## <<养生粥疗新知全书>>

#### 图书基本信息

书名:<<养生粥疗新知全书>>

13位ISBN编号: 9787536955448

10位ISBN编号: 7536955448

出版时间:2013-5

出版时间:谢文英陕西出版传媒集团,陕西科学技术出版社 (2013-05出版)

作者:谢文英

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

### <<养生粥疗新知全书>>

#### 内容概要

谢文英编著的《养生粥疗新知全书》内容简介:随着粥膳的不断发展,人们不再满足于五谷杂粮的单调模式,而是加入了各种蔬菜、水果、肉类以及中药,增强了粥膳防病治病的能力。

《养生粥疗新知全书》根据现代人的养生习惯精选近千道食疗粥膳,将中医养生观念与日常饮食相结合,根据不同体质、不同人群、不同疾病的特点推荐了最合适的粥膳,让您吃得美味,吃得健康。

# <<养生粥疗新知全书>>

#### 书籍目录

第一章 粥膳常识,相约美味第二章 养生粥膳,与健康同行第三章 对症粥疗,常见病一扫光

## <<养生粥疗新知全书>>

#### 编辑推荐

谢文英编著的《养生粥疗新知全书》精选了各种食疗养生粥,并将中医提倡"因人养生"、"因时养生"以及"对症养生"、"美容养生"学观念与家常美食相结合,具体介绍了不同体质、不同人群、不同季节、不同疾病等饮食养生要点,同时还根据其各自主要特点推荐了相应的粥膳,每一道粥膳都有详细的制作方法并指出了其主要功效。

# <<养生粥疗新知全书>>

#### 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