

<<新编饮食本草>>

图书基本信息

书名：<<新编饮食本草>>

13位ISBN编号：9787537533140

10位ISBN编号：7537533148

出版时间：2000-1

出版时间：河北科学技术

作者：良石

页数：266

字数：320000

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>

<<新编饮食本草>>

内容概要

人体的综合健康关键是免疫系统，而人体的免疫功能都受食物的影响。五谷杂粮，肉禽蛋奶，果蔬调料都有一定的药性，可直接影响人体的免疫系统。为了合理利用这些食物充分发挥其药性，从而提高人体的免疫功能，编者精心收集了民间秘方，传统医学古籍，当代科学家的发现等等，汇聚成了一桌颇为丰盛的晚餐以飨读者。

<<新编饮食本草>>

书籍目录

食物营养成分简介植物篇 一、菜蔬类 大白菜 小白菜 油菜 菠菜 韭菜 生菜 卷心菜 芹菜 空心菜 苋菜 香菜 大葱 大蒜 姜 辣椒 黄瓜 冬瓜 丝瓜 南瓜 佛手瓜 四棱豆 黄豆芽 绿豆芽 长豇豆 豌豆 莴笋 芦笋 茄子 西红柿 蒜苗 菜花 黄花菜 茼蒿 仙人掌 芦荟 二、谷豆类 三、瓜果类动物篇 一、牲畜类 二、禽蛋类 三、水产类调味篇 一、油脂类 二、佐品类饮品篇 一、酒类 二、饮料类

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>