

<<合时进补食疗>>

图书基本信息

书名：<<合时进补食疗>>

13位ISBN编号：9787806530283

10位ISBN编号：7806530282

出版时间：2002-1-1

出版时间：广东旅游出版社

作者：冯伟红,海文

页数：127

字数：65

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>

<<合时进补食疗>>

内容概要

我国自古便有“药食同源”之说，医家却常以食物入药，而食家地常引药入肴，两者兼收并蓄，相得益彰，形成了独具特色的中国药膳。

本书结合家庭饮食实际，收集整理200多款常用食疗食谱。

为方便阅读，全书分为上下两部分，上篇是菜谱，包括蔬菜、禽蛋类、兽肉类、水产类、其他类5个类别；下篇主要是粮食类食谱。

方便实用，是家庭保健膳食的理想参考书。

<<合时进补食疗>>

书籍目录

上篇 菜谱

一 果蔬类

二 水产类

三 兽肉类

四 禽蛋类

五 其他类

下篇 食谱

一 山药粥

二 芹菜苹果粥

三 莲子粥

四 安神粥

.....

彩色插图

<<合时进补食疗>>

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>