标题：多吃宵夜，越吃越漂亮，我真的飘了！

开头：很多女性朋友晚上都有吃宵夜和甜品的习惯，那晚上吃这些东西，不仅不会发胖，而且越吃越漂亮，是什么呢？

正文：1香蕉 他可以瘦身、安神、淡斑、消痘印。

2红酒 可以瘦身、安神、净化血管、抗衰老。

3酸奶 可以清肠、嫩肤。

4火龙果 可以减肥、降血糖、抗衰老。

5蜂蜜 可以润肠、排毒、润肺嫩肤、改善睡眠。

6番茄 可以抗氧化、延缓衰老。

结尾：你记住了吗？好了，我是xx，有肌肤问题可以问我，你问我答有问必答。谢谢您，点个小心心！