

喝对粥，胜补药



作者：孙树侠编著

出版社：合肥：安徽科学技术出版社

出版日期：2015.02

总页数：135

介绍：本书由中国营养学泰斗中国食物营养与安全专业委员会会长孙树侠教授指导编写，本书主要介绍了日常生活中常见的五谷杂粮的营养成分和功效，介绍了67道营养粥谱，指导大众“因时养生、因人养生、因症食疗和脏腑养生”，通过小小的一碗粥，调养身体。

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/13921485.html>) 查找全本阅读方式

喝对粥，胜补药 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/13921485.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13921485.html>

书名：喝对粥，胜补药