

无毒食物这样选这样吃



称职妈妈

13堂“无毒饮食”爱心生活实践课

无毒食物

这样选这样吃

远离黑心食品
保护一家人的健康

4大技巧
选好食材

独家公开，望闻摸问4方法，
让你一眼分辨食物真伪，
不再花大钱买烂食物！

3餐煮食
吃进健康

用错油炒菜可能会致癌！
吃火锅先煮菜反而会有毒！
跟着无毒专家学煮食就对了！

8大原则
安心外食

还要教你，
外食聚会、夜市吃喝的挑食8大原则，
让你享受美食，同时避开毒食！

4大重点
买对锅具

你知道吗？
用错锅具煮菜，也会吃毒上身！
无毒专家教你挑对锅具，正确烹煮！

主妇联盟防毒博士

著名医师

林碧霞 林青谷 安心推荐



非外借

CS 湖南科学技术出版社

无毒食物生活家
白佩玉 著

作者：白佩玉著

出版社：长沙：湖南科学技术出版社

出版日期：2017.07

总页数：147

说明：登录教客网 (<https://www.jiaokey.com/book/detail/14372523.html>) 查找全本阅读方式

无毒食物这样选这样吃 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14372523.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14372523.html>

书名：无毒食物这样选这样吃