

<<补益汤谱>>

图书基本信息

书名：<<补益汤谱>>

13位ISBN编号：9787117060721

10位ISBN编号：7117060727

出版时间：2004-1

出版时间：人民卫生出版社发行部

作者：颜春连

页数：490

字数：315000

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>

## <<补益汤谱>>

### 内容概要

本书共收集补益汤方730个，其中补心汤方111个，补肝汤方132个，补肺汤方95个，补肾汤方188个，补脾胃汤方188个，补五脏汤方16个，并且介绍了汤补的相关知识，以及以五脏为中心，不同补汤对人体脏腑器官的补养性质和作用。

所列汤品以滋补健身、防病疗疾、口感较佳、制作方便、功效突出为原则。

对具体汤品的原料、制作、食法、功用、注意事项等也逐一作了详细介绍。

这弱，读者可以后根据自己的体质和需要选择汤谱，以便强身健体，寓养生、疗疾于汤补之中，达到亦食亦养，亦养亦治的目的，人而真正享受生活的乐趣。

最后需要说明的是，所列汤品，如对多种脏腑器官有作用，凡本书前面篇章已作介绍者，后面不再重复，望读者阅读时注意。

另外，汤谱中凡提及的保护动、植物、均以人工饲养者代之，如无人工饲养者，本书概不收入。

## &lt;&lt;补益汤谱&gt;&gt;

## 书籍目录

一、日常膳食中的汤 汤、补汤及汤补的含义 饮汤的简史和文化内涵 汤的特点与作用 补汤的制作要求 汤料的分类 汤的制作方法和要领二、补心汤谱 心虚及其表现 补养方法及补品 汤谱 1. 小麦百合生地汤 2. 小麦甘草大枣汤 3. 小麦大枣桂圆汤 4. 黑豆浮小麦汤 5. 黑豆浮小麦大枣汤 6. 豆麦莲枣汤 7. 百合莲子定神汤 8. 百合芡实汤 9. 百合安眠汤 10. 百合地黄汤 11. 百合银耳羹 12. 银耳蒸冰糖 13. 银耳杏圆汤 14. 龙眼洋参汤 15. 龙眼枣仁饮 16. 灵芝三七饮 17. 灵芝薄荷饮 18. 多味灵芝汤 19. 藕丝羹 20. 莲子冰糖 21. 莲子藕粉羹 22. 鲜莲银耳汤 23. 莲子麦冬汤 24. 梨汤 25. 三元汤 26. 六味鸭梨鲜汤 27. 紫芹番马汤 28. 乌梅冰糖山楂汤 29. 玉竹川芎二参汤 30. 黄芪海带冬瓜汤 31. 长生固本汤 32. 养心汤 33. 养神汤 34. 安心绝梦汤 35. 生慧汤 36. 马蹄竹心薤菜汤 37. 红枣花生汤 38. 枣葱汤.....三、补肝汤谱四、补肺汤谱五、补肾汤谱六、补脾胃汤谱七、补五脏汤谱

<<补益汤谱>>

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>