

<<健康美食 大蒜>>

图书基本信息

书名：<<健康美食 大蒜>>

13位ISBN编号：9787501926541

10位ISBN编号：7501926549

出版时间：1999-09

出版时间：中国轻工业出版社

作者：江美玲,张婉如

页数：123

字数：107000

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>

内容概要

最新发现：大蒜治疗肝炎病毒具有惊人疗效，平凡的大蒜，给肝病患者带来了一线曙光。本书为读者提供有关大蒜的信息，从营养价值、药用价值到保健防病功能，从美容消斑、预防癌症到治疗香港脚...你一定可从中获益得！

本书从大蒜的营养价值、药用价值和保健防病功能入手，教会读者以科学原理为依据，通过合理配料和简单操作，自己动手烹制出一道道色香味美、又具明显疗效的大蒜佳肴美食。书中还介绍了用大蒜当药外用治病的各种方法，告诉读者与大蒜有关的饮食文化知识，有很强的可读性。

书籍目录

第一章 活用大蒜功效的民间食疗及用法 醋腌大蒜 大蒜丸 大蒜酒 大蒜红酒 酱油腌大蒜 蜂蜜大蒜 大蒜味噌汤 大蒜汤 大蒜粥 烤大蒜粉末 大蒜麦芽糖 大蒜汁 大蒜浴 蒜泥 烤大蒜 大蒜面霜第二章 大蒜料理及家常小菜好吃又有效！
一、美味大蒜家庭料理 大蒜渍大白菜 蒜炒青椒 茶泡饭 凉拌豆腐 凉面沙拉 炒苦瓜 西芹拌柴鱼 烤茄子 煮冬瓜 烤油豆腐 炒青菜 炒饭 大蒜沙拉 焖煮蔬菜 蒜苗炒蛋 美式猪肉汉堡 酱蒜猪肉 油炸猪肉 味噌什锦菜 二、可常食用的家常小菜 酱渍蒜苗、酱渍大蒜 味噌渍大蒜 煎大蒜薄片 酱煮大蒜 大蒜醋 大蒜油 蒜泥第三章 大蒜简直是万灵丹！
第四章 大蒜根治痼疾的经验分享

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>