

<<五脏营养调理食谱1688例>>

图书基本信息

书名：<<五脏营养调理食谱1688例>>

13位ISBN编号：9787535642820

10位ISBN编号：7535642829

出版时间：2011-1

出版时间：湖南美术

作者：犀文图书

页数：183

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>

## <<五脏营养调理食谱1688例>>

### 内容概要

《五脏营养调理食谱1688例》依五脏分类，主要介绍了五脏养生的食养方法，以及五脏食疗养生的食物和日常养护小常识。

此外，本书围绕五行养生法，介绍了五脏四季养生的知识。

《五脏营养调理食谱1688例》内容科学、全面，经济实用且针对性强，语言通俗易懂，一学就会。

<<五脏营养调理食谱1688例>>

书籍目录

- 养心
  - 肉类
  - 素类
  - 水产类
- 养肺
  - 肉类
  - 素类
  - 禽蛋类
  - 水产类
  - 糖水类
- 养肝
  - 肉类
  - 素类
  - 禽蛋类
  - 水产类
- 养脾
  - 肉类
  - 素类
  - 水产类
- 养肾
  - 肉类
  - 素类
  - 水产类

<<五脏营养调理食谱1688例>>

章节摘录

插图：

<<五脏营养调理食谱1688例>>

编辑推荐

《五脏营养调理食谱1688例》500道菜+500个营养分析+500个小贴士+188个制作技巧。  
养生之道，重在养身；身之机杼，是为五脏。  
五脏调理，当在五谷；五谷之食，重在烹调。

<<五脏营养调理食谱1688例>>

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>