## 

健康

浣滆

鍙戝竷浜庯細2008/04/02 11:54

## 刘嘉玲的护肤靓汤

汤料:蕃茄六两、猪肝四两、姜一片、芫茜少许。

腌料:姜汁半匙、酒半匙、油半匙、太白粉半匙、酱油一匙。

## 方法:

- 1、蕃茄洗净切片。
- 2、猪肝洗净切薄片,加入腌料腌十分钟。
- 3、将锅烧热後,下油半匙爆香蕃茄及姜片,加适量水滚十五分钟,放入猪肝煲煮,下调味料拌匀,放上芫茜。

刘嘉玲偏爱蔬菜瓜果美容。这些天然植物含有大自然里的芬芳,美容护肤特别好。

刘嘉玲说:"蔬菜瓜果美容方便极了,你只需要一个水果盘,各种水果,一把水果刀,一个搅拌器就可以了。"

当你把这些天然美容品调好后,应立刻使用,敷在皮肤上,因为新鲜水果所含的营养素暴露于空气中会很快失去作用。