

<<药用膳食精萃>>

图书基本信息

书名：<<药用膳食精萃>>

13位ISBN编号：9787806196687

10位ISBN编号：7806196684

出版时间：1999-9

出版时间：广西科学技术

作者：周凡主编

页数：394

字数：288000

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>

<<药用膳食精萃>>

内容概要

本书以中医理论为指导，精选集录了大量疗效甚佳的中药膳食配方。其中所介绍的药膳，是由中药与相应的食品巧妙搭配调制而成，既具有营养价值，又具有药用性能。由于药食相融，功力相助，故其效力倍增，服用后往往会收到意想不到的效果。其书内容，选用了100味中药及食物的神奇治病传说、古典趣谈故事及古代诗人赞颂中药的有关诗词等，并介绍了药食的性味、功用、现代研究，及一品多方的膳食调配。共收膳食方590个，详细地介绍了配料组成、制作、服用、功效及出处等内容。深入浅出，集科学性、知识性、趣味性、通俗性为一体。全书充分体现了当代中医膳食的特点，方效法灵，简便易行，贴切生活，既可供一般读者在欣赏典故之际，寻觅防治疾病、养生保健、增智益寿、抗衰驻颜之良方，又可供专业营养师茶余饭后，随手翻阅，在兴味盎然中学习，巩固和提高膳食知识。

<<药用膳食精萃>>

书籍目录

根茎皮叶类 何首乌 黄精 山药 骨碎补 刺五加 黄芪 白术 地黄 玄参 麦门冬 玉竹 天麻 当归 白芷 白头翁 葱
威灵仙 黄连 牛膝 茜草 贝母 远志 苦楝皮 薤白 三七 萝卜 川芎 姜 锁阳 淫羊藿 杜仲 夏枯草 车前子 鱼腥
草 蒲公英 马齿苋 益母草 麻黄 仙鹤草 枇杷叶 蒲荷果实籽仁类 枸杞子 桑椹子 女贞子 芡实 益智仁 补骨
脂 菟丝子 龙眼肉 胡桃仁 薏苡仁 大枣 冬瓜 酸枣仁 五味子 糯米 柏子仁 枳椇子 使君子 沙苑蒺藜.....花
卉类 菌类 动物类 其他类

<<药用膳食精萃>>

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>