

<<富贵病患者食谱>>

图书基本信息

书名：<<富贵病患者食谱>>

13位ISBN编号：9787508247595

10位ISBN编号：7508247590

出版时间：2008-1

出版时间：金盾

作者：孙宝和

页数：137

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>

## <<富贵病患者食谱>>

### 内容概要

这是一本专门针对各种“富贵病”治疗的食谱书。

本书针对常见的糖尿病、高血压、高胆固醇和高脂血症、便秘、痛风、肥胖病等“富贵病”，提供了与这些病症相对应的营养食谱近300例，并详细介绍了每例食谱的用料配比、制作步骤、营养功效等。本书内容丰富，科学实用，非常适合广大家庭阅读使用，是健康生活的好帮手。

## <<富贵病患者食谱>>

### 作者简介

孙宝和，中式烹饪高级讲师，北京市劳动局技术培训中心中式烹饪考评员。  
1950年开始从事烹饪工作。  
1983年曾被选派到我国驻阿尔巴尼亚使馆，主厨三年之久。  
回国后，在北京楼外楼饭庄任经理。  
在多年烹饪工作中潜心研究烹饪技术，精通多种烹调技艺，特别是在挖掘和创作果雕艺

<<富贵病患者食谱>>

书籍目录

一、降血糖食谱 素炒薤菜 凉拌薤菜 肉片薤菜汤 拌豆苗 鱼香豇豆 清蒸山药 干煸苦瓜 蒜蓉鲜蘑拌苦菜 苦瓜薄荷排骨汤 嫩豆腐南瓜 蘑菇炖豆腐 鲜蘑烧冬瓜 木耳烧豌豆 平菇酸菜肉 平菇炖小母鸡 羊肉丸子冬瓜汤 香菇荸荠 糖醋南瓜丸子 胡萝卜炒肉丝 冬菇菜心 猴头蘑炒鸡片 凉拌苦瓜 苦瓜杞子山药麦片粥 苦瓜炒鸡蛋 烩薯梗玉米须豆腐 姜丝炒肉丝 香菇桃仁里脊 沙锅猴头 葱头汤 椒油炆芹菜 红果素丸子 煮平菇鲜藕 桃仁鸡球 京糕拌莲藕 苦瓜 空心菜马蹄汤 苦瓜炒芹菜 香干炒韭菜 虾皮炒韭菜 莴笋烧白萝卜 豇豆炒肉丝 山楂拌白菜 白菜海米海带汤 猪肚炒丝瓜 竹荪莲子 竹荪银耳鸡蛋汤 猪胰鸡蛋菠菜汤 凉拌绿豆芽苦苣菜 葱头炒牛肉丝 锦绣牛肉丝 炖狗肉萝卜 牛肉黄瓜 肉片炒葱头 银耳枸杞子百合汤 香菇冬笋甲鱼汤 清蒸草鱼 大蒜头烧茄子 木耳黄瓜片炒鸡蛋 山药枸杞子薏米粥 大枣山楂粳米粥 鸡片海参鲜蘑汤 紫菜汤二、降血压食谱三、降血脂、胆固醇食谱四、润肠道便食谱五、通风病人食谱六、肥胖病人食谱

<<富贵病患者食谱>>

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>