174 号

书 名	居家小药膳·养颜瘦身
主 编	王守国
出版发行	福建科学技术出版社 (福州市东水路 76 号, 邮编 350001)
经 销	各地新华书店
排 版	福建新华印刷厂
印 刷	福建新华印刷厂
开 本	850 毫米×1168 毫米 1/32
印 张	3.875
插 页	8
字 数	83 千字
版 次	2005 年 1 月第 1 版
印 次	2005 年 1 月第 1 次印刷
印 数	1—5 000
书 号	ISBN 7-5335-2464-0/R·531
定 价	12.00 元

书中如有印装质量问题, 可直接向本社调换

0226938

15312101751

山

药萝卜粥



山药



赤豆南瓜粥



赤小豆



番 茄烧鲜鱿



茯 苓



紫苏大米粥



紫苏叶



瓜皮蚕豆粥



枸杞



银

杏炒兰花



何

首乌



麦冬炒菠菜



麦冬



泽泻四季豆



泽泻



菊花煮茄子



菊花



虾

仁炒白菜



百

合



玫

瑰花绿茶



健身降脂茶



山楂



山楂丹参饮



天冬



陈皮竹叶茶



苡仁

