

<<糖尿病调理药膳>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病调理药膳>>

13位ISBN编号：9787504848048

10位ISBN编号：7504848042

出版时间：2006-1

出版时间：农村读物出版社

作者：三意文化公司

页数：47

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>

<<糖尿病调理药膳>>

内容概要

饮食是生命延续的必要，是健康长寿的保证，“安谷则昌，绝谷则危”，只有足食，才能乐业。饮食不仅维系着个体的生命，而且关系到种族的延续，国家的昌盛，社会的繁荣、人类的文明。本书为“美食新视窗”中的一本，以通俗的文字介绍了数十款美味可口的有助于糖尿病治疗的常见药膳，教您通过简单食材的巧妙搭配，制作出营养可口的食疗小吃。该书按菜肴功效分类，易于读者对“症”做菜。全书图文并茂，图片精美绝伦，为您提供了更直观的参考借鉴，使操作更简单，是广大糖尿病患者的有益参考。

<<糖尿病调理药膳>>

书籍目录

低热素菜 酱汁萝卜 双菇豆腐煲 蒜泥茄子 荸荠豆腐 醋溜紫甘蓝 鲜拌三丝 桃香韭菜 清淡西瓜皮 炒素什锦 银芽贡菜 油焖茄子低糖荤食 瘦肉菜心包 黄金小排 墨鱼鸡块 虾仁豆腐羹 洋葱猪肝 鲜鲑鱼片 蔬菜鸡肉丸 糖醋丸子 牛肉卷 酱肉豌豆 干贝炒猪腰清血靛汤 紫菜虾味汤 番茄排骨汤 丝瓜鸡汤 罗宋汤 双色式花菜汤 蛤蜊冬瓜汤 海鲜蛤蜊汤 鲈鱼汤 冬菇豆腐煲 冬瓜鸡汤 腐皮豆苗汤无糖主餐 刀豆香菇炒饭 咖喱洋葱炒饭 葱姜牛肉饭 海味粥 枸杞粥降脂饮品 糯米红茶 凉味绿茶 豆豆莲子饮 枸杞菊花茶 白果清热饮

<<糖尿病调理药膳>>

章节摘录

书摘酱汁萝卜材料 白萝卜100克，海带10克，酱油、辣椒粉、淀粉各适量。

做法 1.白萝卜去皮切块；海带洗净，加水200毫升一起放入锅中煮至汤汁收干。

2.酱油、辣椒粉加小匙冷水拌匀，以小火煮开后，用淀粉勾芡成酱汁。

3.食用时，将酱汁淋在萝卜和海带上即可。

功效 化痰、顺气、止咳、消滞，能有效促进新陈代谢，降低血糖和血脂。

中医师的话 白萝卜具有化痰、顺气、止咳、消滞等功效。

西医师的话 白萝卜所含的糖分极少，能有效促进新陈代谢，降低血糖和血脂，与海带合食，是一道营养价值相当高的菜肴。

P4插图

<<糖尿病调理药膳>>

编辑推荐

饮食是生命延续的必要，是健康长寿的保证，“安谷则昌，绝谷则危”，只有足食，才能乐业。饮食不仅维系着个体的生命，而且关系到种族的延续，国家的昌盛，社会的繁荣、人类的文明。本书为“美食新视窗”中的一本，以通俗的文字介绍了数十款美味可口的有助于糖尿病治疗的常见药膳，教您通过简单食材的巧妙搭配，制作出营养可口的食疗小吃。该书按菜肴功效分类，易于读者对“症”做菜。全书图文并茂，图片精美绝伦，为您提供了更直观的参考借鉴，使操作更简单，是广大糖尿病患者的有益参考。

<<糖尿病调理药膳>>

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>