

<<延年益寿药膳>>

图书基本信息

书名：<<延年益寿药膳>>

13位ISBN编号：9787562318316

10位ISBN编号：756231831X

出版时间：2002-8

出版时间：华南理工大学出版社

作者：彭铭泉

页数：212

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>

## <<延年益寿药膳>>

### 内容概要

《延年益寿药膳》共分八章，有：概论、对中老年药膳的认识、延年药膳佳肴、强身药膳小吃、益寿药膳汤水、保健药膳饮料、保健药膳酒水、抗老药膳饭粥。

该书所写的抗老延年药膳的食疗方剂，既有古方，又有创新；每个配方根据药食性味、功能……共分8章：概论、古代对中老年药膳的认识、延年药膳佳肴、强身药膳小吃、益寿药膳汤水、保健药膳饮料、保健药膳酒、抗老饭粥类药膳。

所写的药膳食疗方剂，既有古方，又有创新，每个配方根据药食性味、功能、特点科学配伍。

《延年益寿药膳》适用于一般家庭成员、保健工厂工作人员、餐厅酒店工作人员、医务人员、厨师、患者和药膳食疗爱好者阅读。

适用于一般家庭成员、保健工厂工作人员、餐厅酒店工作人员、医务人员、厨师、患者和药膳食疗爱好者。

<<延年益寿药膳>>

书籍目录

第一章 概论第一节 人类能活多少岁第二节 人类是怎样衰老的第三节 怎样预防衰老第四节 药膳与延年益寿第二章 对中老年药膳的认识第一节 四季饮食第二节 节制饮食第三节 食物禁忌第四节 中老年美食药膳的制法第三章 延年药膳佳肴第四章 强身药膳小吃第五章 益寿药膳汤水第六章 保健药膳饮料第七章 保健药膳酒水第八章 抗老药膳饭粥

<<延年益寿药膳>>

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>