

<<奇亚>>

图书基本信息

书名：<<奇亚>>

13位ISBN编号：9787502779511

10位ISBN编号：7502779515

出版时间：2011-1

出版时间：海洋出版社

作者：蔻韦恩（Dr. Wayne Coates）,艾嘉图（Ing. Ricardo Ayerza Jr.）

页数：231

译者：容清

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>

<<奇亚>>

内容概要

“中国人吃的是概念，美国人吃的是数字。”——这本凝聚了蔻博士20年来研究成果的著作，并不仅仅介绍了奇亚对人类营养与健康的重要作用，更重要的是它蕴含的西方人严谨理性的饮食理念，还是存在许多值得我们借鉴与利用的地方。

深海鱼油为何受到推崇？
冠心病为何成为人类头号疾病杀手？
糖尿病、高血压等曾经的富贵病为何如今患病率居高不下？
什么是Omega-3脂肪酸？
近来来逐渐走俏的奇亚籽（chia seed）为何被誉为“奇异籽”、“超能食品”？

谨以此书献给那些在中国繁杂的保健品市场中不知所从的人们，献给那些不满足于他人推荐与大众口碑的人们，献给那些想要刨根究底而不愿人云亦云、随风逐流的人们——那些对自己的健康、对自己的生活负责的人们。
人类、动物与植物构成的食物链是一个完美且智慧的自然系统，健康也应当是自然的。让我们及时唤醒生命自身的智慧，共同领悟自然生命的真谛吧。

作者简介

寇韦恩是奇亚研究和推广的先导者，是率先进行奇亚价值探索和市场运作的少数几人之一，他被人们誉为“奇亚之父”。

寇韦恩是亚利桑那大学旱地研究组的名誉教授。

他曾在科技杂志上发表过六十多篇学术论文。

他对奇亚的研究工作开始于1990年，期间他发明了现在广泛用于收获和清洁奇亚籽的机械系统。

目前他致力于向世界推广这种健康种子，他希望让更多的人了解它的价值，并让它走入更多人的食谱和生活。

艾嘉图目前供职于亚利桑那大学的旱地研究组。

他出生于布宜诺斯艾利斯，目前已发表了多篇科研论文，并出版了三本关于新作物的著作。

自1990年开始，他就致力于奇亚的生产和使用等方面的研究。

此外，对于不同生态条件下奇亚的品质和产量，他也做出了突出的贡献。

书籍目录

前言

第一章 饥饿与富足的悖论

第二章 omega-3脂肪酸的重要性

第三章 一种被忽视的美洲食物

第四章 奇亚的复活

第五章 奇亚与其他omega-3脂肪酸来源

第六章 增强omega-3脂肪酸含量的动物产品

第七章 奇亚——市场营销与商业化

参考资料

附录 专有名词对照表

章节摘录

在弗洛伦蒂诺抄本中，每一页里萨哈冈都用纳瓦特语和西班牙语同时书写，两种语言各占一边。但它们两者都不是从对方翻译得到的。

1963年，弗洛伦蒂诺抄本中纳瓦特语的部分由作家安德森和迪博翻译成了英语。

比较原版的西班牙语部分与安德森和迪博的英语翻译中，我们发现它们在内容上存在很多差异。

本书中大部分的段落是由弗洛伦蒂诺抄本中的西班牙语部分翻译成英语的。

然而，有一个段落安德森和迪博的英语翻译比相应的西班牙语部分更清晰，于是我们选择了英语翻译的版本。

萨哈冈创作弗洛伦蒂诺抄本的目的是为了让人们了解墨西哥山谷的本地居民的习俗，从而帮助天主教徒向他们传播宗教信仰。

因此弗洛伦蒂诺抄本涵盖了本地人生活的所有基本方面，通常人们把它当成纳瓦特人真正的百科全书中描述了阿兹特克人和其他纳华族人在培育和使用作物方面的先进程度，并且详细介绍了土壤的类型和质量，整地准备播种的办法，播种的方法，用肥料施肥、收割、贮藏、农业工具和系统、作物用途以及市场交易。

这一不朽的著作中，描写了许多关于生产、商业化、阿兹特克人对奇亚的使用，以及他们的战败国等方面的内容。

萨哈冈的弗洛伦蒂诺抄本中，十二卷有六卷中提到了奇亚：第二卷，历法、节日、献祭，以及宗教仪式；第五卷，神灵起源；第八卷，国王与政府；第九卷，商人与工艺；第十卷，人类身体、疾病与医药；第十一卷，动物、植物、金属与石材。

书中还有一些图片描绘了奇亚及其用途，图3.2和3.3是两个例子。

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>