

<<补肾食谱>>

图书基本信息

书名：<<补肾食谱>>

13位ISBN编号：9787501940790

10位ISBN编号：7501940797

出版时间：2003-09-01

出版时间：中国轻工业出版社

作者：王其胜

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>

<<补肾食谱>>

内容概要

四神养心酒--材料：枸杞60克，黄精15克，龙眼肉15克，白术15克，精白酒1000克。

作法：1、将以上四味药材研成细末。

2、将药末用纱布包好，扎紧。

3、纱布包放入酒坛，密封20天，期间要不时晃动。

饮用：每日早、午、晚各饮用一次，每次5 - 10毫升。

食疗作用：补养肝肾，益心养脾。

特别提示：白术和黄精为补气类药，枸杞和龙眼为补血类药，二类合一则可以健脾益胃，燥湿和中，滋阴补血，益精明目。

<<补肾食谱>>

书籍目录

一、补肾药膳

什锦哈什蚂油
淮山水晶虾
杜仲炖鹿肉
枸札蒸滑鸡
花仁枸杞炒蛋丁
枸杞肉丝
陈皮乳鸽松
西芹百合双脆
白果燕菜汤
松果枸杞虾球
虫草红枣炖甲鱼
寿星虾球
枸杞桃仁炒猪腰
沙参炖鱼翅
淮山汤圆
南瓜蒸百合
芡实莲蓉包

<<补肾食谱>>

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>