

<<食话食说>>

图书基本信息

书名：<<食话食说>>

13位ISBN编号：9787801214867

10位ISBN编号：7801214862

出版时间：2003-1

出版时间：军事医学科学出版社

作者：贺经

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>

## <<食话食说>>

### 内容概要

“民以食为天”，食，离不开食物。

本书以科学小品文的形式介绍了常见的米面瓜豆、蔬菜水理、姜蒜调料、油盐酱醋、烟酒糖茶和鱼禽肉蛋等100多种食物的来龙去脉，古今中外的看法，现代医学和祖国医学的认识，食用方法，医疗保健价值和具体用来治疗的方法。

本书每种食物皆独立成篇，或用古诗词开头，或以传闻逸事起笔，娓娓道来，融知识性、趣味性、实用性于一体，是家庭休闲必备的通俗读物。

<<食话食说>>

书籍目录

粮薯篇 大米功不可没 保健抗癌玉蜀黍 糖中珍品——苦荞麦 益寿食品——红薯 糙米粗面保安  
康豆类篇 汨汨绿珠沁心脾——谈绿豆 植物肉——黄豆 白白红红扁豆花 磊磊绿珠嵌风眼——  
话说蚕豆蔬菜篇 绿色佳蔬韭菜香 菜肴中那一片生机——香菜 白翡类羔豚 饮煮青泥坊底芹  
多食菠菜益健康 遍地黄花皆真金 岩礁娇子——紫菜 亦菜亦药话香棒 南方奇蔬——空心菜 浅  
谈菜花 怎一个辣字了得——漫话辣椒(上) 怎一个辣字了得——漫话辣椒(下) 美蔬佳药话茄  
子 小人参——胡萝卜 救死扶伤洋葱头 从此八珍俱避舍——话说山东 .....瓜类篇水是篇调料篇  
烟酒粮茶篇鱼禽肉蛋篇 其他篇

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>