

<<养生食谱>>

图书基本信息

书名：<<养生食谱>>

13位ISBN编号：9787506270250

10位ISBN编号：7506270250

出版时间：2004-1

出版时间：世界图书出版公司北京公司

作者：郭玉梅 编

页数：95

字数：60000

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>

## <<养生食谱>>

### 内容概要

外在空气与食物受到严重污染、精神压力过重的现代社会，拥有健康似乎遥不可及，各种文明病与成人病随时可能缠身。

但只要每天喝少量健康醋，促进新陈代谢，使血液常保健康的弱碱性，还可预防高血脂与动脉硬化，帮助对钙质的吸收以预防骨质疏松。

养生酒的主要功效是“治未病”，与就是预防疾病，而不是治疗疾病。

选用合适的养生药酒，每天持续喝少量，可以促使人体健康、预防疾病入侵体内，从而达到保健养生的功效。

<<养生食谱>>

书籍目录

养生保健的健康醋 醋的分类 醋对人体的功效 如何辨识好醋 醋的相关知识答疑 神奇的醋蛋 醋蛋的疗效 醋蛋 金橘醋 苹果醋 红葡萄醋 柳橙醋 榨菜檬醋 桑葚醋 草莓醋 梅子醋 菠萝醋 大蒜醋 生姜醋 黑豆醋 洋葱醋 黑枣醋 枸枣醋 枸杞醋 四物醋 紫苏醋 养生保健的养生酒 喝养生酒的禁忌与要领 如何泡制养生酒？

人参红枣酒 五味子酒 菊花明目酒 川芎酒 人参酒 红枣酒 枸杞酒 肉苁蓉酒 红花酒 艾草酒 麦枣地黄酒 酸枣仁酒 杜仲酒 山药酒 西芹酒 蒜头酒 芦荟酒 生姜酒 松叶酒 迷迭香酒 熏衣草酒 紫苏酒 薄荷酒 火龙果酒 猕猴桃酒 枇杷酒 金橘酒 梅子酒 柳橙酒 香蕉酒 桑葚酒 番石榴酒 葡萄酒 草莓酒 水蜜桃酒 葡萄柚酒 菠萝酒 橘子酒 杨桃酒 柠檬酒 苹果酒 咖啡酒 木瓜酒 荔枝酒

<<养生食谱>>

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>