

<<夏季养生汤>>

图书基本信息

书名：<<夏季养生汤>>

13位ISBN编号：9787501943753

10位ISBN编号：7501943753

出版时间：2004-7

出版时间：中国轻工业出版社

作者：赵子余

页数：111

字数：80000

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>

<<夏季养生汤>>

内容概要

丝瓜木耳汤 原料 丝瓜300克，水发木耳50克 调料 盐4克，味精1克，胡椒粉1克。

做法 1 将丝瓜去蒂，刮洗干净，对剖两半切片。

2 将木耳去蒂淘洗干净，撕成片状。

3 锅中加入清水1000克，烧开后，放入丝瓜，盐，胡椒粉，丝瓜断生时，下木耳略煮片刻，放味精搅匀，盛入汤盆中即成。

特点功效： 味甘性平，微寒，无毒，有祛风湿，通经络，清热利咽，化痰止咳，凉血解毒等功效。

<<夏季养生汤>>

书籍目录

夏季饮食养生 夏季气候与饮食 夏季汤品与制作 夏季养生汤谱 蔬菜类 苦瓜 苦瓜牛肉汤 苦瓜肉丝汤
丝瓜 丝瓜肉片汤 丝瓜木耳汤 藕 鲜藕肉片汤 藕片香菇汤 番茄 番茄木耳汤 番茄肉片汤 冬瓜
冬瓜火腿汤 冬瓜香菇汤 莴笋 莴笋肉丸汤 鲜浆莴笋汤 黄瓜 黄瓜木耳汤 三鲜黄瓜汤 萝卜 萝卜
海米汤 萝卜甜梨汤 荸荠 荸荠海蜇汤 荸荠肉丝汤 菠菜 菠菜牛骨汤 菠菜银耳汤 茭白 冬菇茭白
汤 蝴蝶茭白汤 海带 海带肉丝汤 海带冬瓜汤 百合 百合莲花汤 百合花生汤 南瓜 甜椒南瓜汤
南瓜绿豆汤 紫菜 五色紫菜汤 紫菜萝卜汤 食用菌类 畜肉类 禽蛋类 海鲜类

<<夏季养生汤>>

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>