

<<科学胎教一本通>>

图书基本信息

书名：<<科学胎教一本通>>

13位ISBN编号：9787806078747

10位ISBN编号：7806078746

出版时间：2002-2-1

出版时间：珠海出版社

作者：李建华

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>

## 前言

疾病时常有意或无意地闯入我们生存的空间，干扰了我们正常的生活、学习和工作秩序：每个人都有患病的机会，假如治疗不当或拖延治疗，后果可大可小。

疾病固然可怕，但假如我们能对它们有较多的认识 and 了解，就能懂得加以预防，减少患病机会。

如果在日常生活中我们掌握一些防治疾病的知识，懂得一些疾病的发生、发展规律，做到有病早期发现，自己动手采用各种有效方法进行治疗，防微杜渐，这对战胜疾病，保持健康是十分有益的。

为满足人们这一迫切需求，我们组织广大专家编写了此书，我们力求以简单明了、深入浅出的语言介绍了内科、外科、妇科、儿科各种常见病的自诊要点、饮食疗法、自我调理等。

方便、实用，减少发病机会、减低病情恶化、确保身体健康、远离疾病是本书的目的。

## <<科学胎教一本通>>

### 内容概要

生活处世一本通。

烹调是一门艺术，只要你掌握了它，就可烹调出款款菜都是美味菜肴。我们精心编写了《家庭烹调一本通》就是帮助你达到这一愿望。本书强调实用、力求全面、文字通俗、内容包括烹调刀工技术、家庭烹调菜谱、八大菜系精选等，是你“出得厅堂，入得厨房”的好助手！

<<科学胎教一本通>>

书籍目录

第一章 烹调概述

第一节 烹调的起源和发展

第二节 烹调的认识

.....

第二章 烹调刀工技术

第一节 刀工在烹调中的作用

第二节 刀工的意义及要求

.....

第三章 烹调方法与应用

第一节 炸、溜、爆、炒、烹

第二节 烤、盐焗、煨烤、熏

.....

第四章 八大菜系精选

第一节 四川菜

第二节 山东菜

.....

第五章 家庭烹调菜谱

第一节 蔬菜素食类

第二节 肉食类

第三节 水产类

章节摘录

姜糖饮：生姜10克，切细丝，沸水冲泡并加盖5分钟，小火熬3分钟，加红糖，频服。  
或生姜5片与紫苏叶9克，水煎服。

葱豉姜汤：鲜葱白5克，淡豆豉、生姜各9克，水煎服。

葱豉粥：淡豆豉10克、粳米50克、葱白若干，先煎豆豉，去渣留汁，加米煮粥，临熟下葱白，空腹食。

神仙粥：糯米50克、生姜5片、同煮，沸后加带须葱头7个，醋少许，再煮至熟烂后服食。

2.风热型 葱豉豆腐汤：豆腐250克、淡豆豉12克、葱白15克，豆腐先略煎，再同煮汤，葱白最后放，调味后饮服。

桑叶、菊花各5克，苦竹叶、白茅根各30克，薄荷3克。  
文火略熬2分钟，加白糖适量，频服。

<<科学胎教一本通>>

编辑推荐

《生活处世一本通:自诊自疗一本通》：解答300种病例的症状及自疗法。

<<科学胎教一本通>>

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>