

<<养颜瘦身药膳>>

图书基本信息

书名：<<养颜瘦身药膳>>

13位ISBN编号：9787530430392

10位ISBN编号：7530430394

出版时间：2004年11月1日

出版时间：第1版 (2004年11月1日)

作者：彭铭泉

页数：137

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>

## <<养颜瘦身药膳>>

### 内容概要

本书的内容，主要是向读者介绍养颜美容、减肥瘦身的药膳，以满足广大养颜瘦身者的需求。

这里还需特别指出的是，凡属国家保护动、植物，应加以保护，不得随意取食。

必须炮制的药物，请到中药店购买炮制好的再使用。

在食用药膳时，如有医师指导，更能收到辨证施膳的效果。

本书适用于一般家庭成员、保健工作人员、医务人员、患者、药膳食疗爱好者以及日常工作劳碌的各行业人士阅读。

<<养颜瘦身药膳>>

作者简介

彭铭泉，男，1933年出生，重庆市人，四川成都市中药材公司总经理，国家主任药师、教授、中国药膳创始人、中国药膳学会成都药膳专业委员会主任。  
是世界药膳的启蒙者，1980年在成都创办第一家药膳餐厅。  
十多年成效显著，蜚声海内外，深得中外美食家的赞扬。  
以宽阔的胸怀

<<养颜瘦身药膳>>

书籍目录

第一章 汁饮类药膳 双花饮(凉) 太子奶饮(温) 茯苓百合牛乳饮(平) 龙眼洋参饮(平) 龙眼枣仁饮(温) 人参核桃饮(温) 五汁饮(凉) 健脾饮(平) 天冬黄花菜饮(凉) 黑豆红花饮(温) 诃子雪梨饮(平) 甘蔗姜汁饮(平) 枸杞鲜藕柏叶汁(凉) 三汁饮(凉) 杏麦冰糖饮(平) 杏仁橘皮饮(平) 马齿苋绿豆芽饮(平) 荸藕茅根饮(凉) 芦根枇杷饮(凉) 杏菊饮(平) 大海蜂蜜饮(凉) 白果冬瓜子饮(平) 槟榔饮(温) 银花莲子羹(凉) 珍菊牛奶(凉) 大枣白菊花煮羊乳(温) 白菊蒸蜜(凉) 冰糖白芷炖银耳(平) 冰糖白芷炖蛤蟆油(温) 二冬炖雪梨(寒) 葛根二冬炖猕猴桃(凉) 莲子炖绿豆(凉) 太子参冰糖炖银耳(平) 参耳冰糖炖燕窝(平) 麦冬无花果煮牛奶(凉) 珍珠桂圆羹(温) .....第二章 米面类药膳第三章 汤菜及其他药膳

<<养颜瘦身药膳>>

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>