

<<图说补肾滋阴调养菜谱>>

图书基本信息

书名：<<图说补肾滋阴调养菜谱>>

13位ISBN编号：9787508241388

10位ISBN编号：750824138X

出版时间：2006-9

出版时间：金盾出版社

作者：吴杰

页数：83

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>

## <<图说补肾滋阴调养菜谱>>

### 内容概要

本书为追求身体健康的女士精选了具有祛湿除风，止带止痛，补血补虚，补肾滋阴，健脾疏肝，宁心安神功效的菜肴40种，以简洁的文字与精美的彩图，对每种菜的营养成分、药理特性和功效、用料配比、操作步骤及注意事项均作了详细介绍和提示，主要制作过程还配有示范图片。菜肴选料讲究，搭配科学，通俗易懂，易学易做，是一本理想的“性”福菜谱书。

<<图说补肾滋阴调养菜谱>>

书籍目录

菇枣炖龟肉 土茯苓炖龟 香菇烧海参 吉利堂白玉双鲜 海参甘蓝炖豆腐 蛭肉炒鞭笋 蛭肉炒火腿肠 绿意鱿鱼 鱿鱼汤 韭香鱿须烧豆腐 石锅淡菜炖豆腐 青翠牡蛎汤 黑白牡蛎汤 蟹柳藕片 吉利堂双冬鲤鱼 煎蒸带鱼 川芎双蔬烧泥鳅 马鞭草冬笋鸽煲 豆腐扣炖鹌鹑 旱莲当归乌鸡煲 沙参虫草鸭肉煲 肉蛋双蔬 豆干烧芸豆 三彩笋丁 腐竹烧蛇瓜 苦瓜羊肉 归地炖羊排 葱香火腿炒豆皮 腐竹兔肉丁 果蔬兔丁 兔肉双耳汤 青椒豆腐皮羊肝片 苦瓜肚片 吉利堂翡翠猪手 淫羊藿炖猪蹄 吉利堂鞭笋腰花 菊花嫩藕猪肝汤 吉利堂枸杞鞭花 双蔬豆干 三彩魔芋

<<图说补肾滋阴调养菜谱>>

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>