

<<菇粮时代>>

图书基本信息

书名：<<菇粮时代>>

13位ISBN编号：9787542630513

10位ISBN编号：7542630512

出版时间：2009-3

出版时间：毛传福 上海三联出版社 (2009-03出版)

作者：毛传福 著

页数：159

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>

## <<菇粮时代>>

### 内容概要

菌菇与人的关系越来越密切，现代食物结构中，不能没有菌菇，人类的健康长寿，也不能缺少菌菇。

从这个意义上说，这确实是一个“菇粮时代”，要知道更多的菌菇营养和保健的功效，菌菇的烹调 and 选择的方法，让我们一同进入本书。

<<菇粮时代>>

作者简介

毛传福，大山合集团有限公司董事长兼总裁，浙江庆元人，工商管理硕士，中国食用菌协会副会长、香菇分会会长，中国土畜产进出口商会食用菌分会监事长，浙江商会执行副会长。菇民的后代，从事食用菌行业23年。

## &lt;&lt;菇粮时代&gt;&gt;

## 书籍目录

序一让十三亿中国人都吃蘑菇 / / 1序二食用菌的药食两用作用 / / 1序三传承菇菌文化——走进大山, 品味自然 / / 1第一章 膳食与疾病关系的惊人发现 / / 1一、健康问题 / / 11.大洋彼岸的富贵病 / / 12.中国肿瘤图谱 / / 5二、《中国健康调查报告》的证实 / / 7三、转向菌菇素食 / / 12第二章 无花奇葩——菌菇 / / 17一、菌菇是什么? / / 17二、亦荤亦素的营养价值 / / 19第三章 菌山菇海 / / 25一、二十大花旦 / / 251.一家喝汤, 十家闻香——香菇 / / 262.白裙公主——竹荪 / / 293.北国珍珠——滑子菇 / / 304.菇中之王——红菇 / / 315.活络灵丹——牛肝菌 / 346.降糖天使——鸡腿菇 / / 367.菌中野味——灰树花 / / 378.抗核辐射的奇菇——松茸 / / 399.密林对口蘑——猴头菇 / / 4110.强身之冠——银耳 / / 4411.百只白鼠试验震惊世界——姬松茸 / / 4712.大山神菇——白灵菇 / / 4913.田野明星——茶树菇 / / 5114.杏仁浓香——杏鲍菇 / / 5215.血管清道夫——木耳 / / 5416.中国蘑菇——草菇 / / 5617.中华瑞草——灵芝 / / 5918.白蚁精灵——鸡枞 / / 6119.增智金丝——金针菇 / / 6220.滋补佳品——冬虫夏草 / / 64二、从筌路蓝缕中走出的大产业 / / 67三、常见食用菌的选购和鉴别技巧 / / 83第四章 餐桌上“上帝的食物” / / 93一、食用菌烹制十法 / / 91二、各地经典菌菇素菜肴 / / 94三、食用菌菜谱典故与民间传说 / / 99第五章 但山合“百菇宴” / / 103附录中国(上海)菇菌博物馆简介 / / 155参考文献 / / 159

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>