

<<健康养生茶>>

图书基本信息

书名：<<健康养生茶>>

13位ISBN编号：9787538428230

10位ISBN编号：7538428232

出版时间：2004-4-1

出版时间：吉林科学技术出版社

作者：马丽娜

页数：119

字数：84000

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>

## <<健康养生茶>>

### 内容概要

保健茶，指以茶为主要原料，配伍其他的中草药制成的保健饮品，以保健、预防、治疗相结合的传统茶的替代品。

保健茶具备茶的色、香、味，口感好，味道美，是饮茶与药物保健的双重效应，您可以随心所欲地选择您所需要的茶饮，来实现您健康美丽的愿望。

保健茶具有许多不同的功效，按其营养价值和药效功能可分以下几个大类：1 健美减肥茶，包括美白茶和瘦身两种；2 养生保健茶，主要针对一些病灶的对症治疗；3 滋补强身茶，这类茶包括益寿养身茶、醒酒解烟茶、滋阴补肾和补血气茶等。

本书就是根据保健茶的这些性质，针对不同的病症和病理，配制了49种保健茶和滋补茶，这些保健饮品能起到治疗和预防疾病的作用，从而减少疾病的发病率，保持健康的体魄。

<<健康养生茶>>

书籍目录

序言 饮茶学问 特种茶饮与健康 保健茶抗病茶 感冒茶 生葱茶 薄荷茶 荆芥防风茶 止咳消炎茶 橘红止咳茶 温肺止咳茶 调理茶 紫菀花茶 绿茶川冬饮 川贝母甘草茶 百部绿茶 丝瓜茶 藿香茯苓茶 藿香滑石茶 龙井菊花茶 乌龙白术茶 调理茶 发汗解表茶 陈醋茶 奶茶 暖脾补中茶 玫瑰佛手茶 降压茶 萝卜止咳茶 清凉保健茶 盐茶 甘草盐茶 薄荷甘草茶 杞菊茶 陈皮姜茶 绿茶蜂蜜饮 金银茉莉茶 滋补茶 减肥茶 美容茶 食材营养与禁忌速查

<<健康养生茶>>

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>