

<<佛缘素食>>

图书基本信息

书名：<<佛缘素食>>

13位ISBN编号：9787200075823

10位ISBN编号：7200075825

出版时间：2009-1

出版时间：北京出版社

作者：方雄伟

页数：133

字数：60000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<佛缘素食>>

### 内容概要

素食是一种饮食文化，实践这种饮食文化的人被称为素食主义者。

尽管世界各国或不同文化下的素食主义表象有所不同，但素食者的实践基本上都体现了回归自然、回归健康和保护地球生态环境的返璞归真的文化理念。

吃素，除了能获得天然纯净的均衡营养外，还能体验到摆脱都市喧嚣和欲望的愉悦。

悄然传播的素食文化，使得素食越来越成为一个全球时尚的标签。

本书主要向你介绍了佛家与素食的渊源，佛门名蔬及菜例，佛门名菜，佛门主食，素食与健康等有关内容。

## &lt;&lt;佛缘素食&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 佛家与素食 素食概说 素食的佛缘 佛家食俗第二章 佛门名蔬及菜例 竹笋 春笋冬菇汤 扒双冬 白萝卜 红烧萝卜 双色萝卜球 蕨菜 蕨菜黄瓜丝 凉拌粉蕨 莲藕 姜拌藕 甜辣藕丁 藕香芹菜 糖醋藕片 土豆 酸辣土豆丝 香辣土豆块 山药 山药粉粥 拔丝山药 莴笋 酸甜莴笋 菠萝莴笋 茭白 红油茭白 酱烧茭白 菱白黄瓜第三章 佛门名菜 开花献佛 十八罗汉 挂霜豆腐 魔芋豆腐 达摩豆腐 香脆三丝 四神斋素鸡 白菜素鸭 五更素鱼 百页素肉卷 黑木耳素海参 香菇素鸽蛋 上汤白灵菇 香菇配西兰花 宫保海味卷 广种福田 龙眼糖枣汤第四章 佛门主食 雪笋素肉面 三菇面 素牛肉面 素羹面 金银饭 红豆杂粮饭 糙米南瓜饭 什锦菜饭 红枣芝麻粥第五章 佛门茶点 藕丝糕 香蕉粉糕 碧螺腰果 绿叶寿桃 锅巴山楂饼 核桃酪 红薯补气羹 马蹄糕 双色蒸卷第六章 素食与健康 保健素食 酱焖四季豆 白果冬瓜粥 凉拌魔芋丝 鲜蘑炒腐竹 清炒胡萝卜 红焖冬瓜泥 佛手柑粥 苦瓜焖豆豉 西红柿熘豆腐 口蘑香菇粥 枸杞豆腐 龙眼莲子粥 桑白皮大米粥 蜜糖南瓜盅 五色炒玉米 冰糖五色粥 竹叶粥 家常豆腐汤 核桃桑葚子粥 龙眼酸枣仁饮 茯苓红枣山药粥 桂圆莲子百合粥 黑豆活血粥 卷心荷叶饮 杞叶菊花苡仁粥 饴糖白萝卜汁 灯芯饮 银耳蜜羹 莲子龙目良汤 芦根竹沥粥 赤桃归苓粥 四彩汤 桃仁山楂荷叶粥 素食疗法 感冒 芦荟梨粥 苹果芦荟汤 失眠 金针贡菜忘忧汤 小麦生地百合粥 便秘 黑芝麻山药粥 蘸汁空心菜 高血压 玉米须利尿降压汤 芹菜拌腐竹 糖尿病 素酿南瓜 瓜皮赤小豆汤 胃病 佛手菠萝健胃汤 山药糯米粥 心血管病 花生山药粥 花生菠菜粥 抑郁 糯米大枣粥第七章 寺院素斋简介 北京潭柘寺素斋 上海玉佛寺素斋 上海静安寺素斋 山西五台山素斋 厦门南普陀寺素斋 海南南山寺素斋 湖北五祖寺素斋

<<佛缘素食>>

章节摘录

插图：

<<佛缘素食>>

编辑推荐

《佛缘素食》由北京出版社出版。  
素食能给人带来一种沉静、韧性的生活态度食素可提高智慧，增长慈悲；可强身健体，延年益寿。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>