

养生豆浆大全（附食物功效全彩拉页）



[养生豆浆大全（附食物功效全彩拉页）_下载链接1](#)

著者:张晔，左小霞 著

[养生豆浆大全（附食物功效全彩拉页）_下载链接1](#)

标签

评论

印刷质量很好，内容详实，非常实用！

挺好挺好挺好挺好挺好挺好挺好挺好挺好挺好挺好

现在许多人并不满足于天天只喝到一种口味的黄豆豆浆，为此我们特别编纂了本书。全书共分七个部分。分别介绍了黄豆豆浆等经典原味豆浆；带有护心、补肾等保健功效的豆浆；祛病豆浆；适合准妈妈、老年人、脑力工作者等不同人群喝的豆浆；口味、色泽富于新鲜变换的蔬果味豆浆；带有些许芬芳且小资味道的花草豆浆；此外还有用豆浆和豆渣为主料做出的美食，让整粒豆子都有用武之地。另外，本书的附录部分还附赠了经典米糊及果蔬汁的做法。很实用，天天照着书上介绍的做法做豆浆！

不错哦，书买了只看了看，还没有实行

买过一本，妈妈看了觉得很好，就也要一本，等了十多天了才拿到

书不错，正在学习中，帮助很大

不错，有实用价值，。。。。

一直想学一下如何做豆浆，终于有机会了

各种豆浆都有，配合用量，做出来的豆浆很好喝

给妈妈买的，还有人要买呢～

书不错 按照这个做了很多次好喝的豆浆

给妈妈买的，妈妈说还不错，赞一个

没想到质量那么好的

收到咯 自营速度就是快 大概看了一下 感觉还可以

书的质感很好，配图看起来很可口，让人想试着做一下

帮妈妈买的，希望对她的厨艺有帮助

现在流行自制豆浆，这本书里介绍了各式各样的豆浆制作方法，自己制作乐趣多多。既可以满足DIY，又变化多样，的确是生活好助手。原料也极其简单，都是日常生活中常见的食材。自制豆浆，既养胃，又养生。

很好的书，按照书上面的做法做了豆浆，很好喝

是很薄，字有些小

不错的，应该多送几个，老丢

妈妈说不错，挺好的。内容丰富，彩图好

这个是我买的第三本了，给亲戚买的，里面内容很丰富，基本算是豆浆机必备。

真版图书，插图精致，步骤清晰，食材简单

书不错，挺好的，以后还会买

我自己没看，给我妈妈买的，我妈觉得这本书对于豆浆的各种搭配讲得很全面，很受用。

好好的一本豆浆书对自己很有帮助

本人是素食，父母年龄大了，希望养生豆浆对我和家人身体好，里面的彩页很漂亮，讲的也很详细，功效配方一本都有

应该还不错，还没有对照操作，还是按惯性思维操作豆浆的

看了这书也喝了不少豆浆。

很不错的一本书 第一次购买

在电视上看过作者的一些养生节目，觉得还不错，就买了。推荐。

真是很好的书，里面内容很丰富，让我学习了很多粗粮的做法，我觉得是家庭必备的书

！

很好的书，希望能很有帮助。

看着不错，还没来得及试试，买这个挺有用的，就知道什么和什么可以打在一起了

大豆是很好的食品，都浆又是一种集方便、保留大豆营养、去除有害成分、较好口感于一身的实用方法。这本书对做好豆浆和丰富花色都有用。

作者曾在医院工作，看过她的视频讲的很好，终于看到书了。作用功效讲的很详细。

很实用，可以学着做了

很好..物流很快...

很不错的一本书：全彩页质量好，介绍详细、实用，值得拥有.

针对不同需求介绍了不同类型的豆浆，把每种豆浆的功效和禁忌都标注出来，很详细，可以做到对症下药！

评价得积分评价得积分

印刷质量很好，彩图简单易懂，非常实用。

书写的不错，开阔思路，长见识

很不错的书，对自己很有帮助。

非常有用的好书，很喜欢满意。

收到了，很好，是我想要的

帮别人买的，他说不错

按照书中配粮食，吃得放心、吃得健康！

在新华书店看好的，感觉不错，哈平

买书什么的一直在京东买。这本没有以前那个版本的厚，但也够用了的。书的质量挺好的

送给爸妈的，他们很喜欢

还没开始尝试，应该不错

再也不用担心不会搭配豆子，可以做出很好喝的养生豆浆，实用。

老妈有点懒，老不好好看，呵呵。不过挺好的。

天天换新口味！值得学习

很不错的书，也很实用.

very good

不错，之前图书馆借过

书不错，还比书店便宜

帮人家买的，自己打算再买一本。材料都是适合三个人饮用的量

买一本留着以后想起来做些，尝尝鲜。肯定用着着。

不错，看着颜色很有食欲

不错 很喜欢 听过张教授的一个现场讲座 很有感染力

这本书对养生非常有帮助

在学习中，慢慢研究吧！

以前只晓得榨豆浆,有了这本书就可以榨出更多款的豆浆.

说明详细，制作方法容易

很全面，在新华书店看了，在京东订的。。价格很实在啊

挺实用的 就实到货慢了点

比较丰富的内容，值得购买

帮人买的，应该还行

不错,书的质量很好,内容也很丰富,老婆很喜欢.

