

<<黄姜养生饮食>>

图书基本信息

书名：<<黄姜养生饮食>>

13位ISBN编号：9787508712963

10位ISBN编号：750871296X

出版时间：2007-1

出版时间：中国社会出版社

作者：赵留安

页数：185

字数：104000

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>

<<黄姜养生饮食>>

内容概要

谚语讲:"夏吃大蒜冬吃姜,不劳医生开药方。

”“ 葱姜进了城, 药店关了门。

” 这些谚语说明了了黄姜的食疗、食补作用早被人们所熟悉, 早已被人们所掌握。

葱、姜、蒜看起来很普通, 是我国人民餐桌上的副食品和调味品, 但它们的潜在功能远远没有被挖掘出来, 需要我们进一步开发利用, 造福于人民。

本书系作者根据多年的数学经验及生活实践, 从民间搜集、整理出的关于黄姜的健康饮食秘方以及食疗秘方以及食疗食补验方。

<<黄姜养生饮食>>

作者简介

赵留安先生，汉族，1948年7月出生，现任中国食文化丛书编委会编委、河南长垣县西西饭店总经理。享有中国烹饪大师、国家高级烹饪技师、全国餐饮业一级评委、中国十大厨神、中国名厨等荣誉称号。

中国食文化丛书《名厨必读》一书的主编，先后荣获得河南省工人技术进步选拔

<<黄姜养生饮食>>

书籍目录

第一章 姜的概述 第一节 姜的栽培历史 第二节 姜的主要成分及功效 第三节 生姜保鲜 第四节 姜的营养成分含量 第二章 姜与饮食 第一节 鲜姜调味 第二节 姜去异味 第三节 姜汗配方 第四节 生姜腌制 第五节 姜制姜食 第六节 姜烹美食秘方 第三章 姜的妙用 第一节 生活中的妙用 第二节 饮食中的妙用 第三节 防疫中的妙用 第四节 生产中的妙用 第五节 其他方面的妙用 第四章 姜的养生与保健功能 第一节 姜的养生作用 第二节 姜的保健功能 第三节 姜的保健秘方 第五章 姜的对症食疗 第一节 对证食疗——感冒发烧 一、姜疗感冒发烧 第二节 对症食疗——姜疗咳嗽哮喘 一、姜疗支气管炎 二、姜疗哮喘 第三节 对症食疗——高血压高血脂 一、姜疗高血压 二、姜疗高血脂、 第四节 对症食疗——胃肠疾患 一、姜疗急性胃肠炎 二、姜疗胃痛 三、姜疗胃下垂 四、姜疗呕吐 五、姜疗腹胀 六、姜疗腹痛 七、姜疗腹泻 八、姜疗噎膈 九、姜疗便秘 第五节 对症食疗——心肺肝肾 第六节 对症食疗——糖尿病 第七节 对症食疗——中风神经痛 第八节 对症食疗——腰腿关节痛 第九节 对症食疗——妇科病痛 第十节 对症食疗——儿科病灶 第十一节 对症食疗-外科病症 第十二节 对症食疗——五官科病症 第十三节 对症食疗——皮肤疾病 第十四节 对症食疗——男性虚症 第十五节 对症食疗——传染病 第十六节 对症食疗——其他病症 第六章 综合篇 第一节 神奇的黄姜 第二节 洋姜 第三节 姜在中国 第四节 姜在国外 第五节 黄姜趣谈 第六节 开发鲜姜新产品 第七节 食姜陋习 第八节 食姜禁忌后记

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>