

<<相宜相克1000例>>

图书基本信息

书名：<<相宜相克1000例>>

13位ISBN编号：9787544230711

10位ISBN编号：7544230716

出版时间：2006-2

出版时间：南海出版公司

作者：深圳市金版文化发展有限公司 编

页数：336

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>

<<相宜相克1000例>>

内容概要

本书共分六部分：炖汤、滚汤、蒸汤、羹、茶水、冷饮、蔬果汁，收集了800余种汤羹的制作方法，并配以精美图片和详实的各类小常识。

本书还收录了营养保健汤、药膳汤等汤谱。

汤、羹不仅水分多、软嫩润滑、不伤肠胃、极易吸收，而且味道鲜美、食用方便、制作简单，既能增加食欲，又能帮助消化吸收，具有改善人体新陈代谢、调节内分泌、增强免疫力、强身健体等功效。

这是一部值得珍藏的家庭烹饪知识完全图典，全书810道经典菜式实例，另有200多条烹饪小贴士，不仅收录炖汤、滚汤、蒸汤等多类家常汤谱，而且收录了羹、茶水、冷饮、蔬果汁等多类流质饮食，六类汤水、百变技法、千道鲜汤、万种享受带你共享家常汤的美味盛宴！

<<相宜相克1000例>>

作者简介

著名医学科学家

国家领导人专职保健医生

中国人民解放军总参警卫

局保健处主任医师

胡维勤，1961年毕业于上海第二医科大学医疗系，曾师从于上海第一人民医院著名内科医师乐文照教授，协和医院著名老中医祝谌予教授。

1971年调至北京中南海门诊部做专职医疗保健医生，曾先后担任过朱德总司令、华国锋主席的专职保健医生，受命参加谷牧、姚依林、李先念、李富春、胡耀邦等同志的会诊和保健工作，积累了丰富的保健经验，被国务院评为“有突出贡献的医学科学家”，1