很全面，彩图显示很清楚，有提示方便选择很好，值得一买。

这个书带给我的是连续15天的早餐品尝各种豆浆组合

挺不错的一本书，豆浆机可以打很多东西

养生豆浆大全（附食物功效全彩拉页）不错

养生豆浆大全（附食物功效全彩拉页）

很好，很实用。以经做过好多款豆浆了非常好。

养生豆浆大全（附食物功效全彩拉页

挺好的。让我家的豆浆机不再闲起了。终于多了点事干。

想喝就喝，还要喝的营养，自己动手，安全卫生

很好的豆浆养生书！相信有帮助！

好。一直信赖京东

全彩页，针对豆浆的做法和功用，还行

在京东商城购买很快捷，性价比较高，质量有保障！

还可以啦，随便看看，可以购买

书里面内容丰富，值得一看！

纸张很好，介绍的很不错！偶尔看看不错！

有图有真相，哈哈 可惜太懒，还没有学着做呢

书还没来得及看，但物流这次很给力，速度很快

比较详细地介绍了豆浆的各种做法。

趁活动买了充实书房书柜的,也是想要买的

真心觉得实用。质量好。还会再来。

很详细，原来豆浆可以做出这么多花样

书质量很好，很多种方法可以慢慢试着喝了。

好书，给老人慢慢参考用

纸张很好 很喜欢 介绍的东西也比较多

非常实用的一本书 还有食物功效介绍

配合豆浆机使用，做各种豆浆和果汁。

期待了好长时间的书，质量还行，妹妹很满意

还行 可以试着喝喝 比较全面的做法

也没见她学做，又浪费了钞票，唉。

很好还可以很好还可以

还不错，很喜欢，以后还会多看，增加乐趣！

以后想喝什么都可以自己搞定了

还不错，试着做了几样……效果还好……

彩页，内容实用，很精美，实用美观两全

送货速度快，包装好，用起来很舒心

内容完整，纸张正，无异味，图片鲜艳。很实用，操作方便。

比例不是太好用,自己摸索就好了

虽然还有些书没看，但总体感觉不错

非常不错哦，简单易懂，内容全面

印刷很精美，讲得也很全，给老妈买的

可以有很多品种的豆浆喝了。

比书店便宜多了，印刷很好，正品

养生豆浆大全很实用，

内容丰富，页面精美，对做豆浆的兴趣越来越浓了。

很好很美很好喝养生豆浆大全…

好书，值得看好书，值得看好书，值得看

正版的，很不错正版的，很不错V

很喜欢质量不错很喜欢质量不错

东西不错。快递速度也很给力！5星

很好呀 我一直以为快递不能到我们学校 结果到了

翻了一下还不错，正版送货快

实用的养生好书，以后多跟着学！

不错，京东信的过 不错，京东信的过

书是正版的，一定能喜欢看。

身体是革命的本钱 吃好最重要

便宜实用，又有彩图，有了它我以后就不用老是想

豆浆食谱，不错，印刷精美

很好的书啊，很实用，妈妈早上都按这个打豆浆

质量真的很不错价钱给力

还没有看完，感觉还不错

养生豆浆大全（附食物功效全彩拉页）很好

很喜欢，一直都想买一本！快递很给力！

书是正版，包装业很仔细

正品，折扣又多，内容很好看

正品，不错的一次购物

非常好！质量也很好！

值得推荐的一本书，宜操作，有指导性。

很不错的，非常值得收藏。

送给朋友的，感觉还好

已经是第二本了 妈妈也要看！妈妈很喜欢

可以每天换换口味，营养又健康还实惠

非常满意非常满意非常满意

很实用，买好几本了！

重内容，重质量！！

非常满意！非常满意！

还没有看，应该还不错

书是正版的，质量不错

各种豆浆啊，亲！真是都想试着做啊

正在拜读 正版图书 质量没问题

这是本好书，值得推荐

很实用的，已经第二次买了，送人很好

很好的书籍，加油。。。。。

很喜欢的书，送货速度快，给力~~

全是彩图版，不错

有多种豆浆的制作方法，很喜欢。

质量很好 价格便宜 送货很快

质量还算不错，价格还算实惠

跟老妈买的，据她反馈不错

值得收藏 价廉物美 推荐

非常实用，养生人士的好帮手

书很好，适合老年人养生。

不错。。。。。。。。

看起来是正版，挺好的

张晔的书每本必买！！

很全，很好，很实用！

内容不错，图文并茂。

简单方便好用！

好书啊 不错的东西

内容不知是什么时候开始知道京东商城的，不知是什么时候开始在京东网买书的。已经买了上千本书了。
不知是什么时候开始喜欢文学的，也不知是什么时候迷上了读小说，反正就是对文学，对作家情有独钟，范文之心得体会:个人读书心得体会。现与大家分享、交流一下我个人的读书经历。
在提倡素质教育的今天，学校、家长对教师要求高，对学生的期望高，而学生又自己却无所谓，在这样的情况下，我们应该怎么做教师？这是我们经常谈论的话题。所以，我来到了京东商城买书，学习。解惑。做一个好老师。感谢京东商城。书很好。

很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢

可以可以可以可以可以可以

还不错！！！！！！ 老婆爱看

[养生豆浆大全（附食物功效全彩拉页）_下载链接1](#)

书评

[养生豆浆大全（附食物功效全彩拉页）_下载链接1](#)