

<<心脏病食疗菜>>

图书基本信息

书名：<<心脏病食疗菜>>

13位ISBN编号：9787506739979

10位ISBN编号：7506739976

出版时间：2009-1

出版时间：中国医药科技出版社

作者：吴杰 主编

页数：60

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>

<<心脏病食疗菜>>

前言

心脏是人体的重要器官之一，它的功能是将静脉回流血液输送至肺，经气体交换后。变成动脉血，再经左心室输送至动脉系统，以维持正常的血液循环，保证机体代谢的正常进行。心脏病的病因主要是动脉硬化等，是由于血液中的脂类物质渐渐沉积在心脏动脉内壁，使之变硬、弹性降低、管腔变窄，造成血流减慢，导致动脉粥样硬化的一种疾病。

严重威胁着患者的健康。

随着社会的发展和人民群众生活水平的提高，人们因一日三餐中的“口福”而长期摄入高饱和脂肪和高胆固醇食物。

胆固醇高是引起动脉粥样硬化病变的重要因素；饱和脂肪酸可增加血小板的活性和血栓形成倾向，从而加速动脉粥样硬化进程，最终导致心脏病的发生。

可见，不合理的膳食调配是引起动脉硬化病变的重要因素之一。

中国的食疗、食补文化，是世界食文化中最辉煌的一页。

中医讲究药、食同源，这是一种回归自然的自然疗法，将治病寓于日常的饮食之中，在科学合理的膳食结构中吃掉疾病、吃出健康、吃出长寿！

为了让广大热爱生活、追求健康的人们能够科学合理的调配好一日三餐，我们会同国内著名医药师、营养学家、烹饪名师一道以严谨的科学态度、精确的理论依据，根据各种食物的不同药理和疗效，编写了这本《心脏病食疗菜》。

本书精选菜肴60款，以简洁的文字与精美的彩图，对每款菜肴的营养成分、药理和疗效、用料配比、制作方法、成品特点与操作提示均作了详细的介绍，对主要制作过程还配有示范图片。

图文并茂，步骤清晰，原料易取，易学易做。

按书习做，您一定能烹制出集色、香、味，食养、食补、食疗于一体的美味菜肴。

让您的亲人在享受美味的同时，拥有健康和快乐！

<<心脏病食疗菜>>

内容概要

本书介绍了60款心脏病食疗菜。

作者以简洁的文字对每款菜肴的营养成分、药理和疗效、用料配比、制作方法、成品特点与操作提示均作了详细的介绍，并配有精美的图片。

按书习做，您一定能烹制出集色、香、味，食养、食补、食疗于一体的美味菜肴。

让您的亲人在享受美味的同时，拥有健康和快乐！

<<心脏病食疗菜>>

书籍目录

1.山药煲甲鱼2.鱼翅扒油菜3.多彩鳜鱼4.菇香鲤鱼5.珍珠鲈鱼6.琥珀党参炒鳝片7.双花酱焖鱼头8.番茄带鱼9.红椒烧海参10.海参鸡丝炒韭菜11.蛭子炒金针菇12.淡菜炒蒜薹13.淡菜炖土豆14.莴苣蛎黄汤15.蛎黄酸萝卜丝汤16.灵芝炖乌鸡17.葱油嫩鸡18.什锦炖鸡块19.灵芝焖鸡心20.黄精当归烧鸭心21.人参麦冬炖肉鸽22.茯苓兔肉丸23.彩椒兔肉24.什锦烩兔肉25.黄精兔丝拌豇豆26.木耳炖兔肉27.银芽兔肉丝28.茄子炒兔肉29.兔肉烧三笋30.吉利堂双冬肉丸汤31.黄精炖猪心32.丹参炖猪心33.玉竹海带炖猪心34.翡翠猪心35.黄精蜇头煨肉片36.豆腐丝炒蒜苗37.金针菇炒韭菜38.四棱豆炒肉片39.笋丁炒毛豆40.黄花土豆丝41.菇笋油菜煲42.玉竹番茄炖牛肉43.菊花牛肉炒苦瓜44.四棱豆炖牛肉45.黄花肉片汤46.腐竹芹段47.蒲公英炒肉片48.松仁炒韭菜49.胡萝卜炒蜗牛50.蜗牛炒白菜51.香菇酿鞭花52.炒双素53.豆腐干炒黑豆苗54.双椒炒菜花55.菇香兰花炒番茄56.番茄兰花汤57.吉利堂什锦豆干58.醋拌海带丝59.香醋拌蜇皮60.三彩蜜汁果丁

<<心脏病食疗菜>>

章节摘录

插图：

<<心脏病食疗菜>>

编辑推荐

《心脏病食疗菜》：食疗菜精华系列丛书。
享受美味，吃出健康，生活细节，决定健康。

<<心脏病食疗菜>>

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>