

<<春补食养药膳>>

图书基本信息

书名：<<春补食养药膳>>

13位ISBN编号：9787538150681

10位ISBN编号：7538150684

出版时间：2007-5

出版时间：辽宁科学技术出版社

作者：孙明杰

页数：95

字数：80000

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>

## <<春补食养药膳>>

### 内容概要

凤凰生活顾问让您了解四大功能春补药膳推荐食谱三十八种；凤凰健康专家介绍了四大功能春补药膳食补要点及适用食物；凤凰知食分子为您提供了养肝健脾、清热祛湿、祛风助阳、保健养颜四大功能春补药膳食养方案！

<<春补食养药膳>>

作者简介

孙明杰，中南大学教授、江苏联环药业集团董事局主席、威尔曼新药开发中心集团董事局主席、中国药科大学董事局副主席、中国伟哥之父、亚太医药学会会长、药物化学专门委员会主任、全国优秀大学生研究生基金会主任；世界华人协会常务理事；香港《凤凰生活》杂志出品人、总编辑

## &lt;&lt;春补食养药膳&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 凤凰知食分子：养肝健脾食养方案 一 凤凰健康专家：养肝健脾食补要点及适用食物简介  
 二 凤凰美食顾问：养肝健脾食养药膳推荐食谱 猪肝绿豆粥 生地天冬猪肝汤 鸡骨草鲫鱼猪  
 胰汤 清蒸鲈鱼 首乌红枣鸡蛋汤 枸杞粥 金髓膏 猴头菇炖鸡块 桑工菴粥 梅  
 花粥 山药糯米粥 玄参炖猪肝 党参粥第二章 凤凰知食分子：清热祛湿食养方案 一 凤凰  
 健康专家：清热祛湿食补要点及适用食物简介 二 凤凰美食顾问：清热祛湿食养药膳推荐食谱 香  
 春拌豆腐 荠菜饺子 白菜薏米粥 赤小豆煲鸡 薏米粥 芹菜粥 鸡汤鱼卷 红烧  
 菇笋 口蘑白菜第三章 凤凰知食分子：保健养颜食养方案 一 凤凰健康专家：保健养颜食补要点  
 及适用食物简介 二 凤凰美食顾问：保健养颜食养药膳推荐食谱 大蒜粥 辛煲鸡蛋 芫爆里  
 脊 姜韭鸡蛋羹 生姜糯米粥 杜仲腰花 菊花鳝鱼 韭菜粥 芥菜姜汤第四章 凤凰  
 知食分子：保健养颜食养方案 一 凤凰健康专家：保健养颜补要点及适用食物简介 二 凤凰美食  
 顾问：保健养颜食养药膳推荐食谱 红烧胡萝卜 金银花冲鸡蛋 龙莲鸡蛋汤 百合银耳  
 牛肉羹 美容粥 鸽蛋烩银耳 葱豉豆腐汤

<<春补食养药膳>>

编辑推荐

打造中国家庭生活读本；传播知食分子饮食之道。

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>