

<<免疫排毒新体验>>

图书基本信息

书名：<<免疫排毒新体验>>

13位ISBN编号：9787506423465

10位ISBN编号：7506423464

出版时间：2004-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：李江琪

页数：81

字数：80000

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>

## <<免疫排毒新体验>>

### 内容概要

笔者经过数年的仔细研究，发现人们常常因为免疫力下降而患上呼吸系统、泌尿系统、消化系统和循环系统疾病，就如同骨牌效应一般，还很容易引发其他器官的病变。

通过分析整理历代名家留下的药膳食谱，以及与西方免疫学理论进行的比较研究，以中西合璧的方式，设计出了可以有效提升以上四大系统免疫力的数十道菜肴，以最直接有效的方式保护之四大系统免受病毒侵袭。

再配以详尽的医师讲解，让读者可依自身体质特征来选择菜肴，在到最佳的保养效果。

<<免疫排毒新体验>>

书籍目录

免疫强身膳食 枸杞竹笋炒肉丝 蛤蜊肉炒韭菜 拌海带 银芽蚌肉 橙汁小牛排 板栗猪肉 麻油鸡 西式羊肉汤 海鲜萝卜汤 冬瓜猪肉白果汤 草莓球 柳橙汁激凌 苹果酸甜汁 柠檬蛋酒 姜茶排毒护肾膳食 芹菜炒苦瓜 豆豉鱼片 猪血豆腐煮韭黄 冬虫夏草炒番茄 虾仁冬菇包 莴苣炒牛肉 芹菜炒牛肉 美味西瓜鸡 什锦豆腐汤 木耳芝麻茶健胃润肠膳食 红枣猪肉 山楂牛肉 炒南瓜 山药沙拉 花生炖牛肉 三菇沙拉 什锦豆腐 苹果炒牛肉 蔬菜总汇沙拉 牛肉汤 百合鲫鱼汤 黑鱼银耳汤 山药炖鸽汤 马铃薯浓汤 白菜汤 猪肉草菇激发珍珠小丸子 炸苹果 水梨饼 人参粥 咖啡番茄汁 补血益气膳食 炒茄子 炒兔肉 蹄筋烩虾 芝麻炒菠菜 莲子炒鸡丁 甲鱼鸡汤 麦冬炒鸡蛋 茉莉花鸡肉汤 芒笋蛋汤 蜜枣核桃 木耳红枣粥 葡萄蛋白汁

## <<免疫排毒新体验>>

### 媒体关注与评论

书评免疫排毒58道帮助您调理体质增强免疫力的活力饮食新体验。  
都市的环境因素以及生活作息，导致人们体能降低、抵抗力减弱，饮食选择的重要性更甚以往，除了富含营养的饮食内容，更需要能够帮助排除毒素、净化体质的天然成分。  
本书精心研制的方便食谱，由日常饮食达到提升免疫力、增强体魄的目的。

<<免疫排毒新体验>>

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>