

<<农业品牌产品的食疗秘方>>

图书基本信息

书名：<<农业品牌产品的食疗秘方>>

13位ISBN编号：9787501774753

10位ISBN编号：7501774757

出版时间：2006-5

出版时间：中国经济

作者：白光

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>

## <<农业品牌产品的食疗秘方>>

### 内容概要

本书共分十八章，第一章介绍了81例谷物类农业品牌产品的保健食疗方；第二章介绍了111例豆类农业品牌产品的保健食疗方；第三章介绍了81例油脂类农业品牌产品的保健食疗方；第四章介绍了110例根茎类农业品牌产品的保健食疗方；第五章介绍了278例叶茎花类农业品牌产品的保健食疗方；第六章介绍了116例瓜类农业品牌产品的保健食疗方；第七章介绍了47例茄果类农业品牌产品的保健食疗方；第八章介绍了200例鲜果类农业品牌产品的保健食疗方；第九章介绍了114例硬果类农业品牌产品的保健食疗方；第十章介绍了34例菌类农业品牌产品的保健食疗方；第十一章介绍了64例畜类农业品牌产品的保健食疗方；第十二章介绍了62例禽蛋类农业品牌产品的保健食疗方；第十三章介绍了77例虫蜂花粉类农业品牌产品的保健食疗方；第十四章介绍了110例鱼类农业品牌产品的保健食疗方；第十五章介绍了63例软体水产类农业品牌产品的保健食疗方；第十六章介绍了32例虾蟹龟类农业品牌产品的保健食疗方；第十七章介绍了22例藻类农业品牌产品的保健食疗方；第十八章介绍了169例饮料类农业品牌产品的保健食疗方。

