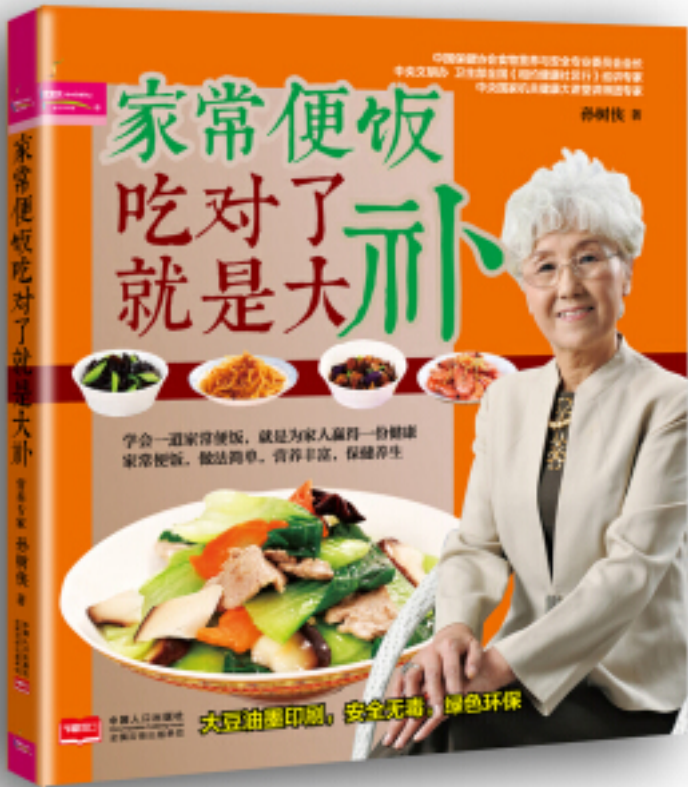


家常便饭吃对了就是大补



[家常便饭吃对了就是大补_下载链接1](#)

著者:孙树侠 著

[家常便饭吃对了就是大补_下载链接1](#)

标签

评论

这本书挺好的，现在流行中医养生，养生书也是五花八门，看了这本书是孙树侠教授写的，值得信赖，书中分店叙述，写的很明了，操作也简便。

不仅有食谱，还有许多食材的解析，这样了解了功效之后还可以自己做一些别的菜。

这本书拿到手里一看，感觉挺上档次的，质量很好，但是书中的内容讲的就是平时吃饭的事，挺实用的

质量非常不错，介绍的内容言简意赅，图画精美，制作简单，很实用

还十月份买的，现在才来评价，平时也会看，凭良心说，书确实不错

通俗易懂，图文并茂，简单食材一学就会。

在京东买的书很靠谱，书的质量很好，很精致，内容不错

里面的图书是彩色的，讲了很多饮食功效，很实用

原来食材有这么多功效呢，古人真是：大智慧啊!

真的是一本比较专业也比较贴近生活的养生书

婆婆原来看过这个老师的节目，买给她看看

书的质量很好，是正版，印刷也很精美

书籍的质量不错，很多养生食谱

不错，贴近生活、、、、

满意满意满意 很满意

讲解详细 操作简单 分类明了

内容挺丰富、、、、、、

很好

过去的人不用吃什么，也很健康，现在的人越吃越好，结果病却越来越多，看看看看这本书定定心，多吃点家常饭

[家常便饭吃对了就是大补_下载链接1](#)

书评

[家常便饭吃对了就是大补_下载链接1](#)