

<<蔬菜疗法>>

图书基本信息

书名：<<蔬菜疗法>>

13位ISBN编号：9787801562753

10位ISBN编号：7801562755

出版时间：2003-5

出版时间：中国中医药出版社

作者：刘建和 编

页数：278

字数：227000

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>

<<蔬菜疗法>>

书籍目录

上篇 基础篇 第一章 蔬菜疗法概论 第一节 医食同源：蔬菜疗法源远流长 第二节 精制细制：蔬菜的美味烹制 第三节 对症巧食：蔬菜的药用功能 第四节 合理搭配：蔬菜的调配注意事项 第五节 现代研究：蔬菜的营养与药理 第二章 各类蔬菜的功效与禁忌 第一节 根与根茎类 1.山药 2.马铃薯 3.玉竹 4.甘薯 5.生姜 6.芋头 7.地反主 8.芜菁 9.苜蓝 10.宝塔菜 11.胡萝卜 12.洋姜 13.萝卜 14.蕹白 15.魔芋 16.瓢荷 第二节 茎叶类 1.牛蒡菜 2.白菜 3.包心菜 4.冬苋菜 5.红苋菜 6.芹菜 7.芥菜 8.青菜 9.空心菜 10.筒蒿 11.枸札苗 12.莴笋 13.野韭菜 14.紫苏 15.蕨菜 16.仙人掌 第三节 菜花类 1.菜花 2.油菜 第四节 子实体类 1.木耳 2.石耳 3.香菇 4.地耳 5.银耳 6.蘑菇 下篇 治疗篇

<<蔬菜疗法>>

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>