本书集理论性与实践性于一体，融农学、管理学、医学、营养学与保健学于一身，借鉴了不少医疗保健界的优秀成果和实践经验，可作为广大消费者养生保健食疗的重要参考依据。

## &lt;&lt;农业品牌产品的食疗秘方&gt;&gt;

## 书籍目录

总序序第一章 谷物类农业品牌产品的保健食疗方 一、大麦保健食疗方6例 二、麦芽保健食疗方5例 三、小麦保健食疗方9例 四、浮小麦保健食疗方2例 五、小麦麸保健食疗方5例 六、燕麦保健食疗方4例 七、荞麦保健食疗方10例 八、粳米保健食疗方8例 九、糯米保健食疗方8例 十、米皮糠保健食疗方3例 十一、高粱保健食疗方2例 十二、粟米保健食疗方4例 十三、黄米保健食疗方3例 十四、玉米保健食疗方3例 十五、薏苡仁保健食疗方6例 十六、脂麻保健食疗方5例 第二章 豆类农业品牌产品的保健食疗方 一、黄大豆保健食疗方8例 二、豆腐保健食疗方2例 三、豆腐浆保健食疗方4例 四、豆腐渣保健食疗方4例 五、黑大豆保健食疗方13例 六、大豆黄卷保健食疗方4例 七、淡豆豉保健食疗方3例 八、绿豆保健食疗方12例 九、扁豆保健食疗方6例 十、豌豆保健食疗方2例 十一、赤小豆保健食疗方14例 十二、蚕豆保健食疗方4例 十三、豇豆保健食疗方8例 十四、菜豆保健食疗方2例 十五、刀豆保健食疗方25例 第三章 油脂类农业品牌产品的保健食疗方 一、豆油保健食疗方2例 二、花生油保健食疗方3例 三、胡麻油保健食疗方12例 四、油菜子油保健食疗方5例 五、芝麻油保健食疗方31例 六、玉米油保健食疗方2例 七、棉籽油保健食疗方3例 八、米糠油保健食疗方2例 九、葵花籽油保健食疗方3例 十、椰子油保健食疗方2例 十一、新型保健食油5例 十二、猪脂保健食疗方6例 十三、羊脂保健食疗方5例 第四章 根茎类农业品牌产品的保健食疗方 一、百合保健食疗方9例 二、荸苳保健食疗方11例 三、慈姑保健食疗方2例 四、番薯保健食疗方13例 五、胡萝卜保健食疗方5例 六、土豆保健食疗方2例 七、竹笋保健食疗方2例 八、生姜保健食疗方24例 九、山药保健食疗方11例 十、萝卜保健食疗方17例 十一、茺菁等保健食疗方8例 十二、魔芋保健食疗方6例 第五章 叶茎花类农业品牌产品的保健食疗方 一、大白菜保健食疗方5例 二、小白菜保健食疗方5例 三、洋白菜保健食疗方2例 四、油菜保健食疗方13例 五、大葱保健食疗方26例 六、胡葱保健食疗方2例 七、洋葱保健食疗方7例 八、大蒜保健食疗方27例 九、薤白保健食疗方10例 十、菠菜保健食疗方4例 十一、冬葵保健食疗方8例 十二、韭菜保健食疗方19例 十三、茭白保健食疗方3例 十四、荠菜保健食疗方11例 十五、芥菜保健食疗方5例 十六、落葵保健食疗方8例 十七、蕹菜保健食疗方2例 十八、蕹菜保健食疗方8例 十九、苜蓿保健食疗方3例 二十、黄花菜保健食疗方3例 二十一、旱芹保健食疗方6例 二十二、水芹保健食疗方8例 二十三、蒲菜保健食疗方2例 二十四、芦笋保健食疗方2例 二十五、莴苣保健食疗方6例 二十六、苋菜保健食疗方5例 二十七、白苋保健食疗方4例 二十八、红苋菜保健食疗方2例 二十九、香菜保健食疗方9例 三十、香椿和椿叶保健食疗方4例 三十一、紫苏叶保健食疗方10例 三十二、筒篙保健食疗方2例 三十三、枸杞叶保健食疗方7例 三十四、香薷保健食疗方3例 三十五、藿香保健食疗方8例 三十六、红花保健食疗方12例 三十七、木槿花保健食疗方8例 三十八、木芙蓉花保健食疗方8例 第六章 瓜类农业品牌产品的保健食疗方 一、冬瓜保健食疗方10例 二、冬瓜皮保健食疗方7例 三、南瓜保健食疗方8例 四、黄瓜保健食疗方14例 五、越瓜保健食疗方3例 六、瓠子保健食疗方5例 七、葫芦保健食疗方7例 八、丝瓜保健食疗方32例 九、苦瓜保健食疗方12例 十、西瓜保健食疗方10例 十一、甜瓜保健食疗方8例 第七章 茄果类农业品牌产品的保健食疗方 一、茄子保健食疗方16例 二、番茄保健食疗方9例 三、辣椒保健食疗方巧例 四、枸杞子保健食疗方7例 第八章 鲜果类农业品牌产品的保健食疗方 一、柚保健食疗方5例 二、甜橙保健食疗方3例 三、柑与橘保健食疗方19例 四、黄皮果保健食疗方2例 五、佛手柑保健食疗方4例 六、金橘保健食疗方2例 七、柠檬保健食疗方2例 八、菠萝保健食疗方6例 九、菠萝蜜保健食疗方3例 十、苹果保健食疗方5例 十一、沙果保健食疗方2例 十二、梨保健食疗方15例 十三、李子保健食疗方7例 十四、樱桃保健食疗方2例 十五、甘蔗保健食疗方4例 十六、橄榄保健食疗方8例 十七、草莓保健食疗方17例 十八、刺玫果保健食疗方2例 十九、大枣保健食疗方19例 二十、荔枝保健食疗方12例 二十一、龙眼保健食疗方12例 二十二、乌梅保健食疗方14例 二十三、罗汉果保健食疗方6例 二十四、猕猴桃保健食疗方4例 二十五、芒果保健食疗方5例 二十六、杨梅保健食疗方7例 二十七、枇杷保健食疗方2例 二十八、葡萄保健食疗方6例 二十九、桑椹保健食疗方3例 三十、沙棘果保健食疗方2例 三十一、酸枣保健食疗方3例 第九章 硬果类农业品牌产品的保健食疗方 一、花生保健食疗方10例 二、向日葵子保健食疗方1例 三、核桃仁保健食疗方12例 四、苦杏仁保健食疗方9例 五、甜杏仁保健食疗方2例 六、栗子保健食疗方13例 七、棒子保健食疗方5例 八、榧子保健食疗方5例 九、莲子保健食疗方10例 十、芡实保健

