

<<美味药膳>>

图书基本信息

书名：<<美味药膳>>

13位ISBN编号：9787532365579

10位ISBN编号：7532365573

出版时间：2003-1-1

出版时间：上海科学技术出版社

作者：谢英彪

页数：447

字数：388000

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>

<<美味药膳>>

内容概要

本书分别从健脑益智、延年益寿、养颜美容、补气养血、补阴壮阳五个方面，介绍了数百种相关的常用药物及药膳方。

每种药膳方分原料、制作、功效三方面内容进行介绍。

这些药膳方取材方便，制作简便，安全有效，口感良好，其中创新药膳占有很大比重。

<<美味药膳>>

作者简介

谢英彪，男，1942年生。

现任南京中医药大学第三附属医院暨南京市中医院教授、主任医师、内科学科带头人，南京市名中医，香港现代中医进修学院客座教授。

兼任中国中医药学会药膳分会理事、江苏省中医药学会养生食疗专业委员会副主任委员、江苏省中西医结合学会食疗专家委

<<美味药膳>>

书籍目录

一、健脑益智美味药膳

(一) 常用药物

1. 人参
2. 山药
3. 五味子
4. 天麻
5. 芝麻
6. 肉苁蓉
7. 灵芝
8. 何首乌
9. 龟版
10. 金针菇
11. 茯苓
12. 茶叶
13. 哈士蟆油
14. 莲子
15. 核桃仁
16. 桂圆肉
17. 桑椹
18. 大枣
19. 银耳
20. 黄芪
21. 黄精
22. 蜂蜜
23. 蜂乳
24. 薏苡仁
25. 枸杞子
26. 远志
27. 石菖蒲
28. 鹿茸
29. 熟地典
30. 刺五加
31. 麦冬
32. 丹参
33. 三七
34. 花粉

(二) 凉菜

(三) 热菜

(四) 羹汤

(五) 包子

(六) 饺子

(七) 粥

二、延年益寿美味药膳

三、养颜美容美味药膳

四、补气养血美味药膳

<<美味药膳>>

五、滋阴壮阳美味药膳

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>