

<<滋阴养颜药膳>>

图书基本信息

书名：<<滋阴养颜药膳>>

13位ISBN编号：9787225025650

10位ISBN编号：7225025651

出版时间：2004-5

出版时间：青海人民出版社

作者：彭铭泉 编

页数：132

字数：90000

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>

<<滋阴养颜药膳>>

内容概要

随着生活水平的日益提高、生活条件的不断改善，人们对饮食的要求不仅是吃饱、吃好，更要求吃出健康、吃出靓丽的身材。

我国的药膳和食疗正是这样一种科学的吃法，迎合了当今都市人对饮食的新追求。

祖国医学中滋阴养颜药膳历史悠久，在马王堆出土的帛书中就有治疗癍疣的配方。

经过历代医学家的临床实践，中医美容更加系统化。

《肘后方》专设美容篇，总结了前人的经验，记载了唐代杨贵妃的面膏和“丑人亦变鲜妙光华”的秘方等。

清代的慈禧太后对美容十分重视，她常服用人参、人乳、莲子、枸杞、松子仁等药物，对‘菊花鱼片’药膳更为喜爱，每年秋天都要到颐和园赏菊，并大量食用‘鲜菊花鱼片’火锅。

由此可见，养颜药膳和食疗在我国不仅历史悠久，而且深受历代妇女的喜爱。

中医药膳食疗养颜，是一门新的学科，它是在中医和饮食烹饪理论指导下，制作出色香味形俱备的美味菜肴、糕点、酒类和饮料，以此来保护、修复人体的肌理，同时治疗皮肤、面容罹患的疾病。本书以此为宗旨。

编著了200多道滋阴养颜药膳，供大家选用。

希望它能成为您美容养颜的好帮手。

<<滋阴养颜药膳>>

作者简介

彭铭泉教授生于1933年，重庆市人，大学文化。

他从1980年开始首先提出现代药膳这一概念，开创了中国药膳学这一崭新的学科，使药膳成为商品，并在全国乃至世界创办了第一家药膳餐厅——成都同仁堂，至今深受国内外顾客的赞赏。

他在国内外有关报刊上发表了论文300余篇，并先后出

<<滋阴养颜药膳>>

书籍目录

菊花炒芹菜枸杞炒薤菜荸荠炖鲜藕大蒜马齿苋枣杞番茄汤山药炒白菜玉竹炒豌豆扁豆炖冬瓜玉竹烧茄子赤豆煮南瓜天冬炒黄瓜天冬炒莴苣大蒜烧茄子银耳煮粟米苡仁炖冬瓜人参蒸燕窝冰糖炖燕窝雪蛤燕窝汤虫草蒸雪蛤龟胶炖雪蛤山药炒苋菜山药炒藕丝枸杞炒荠菜荸荠炖萝卜双耳炒菠菜百合炒芥兰天冬炒通菜百合炒丝瓜苡仁炖萝卜百合土豆丝核桃炒韭菜莲子丝瓜汤苡仁白菜汤豆蔻炖猪肚洋参燕窝汤虫草蒸燕窝鸽蛋燕窝羹珍珠炖燕窝枸杞蒸雪蛤鹿胶炖雪蛤.....

<<滋阴养颜药膳>>

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>