## &lt;&lt;农业品牌产品的食疗秘方&gt;&gt;

食疗方8例 十一、菱角保健食疗方5例 十二、南瓜子保健食疗方7例 十三、冬瓜子保健食疗方6例 十四、栀子保健食疗方21例第十章 菌类农业品牌产品的保健食疗方 一、香菇保健食疗方2例 二、茯苓保健食疗方13例 三、黑木耳保健食疗方7例 四、银耳保健食疗方4例 五、蘑菇保健食疗方2例 六、猴头菇保健食疗方4例 七、红糟保健食疗方2例第十一章 畜类农业品牌产品的保健食疗方 一、猪肉保健食疗方8例 二、猪血保健食疗方5例 三、猪肝保健食疗方9例 四、猪肚保健食疗方7例 五、猪肠保健食疗方2例 六、猪蹄保健食疗方6例 七、牛肉保健食疗方5例 八、羊肉保健食疗方11例 九、兔肉保健食疗方2例 十、马肉保健食疗方4例 十一、狗肉保健食疗方5例第十二章 禽蛋类农业品牌产品保健食疗方 一、鸡肉保健食疗方9例 二、鸡血保健食疗方9例 三、鹅肉保健食疗方4例 四、鹅血保健食疗方5例 五、鸭肉保健食疗方12例 六、鹌鹑保健食疗方6例 七、鸡蛋保健食疗方13例 八、鸭蛋保健食疗方4例第十三章 虫蜂花粉类农业品牌产品的保健食疗方 一、蚕蛹保健食疗方4例 二、蜗牛保健食疗方17例 三、蜜蜂子保健食疗方1例 四、蜂蜜保健食疗方犯例 五、蜂王浆保健食疗方3例 六、蒲公英花粉保健食疗方15例 七、松花粉保健食疗方5例第十四章 鱼类农业品牌产品的保健食疗方 一、鲑鱼保健食疗方3例 二、鮰鱼保健食疗方2例 三、鮎鱼保健食疗方1例 四、鱧鱼保健食疗方1例 五、鲤鱼保健食疗方16例 六、鲥鱼保健食疗方6例 七、鲫鱼保健食疗方12例 八、鲢鱼保健食疗方2例 九、鲮鱼保健食疗方2例 十、黄花鱼保健食疗方5例 十一、带鱼保健食疗方2例 十二、鳢鱼保健食疗方6例 十三、鳊鱼保健食疗方2例 十四、鳙鱼保健食疗方3例 十五、鳝鱼保健食疗方15例 十六、鱖鱼保健食疗方2例 十七、海鳗保健食疗方5例 十八、鲈鱼保健食疗方3例 十九、鳊鱼保健食疗方5例 二十、青鱼保健食疗方4例 二十一、塘鳢鱼保健食疗方3例 二十二、泥鳅保健食疗方5例 二十三、鰕虎鱼保健食疗方2例 二十四、银鱼保健食疗方3例第十五章 软体水产类农业品牌产品的保健食疗方 一、墨鱼保健食疗方13例 二、海蛰保健食疗方3例 三、海蛰皮保健食疗方6例 四、蛤蜊保健食疗方5例 五、蚌肉保健食疗方2例 六、鲍鱼保健食疗方3例 七、壳菜保健食疗方4例 八、海参保健食疗方5例 九、毛蚶保健食疗方2例 十、蛭肉保健食疗方3例 十一、田螺保健食疗方10例 十二、蚬肉保健食疗方5例 十三、牡蛎肉保健食疗方2例第十六章 虾蟹龟类农业品牌产品的保健食疗方 一、海虾保健食疗方2例 二、青虾保健食疗方5例 三、虾皮保健食疗方1例 四、河蟹保健食疗方7例 五、海蟹保健食疗方2例 六、鳖肉保健食疗方10例 七、龟肉保健食疗方5例第十七章 藻类农业品牌产品的保健食疗方 一、海带(昆布、鹅掌菜)保健食疗方11例 二、海藻保健食疗方3例 三、石莼保健食疗方1例 四、龙须菜保健食疗方2例 五、石花菜保健食疗方2例 六、紫菜保健食疗方2例 七、麒麟菜保健食疗方1例第十八章 饮料类农业品牌产品的保健食疗方 一、茶叶保健食疗方28例 二、花茶保健食疗方13例 三、药茶保健食疗方7例 四、红茶菌保健食疗方6例 五、白酒保健食疗方13例 六、黄酒保健食疗方6例 七、葡萄酒保健食疗方6例 八、啤酒烹调方法7例 九、无醇啤酒保健食疗方1例 十、保健酒保健食疗方4例 十一、白沙糖保健食疗方6例 十二、红糖保健食疗方10例 十三、冰糖保健食疗方8例 十四、饴糖保健食疗方12例 十五、甜菊保健食疗方1例 十六、人乳汁保健食疗方5例 十七、牛奶(含酸牛奶)保健食疗方4例 十八、羊奶保健食疗方5例 十九、咖啡保健食疗方3例 二十、可可保健食疗方2例 二十一、菊花保健食疗方5例 二十二、茉莉花保健食疗方2例 二十三、玫瑰花保健食疗方7例 二十四、玳玳花保健食疗方3例 二十五、决明子保健食疗方5例 参考文献

