

<<厨房里随手可用的偏方>>

图书基本信息

书名：<<厨房里随手可用的偏方>>

13位ISBN编号：9787509100950

10位ISBN编号：750910095X

出版时间：2007-1

出版时间：人民军医出版社

作者：应建原,谢英彪

页数：381

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>

## <<厨房里随手可用的偏方>>

### 内容概要

别以为油盐酱醋只能调味，五谷蔬菜只能果腹。  
其实，厨房里的很多食材都可以成为您防病治病的良药。  
随着人们对健康的追求，食疗胜于药疗的观点越来越深入人心。  
本书分九章分别介绍了调味品、蔬菜、果品、畜肉、家禽、水产、粮食、食用菌、蛋乳九大类食材在食疗保健和防病治病上的重要作用。  
这些偏方取材方便。  
操作简单，收效良好，适合家庭选用。  
是广大读者自我保健，防病治病的良方。

## <<厨房里随手可用的偏方>>

### 作者简介

谢英彪，现任南京中医药大学三附院教授、主任医师。  
兼任国际药膳食疗学会副会长，兼任江苏分会会长，南京养生康复学会主任委员，南京自然医学会常务理事，江苏省科普作家协会理事，南京科普作协副理事长。  
擅长诊治胃肠道病及疑难杂病，已出版专著8部，科普著作百余部，获优秀图书奖、科技进步奖16项。

应建原，1986年于浙江中医学院中西医系本科毕业，执业中医师、药膳营养师、药膳火锅调味师，自然科学助理研究员。  
现任浙江省衢州市药膳烹饪学校校长《购物与食疗杂志》总编。  
兼任中华名医协会理事、中华中医药学会营养药膳专家分会常务理事、曾获餐饮方面专利8项，主编出版《药膳营养学》、《黑蚂蚁疗法》等著作，对营养食疗有深入研究。

<<厨房里随手可用的偏方>>

书籍目录

第1章 调味品类 一、食盐 二、酱油 三、酱 四、豆豉 五、食糖 六、蜂蜜 七、食醋 八、辣椒 九、姜 十、葱 十一、大蒜 十二、胡椒 十三、芥末 十四、大茴香 十五、小茴香 十六、桂皮 十七、花椒 十八、丁香 十九、黄酒 二十、茶叶 二十一、陈皮 二十二、杏仁第2章 蔬菜类 一、大白菜 二、青菜 三、芹菜 四、菠菜 五、苋菜 六、韭菜 七、卷心菜 八、芥英 九、莼菜 十、马齿苋 十一、落葵 十二、苜蓿 十三、蕨菜 十四、茼蒿 十五、蕹菜 十六、马兰 十七、苦菜 十八、菜花 十九、茭白 二十、百合 二十一、莴苣 二十二、藕 二十三、山药 二十四、芦笋 二十五、竹笋 二十六、苕蓝 二十七、萝卜.....第3章 果品类第4章 畜肉类第5章 家禽类第6章 水产类第7章 粮食类第8章 食用菌类第9章 蛋乳类

<<厨房里随手可用的偏方>>

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>