

<<汤、粥、羹、汁制作500例>>

图书基本信息

书名：<<汤、粥、羹、汁制作500例>>

13位ISBN编号：9787538010787

10位ISBN编号：7538010785

出版时间：2005-3

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：张家林

页数：280

字数：246000

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>

<<汤、粥、羹、汁制作500例>>

内容概要

食疗学是我国医药学中的瑰宝之一，数千年来，它为中华民族的繁衍昌盛作出了很大的贡献。

自古以来，我国有药食同源、医厨相通的传统。

早在战国时期的医学巨著《黄帝内经》，就提出了“凡欲诊病，必问饮食居住”、“天食人以五气，地食人以五味”的观点。

并总结出“毒药攻邪，五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而服之，以补益精气”的膳食配制原则。

这对后世食疗学和药膳学的发展有较大的指导意义。

随着社会的发展和人民生活水平的提高，人们越来越讲究营养和吃的科学。

变良药苦口为良药可口，把一般日常饮食变成既能养生又能祛病的药膳，在今天方兴未艾。

汤、粥、羹、汁作为药膳的一个重要组成部分，历来受到养生学家的重视。

因为它不但具有制作简便、汤稠味美、营养丰富、容易消化吸收等特点，而且还有防病祛病、强身延年的药用功效，故倍受广大群众尤其是儿童、老年人和患者的青睐。

《汤、粥、羹、汁制作500例》一书具有内容丰富、通俗易懂、易于操作、实用性强、雅俗共赏等特点。

可作为广大烹调爱好者、家庭主妇、从事营养和食疗研究工作者以及各种疾病患者饮食治疗的参考书。

<<汤、粥、羹、汁制作500例>>

书籍目录

第一章 汤	一 蔬菜果品汤	三鲜冬瓜汤	冬瓜荷叶汤	绿豆冬瓜汤	冬瓜赤小豆汤				
花生蚕豆汤	冬菇瓜汤	红枣黑木耳汤	蒜头花生汤	蒜头花生汤	苦瓜绿茶汤	大			
枣木耳汤	冬菇豆腐汤	嫩玉米汤	荠菜蛋汤	草菇丝瓜汤	荠菜苋菜鸡蛋汤	赤豆西			
瓜汤	冬瓜三豆汤	蚕豆冬瓜皮汤	赤豆冬瓜汤	绿豆大枣汤	绿豆海带汤	大枣冬菇			
汤	丝瓜醒脑汤	南瓜绿豆汤	冬瓜汤	荷叶汤	芹菜鸡蛋汤	二花汤	木耳海米汤		
	莲子龙眼汤	鲜百合汤	豆腐猪血汤	红糖茄子汤	豆腐汤	丝瓜汤	菠菜猪血汤		
	桂圆花生汤	扁豆清汤	生姜木瓜汤	大枣胡椒汤	淡菜汤	银耳鸽蛋汤	荷藕蜜		
汤第二章	粥第三章	羹第四章	汁					

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>