

<<小食物大功效>>

图书基本信息

书名：<<小食物大功效>>

13位ISBN编号：9787538437539

10位ISBN编号：7538437533

出版时间：2008-4

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>

<<小食物大功效>>

内容概要

《小食物大功效》根据食物所具有的功效特点，分为滋阴类、壮阳类、补气类、养血类、消食类、理气类、清热类、祛湿类、温里散寒类和收涩类10个方面。

侧重于对每一种食物的养生功效、适应证、保健养生功效、祛病治病功效以及具体方法的合理描述，既强调了知识性，又注重了实用性和可操作性，同时也搭配了食物的饮食宜忌、挑选、储存、妙用以及食用方法。

致力于做到让《小食物大功效》贴近生活，贴近实践，贴近百姓，让每一位读者能“一看就懂，一懂就用，一用就灵”。

<<小食物大功效>>

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>