990年被中央保健委员会授予荣誉证书和荣誉奖状，享受国务院特殊津贴。

曾参与编写的著作有《保健学词典》、《老年心血管病》等。

<<相宜相克1000例>>

书籍目录

炖汤 木瓜鲈鱼汤 霸王花猪肺汤 南北杏苹果生鱼汤 车前草猪肚汤 雪耳木瓜鲟鱼汤 木瓜鲤鱼汤 参芪泥鳅汤 猴头菇螺片滋阴养颜汤 大芥菜番薯汤 西瓜绿豆鹌鹑汤 薏米猪蹄汤 白瓜咸蛋瘦肉汤 西洋菜滚鲤鱼汤 西洋参无花果水鱼汤 苦瓜黄豆牛蛙汤 猴头鸡块汤 鹿芪煲鸡汤 冬瓜田鸡汤 香莱豆腐鱼头汤 藕节萝卜排骨汤 沙茶天冬炖老鸭 川芎白芷炖鱼头 枇杷花炖翅 凉瓜黄豆煲排骨 鱼片豆腐汤 罗汉果陈肾汤 豆腐鲟鱼汤 黄酒炖猪横膈 牛尾汤 牛排骨汤 松蓉鸡金针鱼头汤 粟米螺头炖冬瓜 鲤鱼头煮冬瓜 冬瓜冬笋冬菇汤 冬瓜薏米煲老鸭 冬瓜黑鱼汤 熟地龙骨煲冬瓜汤 冬瓜红豆汤 牛肉冬瓜汤 番茄鲫鱼汤 番茄红萝卜西芹汤 番茄排骨汤 竹笋鸡汤 竹笋鲫鱼汤 番茄乌鸡汤 冬笋鸭块 火腿笋汤 莱煮笋汤 鹅菇土豆汤 清炖鸡汤 鸭菇冬瓜汤 药膳鸡汤 蚬汤苴摇瞳 莲藕汤 海带姜汤 萝卜香菇汤 黑豆排骨汤 罗宋汤 味噌海带汤 红豆牛奶汤 竹笋排骨汤 绿豆薏仁汤 山药当归鸡汤 鲜菇鸡汤 香菇冬笋汤 山药鸡汤 枸杞羊肉汤 糖枣芹菜汤 茵陈甘草蛤蚧汤 山药排骨汤 当归枸杞鱼头汤 豆芽牛肉汤 青木瓜鱼片汤 薏仁猪肠汤 自制大骨高汤 自制素高汤 四神沙参猪肚汤 双枣莲藕炖排骨 麦枣甘草萝卜汤 海带蛤蚧排骨汤 姜片海参炖鸡汤 远志菖薄鸡心汤 丹参槐红乌鸡汤 黑豆牛蒡炖鸡汤 桂圆山药红枣汤 莲子山药甜汤 天麻鱼头汤 菖蒲猪心汤 灵芝养心汤 莱菔子萝卜汤 首乌肝片汤 半夏薏仁汤 美白菇旗鱼汤 甘蔗鸡骨汤 扁豆莲子鸡汤 土茯苓鳝鱼汤 鳗鱼枸杞汤 牛蒡海带排骨汤 红枣枸杞煲生鱼 黄芪炖生鱼 响螺珧柱炖花胶 鲜菌炖家鸡 川贝鲜枇杷炖鹌鹑 松茸茵陈炖土鸡 鲨鱼唇炖猴头菇 佛手瓜炖猪蹄骨旁 蝎子炖穗香鸡 菜胆炖白肺汤 珧柱冬瓜炖彩鸭 鲜人参炖竹丝鸡汤 青橄榄炖水鸭 鹿茸虫草炖水鸭 菜胆鸡炖翅 老庙单挡 火瞳翅 糟八珍 海底椰炖鸡 虫草海马炖大鲜鲍 党参北芪炖水鱼 沙参玉竹炖鲨鱼骨 鲜人参炖鸡 海鲜佛跳墙 茶树菇炖鸡 冬瓜排骨汤 冬瓜炖鸭 鲜蒸蚬仔 参片莲子汤 脊髓山药枸杞汤 万寿果炖猪肚 枸杞红枣炖猪心 冬瓜薏米煲洋鸭 冬菇瘦肉炖洋鸭 海底椰雪梨炖瘦肉 海马红参炖瘦肉 苹果炖野生鱼 木瓜炖银耳 西洋菜炖陈肾 隔水蒸鸡 花旗参炖竹丝鸡 杏杞绿豆炖乳鸽 珧柱炖菜胆 野茵炖花胶 南北杏菜干炖猪肺 清心润肺汤 核桃杜仲炖猪腰 南北杏雪梨炖鹌鹑 鲨鱼骨沙参炖瘦肉 淮杞圆肉炖骨旁 冰糖炖木瓜 莱干猪肺汤 猪尾汤 天麻炖猪脑 天麻瘦肉猪脑汤 川贝炖鹌鹑 鸡炖鱼翅 海马炖寿龟 川贝炖雪梨 木瓜炖银耳 牛奶银耳水果汤 太子参鸡肉盅 冬瓜鲤鱼汤 薏米汽锅鸡翅汤 甘草冰糖炖香蕉 鹿茸炖乌鸡 灵芝黄芪炖肉 黄精炖猪肉 黄精蒸鸡 附子蒸羊肉 田七炖鸡 玄参萝卜清咽露 灵芝菌汽锅鸡 冬虫草炖乳鸽 生地煲龙骨 牛蒡炖排骨 花胶炖响螺 虫草海马炖鳄鱼 生姜内桂炖猪肚 羹 芥菜豆腐羹 银耳番茄羹 内末冬瓜羹 银耳冬瓜羹 滋补雪耳海鲜羹 海菜鲜虾豆腐羹 鲜菇笋丝紫菜羹 虾米节瓜米羹 干鱿鱼青瓜米羹 红薯米羹 红枣腰花米羹 莱脯鱿鱼米羹 生滚田鸡米羹 生滚鲤鱼米羹 特色鲍鱼米羹 沙虾白果米羹 菜心鱼片米羹 花甲菜心米羹 沙白粉肠米羹 珧柱鸡丝米羹 韭黄玉米羹 鲍鱼三丝羹 红烧鸡丝羹 特色鱼肚羹 南瓜鱼松羹 椰汁西米露 西湖牛肉羹 珧柱肉丝羹 雪菜肉丝羹 粟米七彩羹 酒酿元宵羹 毛尖菊花蛇羹 桂花黄鱼羹 发财银鱼羹 蟹黄雪蛤羹 蟹粉豆腐羹 牛肉豆腐草菇羹 韭黄珧柱羹 粟米羹 红糟鲷鱼羹 枸杞银耳高粱羹 芝麻豌豆羹 太极红萝卜鸡蛋羹 蛋糊牛肉羹 百年好合羹 腐乳豆腐羹 玉米浆鸡蛋羹 腐皮百合羹 三菇海鲜羹 芋头水瓜羹 韭黄蚌仔羹 黑芝麻西米爱花羹 生鱼豆腐羹 青菜雪耳羹 日式海鲜羹 开胃羹 圣球凤润羹 杂果玉米甜羹 鱼肚菇丝羹 三丝萝卜羹 金针菇蟹肉羹 冬瓜蓉鲜虾羹 家庭三宝羹 香蕉玉米羹 鱼翅蟹肉羹 碧绿凉瓜羹 白芷果醋茶 板蓝根排毒茶 茶水 红枣白花蛇舌草茶 蒲公英金银花茶 糙米茶 车前草红枣茶 淡盐水 冻柠茶 杜仲五味子茶 番石榴蕊叶茶 枸杞茯苓茶 黑豆茶 红花绿茶饮 黄连消肿茶 黄芪红枣枸杞茶 黄芩解毒茶 绞股蓝酸梅茶 酵素糖酵水 金银花薄荷茶 菊花决明饮 红枣菊花决明子茶 菊花山楂饮 菊花糖蜜水 萝卜牛蒡香菇茶 灵芝茶 绿茶 罗汉果胖大海茶 罗汉三宝茶 麦门冬竹叶茶 麦芽山楂饮 麦芽乌梅饮 玫瑰花茶 玫瑰菩提子茶 迷迭香菊花 秘制雪梨茶 柠檬蜜水 女贞子蜂蜜饮 柠檬麦粉蜜水 枇杷桑白茶 半枝莲蛇舌草茶 杞菊饮 清肝山植决明茶 清爽玫瑰茶 桑叶清新茶 山植核桃饮 山植乌梅饮 首乌芝麻茶 舒眠茶 特调水果茶 天门冬茶 铁观音绿茶 西米奶茶 夏枯草净痘茶 香醇奶茶 香菇海带水 知母玄参茶 熏衣

