

<<药补食补指南>>

图书基本信息

书名：<<药补食补指南>>

13位ISBN编号：9787810029803

10位ISBN编号：7810029800

出版时间：1998-8

出版时间：中国农业大学出版社

作者：吴炎

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>

<<药补食补指南>>

内容概要

这是一部关于男女药补和食补的通俗读物。

全书共介绍补药61种，补品33种，反映了传统滋补品的精华。

介绍内容包括；名称、产地、形状、性能、营养成分、炮制方法、药物用量、注意事项、以及药剂和药膳的制作。

无论是少男少女，还是中老年朋友，读了这部书，都会得到知识和收益。

<<药补食补指南>>

书籍目录

- 第1章 补阳药
- 第2章 补阴药
- 第3章 补气药
- 第4章 补血药
- 第5章 补阳食品
- 第6章 补阴食品
- 第7章 补气食品
- 第8章 补血食品

<<药补食补指南>>

章节摘录

版权页：1) 杜仲酒取杜仲100克，白酒500毫升，一齐放入洒瓶中，密封浸泡，10天后即可饮用。
、日服3次，每次15~20毫升。

此酒有降压、强身的作用。

适宜于高血压、劳损腰痛等症。

2) 杜仲腰花取杜仲12克，用水熬成浓汁50毫升。

猪腰250克，一刀两半，片去腰臊筋膜，切成腰花状。

用杜仲汁一半，加入适量料酒、豆粉、食盐，将其搓入腰花内。

将锅用武火烧热，倒入菜油，烧至八成熟，放入花椒，再放腰花，以及葱段、姜片、蒜片和杜仲汁，快速炒散，反复翻炒，炒熟即可。

此膳适用于肾虚腰痛、阳痿、遗精、年老体弱、血压升高等症。

3) 杜仲煮羊肾取杜仲15克，用文火煎煮30分钟，去渣留汁。

羊肾1对，一刀剖为两片，除去白色腥臊筋膜，切成薄片，用稀淀粉拌匀。

烧沸杜仲汁，将羊肾片放进锅内，搅散开，再烧沸，放入适量盐，煮熟放香油，即可食用。

早晚空腹食用最好。

此膳有补肝肾、益精髓、强筋骨的作用。

可用于肾脏虚寒、腰腿疼痛等症。

久服能强身益寿。

5. 兴阳益寿药一刺五加刺五加为一种一米高的落叶灌木，枝叉长满毛刺，有小叶三至五枚，据说它的名字，便是根据它的外形命名的。

刺五加与人参一样，同属五加科植物，刺五加的药效与人参也很相似，所以它又被称作五加参。

<<药补食补指南>>

编辑推荐

《药补食补指南》是由中国农业大学出版社出版的。

<<药补食补指南>>

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>