

いちばんわかりやすいハーブティー大事典

「著作権保護コンテンツ」  
いちばんわかりやすい  
**ハーブティー**  
**大事典**

監修 榊田千佳子 渡辺肇子



●157種の和洋さまざまなハーブを解説!

●ハーブティーを使った症状別ブレンド法、  
料理、ケア・アイテム、ティーに  
最適なハーブの栽培法を紹介!



基本を知って、  
日々の暮らしを楽しく、健康に……



「著作権保護コンテンツ」

ナツメ社

出版: ナツメ社

ページ: 223

PDF