<<相宜相克1000例>>

草菊花茶 银花饮 鱼腥草茶 玉竹西洋参茶 珍珠薏仁茶 栀子菊花茶 干姜绿茶 竹叶茅根茶
 紫花生津茶 逍遥骑士 黄金海岸 鸿运当头 天使之吻 神秘之夜 黑俄罗斯 环游世界 旭日东
 升 干马天尼 椰皇飘香 青柠飘雪 芒果飘雪 艳阳之舞 红粉佳人 薄荷仙子 柠檬橙子汁 草
 莓珍珠奶茶 薄荷宾治 云呢拿奶昔 胡萝卜汁 西冷奶茶 蓝山咖啡 神秘二重奏 爱情故事 火
 焰彩虹 咖啡圣代 椰林飘香 柠檬什饮 清爽蔬果汁 菠萝冰 什果宾治 柑橘蜜 鲜橙汁 冰砂
 绿野香波 踏雪寻梅 香蕉牛奶汁 柔情蛋蜜汁 冰摩卡咖啡 冰卡布基诺 飞越海洋 鲜果咖啡
 爱尔兰咖啡 花样年华 自然关系 浓情蜜意 雪梨芦荟汁 火龙金灯果汁 苹果番荔枝 西瓜西
 梅汁 红萝卜豆浆汁 芒果哈密瓜汁 香蕉芝麻蛋蜜汁 牛油果哈密汁 清爽 柔情 水果冰咖啡
 冰拿铁牛奶咖啡 彩虹冰淇淋咖啡 番茄海带汁 马铃薯莲藕汁 橘子芹菜花椰汁 芝麻姜奶 茼蒿
 凤梨柠檬汁 椰香飞扬 杨桃汁 田园之梦 香橙蛋蜜汁 醒目 薄荷冰柠檬 什果西米露 杏仁奶
 冻 啤酒冰咖啡 生死恋 哈密瓜香蕉汁 火龙果酸奶汁 凤梨芹菜汁 番茄芹菜豆腐汁 胡萝卜苹
 果橘子汁 姜汁甘蔗汁 龙眼胡萝卜汁 芦荟苹果汁 木瓜蔬菜汁 南瓜柑橘汁 葡萄鲜奶汁 苹果
 苦瓜牛奶汁 柳橙蔬菜汁 芥蓝苦瓜汁 紫苏西芹姜汁 香芹苹果汁 香瓜蔬果汁 西瓜番茄汁 水
 蜜桃芦笋汁 柿子柠檬汁 清脂蔬果汁 青豆橘子汁 冬瓜苹果汁 甜椒综合汁 奇异果蔬菜汁
 黄瓜西芹综合蔬果汁 红萝卜糖水汁 柳橙龙须汁 实用家庭烹饪小常识 山药胡萝卜炖鸡汤 栗子
 排骨汤 牛鞭汤 花生蚶干炖猪脚 香菇豆芽猪尾汤 四神汤 黄芪牛肉蔬菜汤 黄芪山药鱼汤 巴
 戟黑豆鸡汤 龟鹿二仙汤 虫草鸭汤 苡蓉黄精猪尾汤 杜仲寄生鸡汤 姜归羊肉汤 四物鸡汤 补
 骨脂芡实鸭汤 人参鸡汤.....滚汤蒸汤羹茶水冷饮·蔬果汁

<<相宜相克1000例>>

章节摘录

版权页：插图：

<<相宜相克1000例>>

编辑推荐

居家饮食营养必备菜谱！

《中国饮食营养第一菜500例》精选450道营养菜谱，涵盖日常必吃的蔬菜、荤菜、水产、纤豆，以中国居民平衡膳食宝塔为原则，以营养为主线，满足居家日常烹调的各类需要。

另外，50个烹调小窍门，帮你轻松解决厨房难题。

<<相宜相克1000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>