

<<冬补食养药膳>>

图书基本信息

书名：<<冬补食养药膳>>

13位ISBN编号：9787538150711

10位ISBN编号：7538150714

出版时间：2007-5

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：孙明杰

页数：95

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>

<<冬补食养药膳>>

内容概要

凤凰生活顾问让您了解四大功能冬补药膳推荐食谱三十八种；凤凰健康专家介绍了四大功能冬补药膳食补要点及适用食物；凤凰知食分子为您提供了补肾助阳、益气养血、健脾益胃、清热润肺四大功能冬补药膳食养方案！

<<冬补食养药膳>>

作者简介

孙明杰，中南大学教授、江苏联环药业集团董事局主席、威尔曼新药开发中心集团董事局主席、中国药科大学董事局副主席、中国伟哥之父、亚太医药学会会长、药物化学专门委员会主任、全国优秀大学生研究生基金会主任；世界华人协会常务理事；香港《凤凰生活》杂志出品人、总编辑

<<冬补食养药膳>>

书籍目录

第一章 凤凰知食分子：补肾助阳食养方案 一 凤凰健康专家：补肾助阳食补要点及适用食物简介 二 凤凰美食顾问：补肾助阳食养药膳推荐食谱 菟丝子狗肉汤 核桃虾仁 山海双参 海马童子鸡 麻黄附片羊肉汤 参附牛肉汤 韭菜炒核桃仁 海参羊肉汤 栗子猪腰汤 柠檬汁煨鸡 冰糖麻雀 肉苁蓉炖羊肾

第二章 凤凰知食分子：益气养血食养方案 一 凤凰健康专家：益气养血食补要点及适用食物简介 二 凤凰美食顾问：益气养血食养药膳推荐食谱 虫草乌鸡汤 黑豆杞枣煲猪骨汤 红参枸杞猪心汤 黄芪枸杞炖乳鸽 羊肝菠菜汤 花生大枣炖猪蹄 火腿烧海参 萝卜炖羊肉 桂枝当归炖羊肉 猪血菠菜汤 羊骨粥

第三章 凤凰知食分子：健脾益胃食养方案 一 凤凰健康专家：健脾益胃食补要点及适用食物简介 二 凤凰美食顾问：健脾益胃食养药膳推荐食谱 姜桂炖猪肚 干烧四宝 素炒三丝 百枣莲子粥 枸杞山药蒸草鱼 桂花肚片 黄芪薏米烧鹌鹑

第四章 凤凰知食分子：清热润肺食养方案 一 凤凰健康专家：清热润肺食补要点及适用食物简介 二 凤凰美食顾问：清热润肺食养药膳推荐食谱 胡萝卜玉米排骨汤 草菇烧芦笋 玉米粉粥 麻黄雪梨瘦肉汤 薄荷粥 紫菜瘦肉汤 丝瓜鱼片汤 山楂银花汤

<<冬补食养药膳>>

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>