标题：可以常喝这碗美白汤~

开头：一碗汤让你告别粉底，自然白，很多女性朋友呢，天天擦粉美白，不如来一碗自己制作的美白汤，解决皮肤暗沉，浮肿，皮肤干燥瘙痒等问题很简单，准备两样材料:

正文：鲜牛奶和薏仁粉，鲜牛奶煮沸之后加入5~10克薏米粉，大概一勺，搅拌之后就可以喝了，坚持一段时间让你由内而外的健康自然白。

结尾：如果你觉得实用，来个赞吧