

原味食悟：从口欲到食育，给孩子的健康多元烹饪法



[原味食悟：从口欲到食育，给孩子的健康多元烹饪法](#) [下载链接1](#)

著者:邱佩玲 著，邱佩玲 译

[原味食悟：从口欲到食育，给孩子的健康多元烹饪法](#) [下载链接1](#)

标签

评论

没意思，不好看。就这样吧。不说了。

经济实惠，物流速度很快，整体不错

没仔细阅读呢，觉得还不错，有活动，囤货

很实用。有价值的书。

喜欢这一本书的原因有二：其一，对娃的喂养一直是一家人头等大事，怕不肯吃，怕不爱吃，怕吃得营养不全面，怕吃进太多垃圾的不健康的元素。读了这一本才发现，原来我们的出发点不对方法不对所以结果也不对。听了作者的“食育”观点恍然大悟，我们不可能一辈子帮孩子把关，只有培养他们自己的“择食”能力才是王道。其二，这本书的食谱部分并不是单单为孩子准备的，而是全家皆适用哦，不仅搞定了娃娃的辅食难题，还能全家共享，一次性解决全家人的餐食，再配合书里厨事笔记的关键提醒，省时省力，大赞。

[原味食悟：从口欲到食育，给孩子的健康多元烹饪法](#) [下载链接1](#)

书评

[原味食悟：从口欲到食育，给孩子的健康多元烹饪法](#) [下载链接1](#)