

<<茶艺师的茶饮妙招>>

图书基本信息

书名：<<茶艺师的茶饮妙招>>

13位ISBN编号：9787214108623

10位ISBN编号：7214108623

出版时间：江苏人民出版社

作者：门雪峰,王辑良

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>

## <<茶艺师的茶饮妙招>>

### 内容概要

《茶艺师的茶饮妙招：茶饮200道》不单单是一本单纯讲茶疗的操作步骤，还赋予了新的信息和内容。可以说是一本内容丰富、实用性强的健康茶饮书籍。

作者从茶是人体是最健康、最环保的饮品开始说起，告诉读者茶饮是最适合现代人的健康饮品。

作者利用多年积累的饮茶经验，针对不同人群、症状、四季等特点来给出相应的茶饮，达到日常预防和保健的效果。

书中收录跟茶有关的茶饮约为200道，茶饮不但包括制作步骤和注意事项，还增加了材料的营养元素和饮食宜忌、及适合品饮的人群等实用信息。

## <<茶艺师的茶饮妙招>>

### 书籍目录

PART1茶饮保健一生  
茶, 最健康的饮品  
茶叶的主要成分  
茶饮分季节  
春饮花茶  
夏饮绿茶  
秋饮乌龙茶  
冬饮红茶  
饮茶要看自身的体质  
看体质择茶饮  
七类人饮茶要注意  
传统茶叶的保健作用  
六大茶的保健功效  
药草茶的保健功效  
花草茶的保健功效  
茶饮的最佳拍档  
女性“特殊时期”忌喝茶  
平日饮茶九忌  
花草茶与星座的速配  
PART2女性美容健康茶饮  
美肤润白茶饮  
润白雪奶红茶  
杞枣养颜茶  
柠檬甘菊茶  
洛神蜂蜜茶  
芦荟菊花茶  
大枣玫瑰茶  
玫瑰枸杞茶  
山楂生地茶  
薏仁山楂茶  
玫瑰抗斑茶  
桃花茶  
黄芪抗斑茶饮  
祛痘茶饮  
菊花金银茶  
黄柏绿茶  
夏枯草茶  
白芷消炎茶  
瘦身纤体茶饮  
绿豆薏仁茶  
茉莉柠檬茶  
山楂决明子茶  
陈皮茶  
燕麦牛奶饮  
草莓鲜奶饮

## <<茶艺师的茶饮妙招>>

双花蜜茶  
薏仁柠檬水  
玉竹茶  
金橘红枣茶  
山楂茶  
陈皮乌龙茶  
乌龙茶柠檬饮  
普洱菊花茶  
乌梅山楂茶  
薏仁茶  
PART3居家保健茶饮  
补血益气茶饮  
红枣党参饮  
红枣枸杞茶  
红枣桂圆饮  
红枣黄芪茶  
西洋参茶  
当归枸杞茶  
玫瑰益母茶  
红豆补血茶  
灵芝茶  
补气生津茶  
党参枸杞茶  
补气人参茶  
桂圆茶饮  
调理肠胃，防便秘茶饮  
麦冬玄参茶  
黄芪陈皮茶  
梅子绿茶  
通便茶  
决明子茶  
陈皮茶  
麦芽茶  
大黄茶  
麻仁蜜茶  
决明蜂蜜茶  
决明陈皮茶  
PART4上班族舒压茶饮  
舒压解郁茶饮  
迷迭香茶  
洛神乌梅茶  
茉莉薄荷茶  
竹叶莲子心茶  
甜菊叶陈皮茶  
提神下午茶  
洋甘菊茶  
五味子茶

## <<茶艺师的茶饮妙招>>

西洋参枸杞茶  
枸杞龙井茶  
助眠安睡茶  
莲子心茶  
百合安眠茶  
洋甘菊助眠茶  
安神助眠茶  
薰衣草蜂蜜茶  
菩提叶茶  
PART5对症茶饮  
清热解毒茶饮  
薄荷甘草茶  
桑菊茶  
荷叶凉茶  
枸杞菊花茶  
乌梅凉茶  
淡盐绿茶  
洋甘菊迷迭香茶  
罗汉果绿茶  
茅根茶  
抗衰防老茶饮  
蝶舞千日茶  
维C抗衰老茶  
薄荷迷迭香茶  
桃花茶  
玫瑰香橙茶  
玫瑰乌龙茶  
柠檬草茶  
茯苓蜂蜜饮  
玫瑰枸杞茶  
清亮护嗓茶饮  
桂花蜜茶  
橄榄润咽茶  
胖大海生地茶  
山楂夏枯草茶  
罗汉果茶  
利咽茶  
枇杷竹叶茶  
三花茶饮  
甘草金银茶  
桑叶菊花茶  
甘草绿茶  
其他常见功能茶饮  
柳橙开胃茶  
山楂菊花茶  
党参健胃茶  
陈皮消化茶

<<茶艺师的茶饮妙招>>

玫瑰红茶

生姜红糖茶

紫苏生姜茶

防风甘草茶

金银花青叶茶

板蓝根茶

PART6蔬果茶饮

雪梨枸杞茶

雪梨冰糖茶

橘子杏仁茶

柚子陈皮茶

绿茶苹果饮

西芹蜂蜜饮

胡萝卜蜂蜜饮

.....

PART7四季养生茶饮

<<茶艺师的茶饮妙招>>

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>