

<<夏补食养药膳>>

图书基本信息

书名：<<夏补食养药膳>>

13位ISBN编号：9787538150698

10位ISBN编号：7538150692

出版时间：2007-5

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：孙明杰

页数：95

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>

## <<夏补食养药膳>>

### 内容概要

凤凰生活顾问让您了解四大功能夏补药膳推荐食谱三十八种；凤凰健康专家介绍了四大功能夏补药膳食补要点及适用食物；凤凰知食分子为您提供了清热解毒、益气生津、健脾和胃、保健美容四大功能夏补药膳食养方案！

<<夏补食养药膳>>

作者简介

孙明杰，中南大学教授、江苏联环药业集团董事局主席、威尔曼新药开发中心集团董事局主席、中国药科大学董事局副主席、中国伟哥之父、亚太医药学会会长、药物化学专门委员会主任、全国优秀大学生研究生基金会主任；世界华人协会常务理事；香港《凤凰生活》杂志出品人、总编辑

## &lt;&lt;夏补食养药膳&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 凤凰知食分子：清热解暑食养方案 一 凤凰健康专家：清热解暑食补要点及适用食物简介  
 二 凤凰美食顾问：清热解暑食养药膳推荐食谱 薏米冬瓜羹 仙人掌炒鸡丝 甜瓜西米粥  
 莲藕鸡蛋粥 苦瓜菊花粥 南瓜绿豆汤 丝瓜烩豆腐 西红柿西瓜汁 淡竹叶粥  
 鱼腥草拌莴笋 清炒绿豆芽 菊花杏仁饮 扁豆荷叶粥 第二章 凤凰知食分子：益气生津食养方案  
 一 凤凰健康专家：益气生津食补要点及适用食物简介 二 凤凰美食顾问：益气生津食养药膳推荐食谱  
 地瓜粥 樱桃西米粥 木耳冬瓜汤 翠衣青蒿绿豆粥 西红柿炒鸡蛋 五味豆腐汤  
 生芦根粥 金针菇豆腐干 冬瓜莲子煲老鸭 菠萝粥 第三章 凤凰知食分子：健脾和胃食养方案  
 一 凤凰健康专家：健脾和胃食补要点及适用食物简介 二 凤凰美食顾问：健脾和胃食养药膳推荐食谱  
 清拌茄子 百合莲子瘦肉汤 胡萝卜生鱼汤 芡实猪肚煲 荸荠莲藕羹  
 葱油黄鱼 苘蒿蛋白饮 第四章 凤凰知食分子：健脾和胃食养方案 一 凤凰健康专家：保健美容食补要点及适用食物简介  
 二 凤凰美食顾问：保健美容食养药膳推荐食谱 太子参鲫鱼汤 三豆汤 豌豆绿豆粥  
 西红柿苹果汁 黑米蒸莲藕 黄芪大枣炖土鸡 沙参老鸭汤 麦冬黄瓜丝

<<夏补食养药膳>>

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>