

<<中华养生茶典>>

图书基本信息

书名：<<中华养生茶典>>

13位ISBN编号：9787806535448

10位ISBN编号：7806535446

出版时间：2007-1

出版时间：广东旅游

作者：朱复融

页数：419

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>

## <<中华养生茶典>>

### 内容概要

神农尝遍百草，得道于茶。

在人们的日常生活中，茶是“养生之源”、“疗病之药”和“时尚之品”。

《中华养生茶典》是全国迄今为止涉及面最广、内容最为丰富的一本饮茶养生全典。

《中华养生茶典》介绍了茶营养素的相关知识及人体、营养、能量、茶饮与养生病理之间的关系

。本书的最大特点是针对人的不同年龄、不同状态、不同身体素质及不同病理，以茶营养成分搭配与对症疗效为中心，多层次、多角度地向广大读者提供一套完整的饮茶养生和疗病方案。

使广大读者在轻松阅读中学到科学的茶保健方法。

本书也是一部茶方总集，共收录了1000多个以强身健体、美容养颜、纤体瘦身、保健养生、防病疗疾为主的茶方。

本书不但是家庭生活、休闲养生的必备用书，也可作为餐饮业、茶饮品生产加工企业的参考用书。

## 作者简介

朱复融，男，汉族，六十年代生人，江苏淮安人。

现从事中国传统饮食文化、生活美学与教育研究。

发表了近百篇文章散见内地及港台数十家报刊杂志。

中华饮食养生科普文库总策划、总编辑。

著和主编有：《中华新药理饮食丛书》、《中华传统饮食营养与宜忌大全》等十余种及教育专著多部。

著作被评为2005年度中共中央宣传部、文化部、教育部、科技部、广播电影电视总局、新闻出版总署、全国总工会、共青团中央、全国妇联九部委举办的国家知识工程——中华全民读书优秀推荐书目。

书籍目录

茶源文化篇第一章 茶史沿革第二章 茶与文艺第三章 茶与习俗第四章 茶与宗教第五章 茶与世界第六章 茗事典故茶叶品鉴篇第一章 茶品概述第二章 名茶品鉴茶与茶具篇第一章 茶具知识第二章 茶具使用第三章 紫砂壶茶素保健篇第一章 茶素保健概述第二章 常用茶的保健功效第三章 花草茶的常见功效第四章 凉茶的保健功效第五章 茶叶的妙用与禁忌茶饮养生篇第一章 养生保健茶饮方第二章 美容茶方第三章 纤体减肥茶饮方第四章 男性保健茶第五章 女性保健茶茶疗百病篇茶疗百病茶与美食篇第一章 茶食概要第二章 茶食、茶菜、菜汤、茶粥、茶冻制作茶艺篇第一章 茶艺概述第二章 茶艺的美学特征第三章 茶艺表演中不同的光洁第四章 茶艺演示与欣赏第五章 茶馆经营

编辑推荐

神农尝遍百草，得道于茶。

在人们的日常生活中，茶是“养生之源”、“疗病之药”和“时尚之品”。

本书是全国迄今为止涉及面最广、内容最为丰富的一本饮茶养生全典。

本书介绍了茶营养素的相关知识及人体、营养、能量、茶饮与养生病理之间的关系。

本书的最大特点是针对人的不同年龄、不同状态、不同身体素质及不同病理，以茶营养成分搭配与对症疗效为中心，多层次、多角度地向广大读者提供一套完整的饮茶养生和疗病方案。

使广大读者在轻松阅读中学到科学的茶保健方法。

本书也是一部茶方总集，共收录了1000多个以强身健体、美容养颜、纤体瘦身、保健养生、防病疗疾为主的茶方。

本书不但是家庭生活、休闲养生的必备用书，也可作为餐饮业、茶饮品生产加工企业的参考用书。

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>