

<<家庭健康药膳1688例>>

图书基本信息

书名：<<家庭健康药膳1688例>>

13位ISBN编号：9787535643476

10位ISBN编号：7535643477

出版时间：2011-3

出版时间：湖南美术

作者：犀文图书

页数：183

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>

## <<家庭健康药膳1688例>>

### 内容概要

《家庭健康药膳1688例》精选了500例药膳食谱，有针对性的用于养生或某些病症的辅助治疗。每种食材有营养成分、性味归经、养生功效、选购贮存、饮食禁忌，至精至详，并配有相应食谱，一览无遗。

本书内容科学详实，图片精美，适合广大美食爱好者、食疗养生者及亚健康者参考使用。

<<家庭健康药膳1688例>>

书籍目录

补血益气  
化痰止咳  
活血化淤  
理气温里  
清热解毒  
祛风解表  
祛湿强筋  
滋阴壮阳

<<家庭健康药膳1688例>>

章节摘录

版权页：插图：

<<家庭健康药膳1688例>>

编辑推荐

《家庭健康药膳1688例》：500例药膳+500个营养分析+500个小贴士+188个制作技巧药食同济，食到病除，药膳养生，福佑全家享受美食，滋补身体，治病强身，一举三得最实用的家庭美食菜谱

<<家庭健康药膳1688例>>

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>