

<<50种野菜的营养价值与食疗>>

图书基本信息

书名：<<50种野菜的营养价值与食疗>>

13位ISBN编号：9787508240916

10位ISBN编号：750824091X

出版时间：2006-11-01

出版时间：中国人民解放军总后勤部金盾出版社

作者：李桂凤

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>

## <<50种野菜的营养价值与食疗>>

### 内容概要

本书根据营养学与中医学理论，结合民间的食疗与验方，通过实验检测、分析整理、总结归纳，详细介绍了50种野菜的营养成分及食用价值、药用价值等。

内容丰富，通俗易懂，科学实用，适合广大养生健身爱好者阅读，尤其适合防病治病，增强体质的中老年人参考。

<<50种野菜的营养价值与食疗>>

书籍目录

一、菊科 (一) 刺儿菜 (二) 苦苣菜 (三) 薄公英 (四) 滇苦菜 (五) 苣荬菜 (六) 鬼针草 (七) 马兰 (八) 茵陈蒿 (九) 碱菀 (十) 山苦荬二、石竹科 (一) 繁缕 (二) 麦瓶菜 (三) 麦蓝菜三、十字花科 (一) 荠菜 (二) 播女蒿 (三) 独行菜四、蓼科 (一) 酸模 (二) 篇蓄 (三) 水蓼 (四) 酸模叶蓼五、苋科 (一) 反枝苋 (二) 绿苋 (三) 牛膝六、桔梗科 (一) 燕尾菜 (二) 桔梗七、藜科 (一) 黄须菜 (二) 地肤 (三) 猪毛菜 (四) 藜八、鸭跖草科 (一) 鸭跖草 (二) 饭包草九、桑科十、玄参科十一、其他科

<<50种野菜的营养价值与食疗>>

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>