

<<大众药膳500例（上篇）>>

图书基本信息

书名：<<大众药膳500例（上篇）>>

13位ISBN编号：9787501935963

10位ISBN编号：7501935963

出版时间：2002-2

出版时间：中国轻工业出版社

作者：薛秀娟 李兴春 李雪梅 写

页数：210

字数：168000

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>

<<大众药膳500例（上篇）>>

内容概要

本书共收集了近500例食药同用的菜谱，分上、下两篇。

上篇包括保健强身、益智健脑、美容靓颜、养眼明目的菜谱，下篇包括抗衰益寿、降压降脂、补肾壮阳、养血补血、益血调经、润肠通便、糖尿病防治、防癌抗癌等菜谱，每例菜谱除了制作方法外，还详细介绍了食物的营养和药物的保健功效，很有实用性……

<<大众药膳500例（上篇）>>

书籍目录

一、保健强身 1. 黄芪软炸里脊 2. 黄芪气锅鸡 3. 蒸母鸡鱼翅 4. 清蒸人参鸡 5. 芪参烧活鱼
二、益智健脑 1. 首乌鸡 2. 五圆鸡 3. 五子鸡 4. 桃杞鸡卷 5. 气锅乌鸡
三、美容靓颜 1. 杏仁扣猪肘 2. 枸杞银芽鸡丝 3. 枸杞松子爆鸡丁 4. 首乌肝片 5. 枸杞活鲫鱼
四、养眼亮睛 1. 软炸枸杞猪肝 2. 菠菜肝片 3. 枸杞牛肝汤 4. 鸡肝明目汤 5. 菊花羊肝汤

<<大众药膳500例（上篇）>>

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>