

<<粥>>

图书基本信息

书名：<<粥>>

13位ISBN编号：9787509107195

10位ISBN编号：7509107199

出版时间：2007-3

出版时间：人民军医

作者：王强虎

页数：190

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>

内容概要

《粥》的编者以历代经典医籍粥疗方为主，广泛收集民间大量成熟的粥疗饮食配方，结合现代医学最新研究成果，按不同体质，不同需求的人群，详细介绍所选滋补粥疗处方的配料、制法、用法、功效及出处。

这些处方具有取材便利、制作简易、安全有效、经济实用等特点；只要对症选方、灵活运用，就能取得较好疗效。

因而特别适合于日常保健，常见病、慢性病的家庭调理，《粥》可供广大群众和医学工作者参考。

书籍目录

第一章认识了解滋补粥你知道喝粥的历史吗？

滋补粥有哪些作用熬粥时放红糖有何作用熬粥时放白糖有何作用熬粥时放冰糖有何最滋补有的滋补粥为何要放蜂蜜滋补粥配料首选粳米粳米熬粥的宜与忌糯米同样是粥的主材糯米熬粥的宜与忌小米粥是真的“代参汤”黑米粥是民间的补血粥慧米粥的作用及熬制宜忌玉米粥的滋补作用熬煮滋补粥的六招滋补粥的科学应用如何科学配制滋补粥滋补粥选用常见禁忌熬制滋补粥的注意事项第二章常见强身滋补粥第三章女性常用滋补粥第四章儿童常用滋补粥第五章中老年人滋补粥第六章常见疾病防治滋补粥附录A附录B附录C.....

编辑推荐

编者以历代经典医籍粥疗方为主，广泛收集民间大量成熟的粥疗饮食配方，结合现代医学最新研究成果，按不同体质，不同需求的人群，详细介绍所选滋补粥疗处方的配料、制法、用法、功效及出处。这些处方具有取材便利、制作简易、安全有效、经济实用等物点。

<<粥>>

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>