## &lt;&lt;农业品牌产品的食疗秘方&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘刀豆性平，味甘。

每100克刀豆含蛋白质30.7克，脂肪1.2克，糖类53.1克，钙164毫克，磷209毫克，铁10.5毫克，尚含较多量的维生素B1。

此外，刀豆含尿素酶、血球凝集素、刀豆氨酸，嫩荚中含刀豆赤霉素1、，洋刀豆中还含糖甙酶、精氨酸酶、精氨基琥珀酸酶、刀豆酸、戊酸、丝氨酸等。

刀豆是食、药同源食物。

此外，刀豆的根、荚可药用，入胃、大肠经，有温中下气、益肾补元作用，对虚寒呃逆、呕吐、腹胀、肾虚、腰痛、痰喘等有一定疗效。

《本草纲目》记载，刀豆“温中下气，利肠胃，止呃逆，益肾补元”。

《滇南本草》记载，刀豆“健脾”。

《中药材手册》记载，刀豆“补肾、散寒、下气、利肠胃、止呕吐，治肾气虚弱、肠胃不和、呃逆、腹胀、吐泻”。

刀豆含各种营养物质，是一种滋补性食物。

嫩荚做菜，味道鲜美，营养丰富，有温补作用，尤适于脾胃虚弱者。

老刀豆煎汤或烧炭研末服，可治功能性呃逆，对肿瘤病人引起的呃逆也有改善作用。

刀豆壳嫩时可食，功效略逊。

刀豆中含有尿素酶，可降低尿素的水解，使氨积累减少，可减轻肝昏迷症状。

刀豆中还含有血球凝集素等多种球蛋白，特别是洋刀豆中的血球凝集素具有特殊功能。

它可激活淋巴细胞转变为淋巴母细胞，但不产生毒性，从而增强人体的免疫作用，并能凝聚癌细胞和各种致癌物质所引起的变形细胞，而对正常细胞无碍，故具抗癌作用，受到人们重视。

刀豆还可和猪腰、香菇、粳米等制成刀豆粥，可增强其益肾补元、散寒温中、下气止呃的功效，适用于肾虚腰痛、呕吐呃逆、喘息咳嗽、胸满痞闷及久痢、头痛等症，是心脏病、高血压患者很好的保健食品。

然而，胃热患者不宜食用。

胃热患者腑气不降，可出现呃逆或呕吐，此呃与呕为胃热所致，应清热降逆，不应投温热之品。

刀豆温热，食之则胃热更重，呃逆、呕吐不减，《四川中药志》说：“胃热盛者慎服。”

不宜油炸或加碱煮食。

油炸及加碱煮食均能破坏刀豆所含的营养成分，使营养价值降低。

## <<农业品牌产品的食疗秘方>>

### 编辑推荐

农产品是人们每天不可缺少的重要生活品，它的质量直接关系到人们的身体健康。本书系统介绍了谷物类、豆类、根茎类、叶茎类、瓜类、茄果类、硬果类等各类农业品牌产品的上千种保健食疗方，集理论性与实践性于一体，融农学、管理学、医学、营养学与保健学于一身，借鉴了不少医疗保健界的优秀成果和实践经验，可作为广大消费者养生保健食疗的重要参考依据。

<<农业品牌产品的食疗秘方>>

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>