

<<干鲜果品营养菜谱与食疗方>>

图书基本信息

书名：<<干鲜果品营养菜谱与食疗方>>

13位ISBN编号：9787501925452

10位ISBN编号：7501925453

出版时间：2000-2

出版时间：中国轻工业出版社

作者：王芸，李星 主编

页数：379

字数：278000

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>

<<干鲜果品营养菜谱与食疗方>>

内容概要

本书不是介绍干鲜果品的一般吃法，而是从另外的两个方面介绍干鲜果品的食用，以求加强干鲜果品的营养保健和防病祛病的功效。

干鲜果品既是佳果、鲜菜，也是良药，本书主要是讲果品的菜用和药用。

本书对33种干鲜果品营养保健价值作了简要介绍，并列举菜谱450个，食疗方233个，对菜谱和食疗方的原料选配、加工制作以及特点功效和作了详细介绍。

很有实用价值，是一本科学性很强的菜谱书。

<<干鲜果品营养菜谱与食疗方>>

书籍目录

一、苹果 (一) 营养价值 (二) 菜谱 1. 苹果焖牛腩 2. 苹果豆腐 3. 拔丝苹果 4. 四喜苹果 5. 八宝苹果 6. 酿什锦苹果 7. 扒苹果 8. 拔丝豆沙苹果 9. 奶油苹果 10. 苹果鸽蛋 11. 腌苹果 12. 苹果煎牛排 13. 蜜汁苹果 14. 茄汁苹果 15. 苹果酱 16. 酥炸苹果环 17. 杏仁苹果 18. 苹果焖猪肉 19. 葱头苹果焖锤 20. 牛肉蓉酿苹果 21. 苹果黄瓜沙拉子 22. 苹果橙子焖黄着 23. 夹心苹果蛋 24. 奶油苹果排 25. 白玉苹果瘦肉汤 (三) 保健价值 (四) 食疗方 1. 苹果泥治腹泻 2. 苹果治大便干结 3. 苹果汤治反胃 4. 苹果巴豆治支气管炎 5. 苹果汁治高血压 6. 苹果皮大米治呕吐 7. 苹果泥治消化不良 8. 苹果治烦热口渴二、梨 (一) 营养价值 (二) 菜谱 (三) 保健价值 (四) 食疗方三、桃子 (一) 营养价值 (二) 菜谱 (三) 保健价值 (四) 食疗方四、樱桃 (一) 营养价值 (二) 菜谱 (三) 保健价值 (四) 食疗方五、草莓 (一) 营养价值 (二) 菜谱 (三) 保健价值 (四) 食疗方六、梅子 (一) 营养价值 (二) 菜谱 (三) 保健价值 (四) 食疗方七、红枣八、芒果九、枇杷十、菠萝十一、香蕉十二、荔枝十三、龙眼十四、橘子十五、金橘十六、甜橙十七、柠檬十八、椰子十九、葡萄二十、猕猴桃二十一、大枣二十二、西瓜二十三、哈密瓜二十四、番木瓜二十五、银杏二十六、荸荠二十七、菱角二十八、核桃二十九、栗子三十、莲子三十一、松子三十二、杏仁三十三、腰果

<<干鲜果品营养菜谱与食疗方>>

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>