

<<农民致富大讲堂系列>>

图书基本信息

书名：<<农民致富大讲堂系列>>

13位ISBN编号：9787543326187

10位ISBN编号：7543326183

出版时间：2010-3

出版时间：天津科技翻译出版公司

作者：刘宏森 编

页数：91

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>

## <<农民致富大讲堂系列>>

### 前言

为响应国务院关于推进“高效富农、产业兴农、科技强农”政策的号召，帮助农民科学致富，促进就业，促进社会主义新农村建设和现代农业发展，我们组织编写了这套农民致富大型科普丛书——《农民致富大讲堂》。

本丛书立足中国北方农村和农业生产实际，兼顾全国农业生产的特点，以推广知识、指导生产、科学经营为宗旨，以多年多领域科研、生产实践经验为基础，突出科学性、实用性、新颖性。语言通俗易懂，图文并茂，尽量做到“看得懂、学得会、用得上”。

本丛书涉及种植、养殖、农产品加工、农产品流通与经营、休闲农业、资源与环境等多个领域，使农民在家就可以走进专家的“课堂”，学到想要了解的知识，掌握需要的技能，解决遇到的实际难题。

参加本丛书编写的作者主要来自天津市农业科学院的专业技术人员，他（她）们一直活跃在农业生产第一线，从事农业产前、产中和产后各领域的科研、服务和技术推广工作，具有丰富的实践经验，对农业生产中的技术需求和从业人群具有较深的了解。

大多数作者曾编写出版过农业科普图书，有较好的科普写作经验。

本丛书的读者主要面向具有初中以上文化的农民、农业生产管理者、基层农业技术人员、涉农企业的从业者和到农村创业的大中专毕业生等。

由于本丛书种类多、范围广、任务紧，稿件的组织和编辑校对等工作中难免出现纰漏，敬请广大读者批评指正。

丛书的出版得到了天津市新闻出版局、天津市农村工作委员会和天津市科学技术委员会的大力支持与帮助，在此深表感谢！

<<农民致富大讲堂系列>>

内容概要

《根茎类蔬菜的经济价值》立足中国北方农村和农业生产实际，兼顾全国农业生产的特点，以推广知识、指导生产、科学经营为宗旨，以多年、多领域的科研、生产实践经验为基础，突出科学性、实用性、新颖性。

语言通俗易懂，图文并茂，尽量做到“看得懂、学得会、用得上”。

本丛书涉及种植、养殖、农产品加工、农产品流通与经营、休闲农业、资源与环境等多个领域，使农民在家就可以走进专家的“课堂”，学到想要了解的知识，掌握需要的技能，解决遇到的实际难题。

<<农民致富大讲堂系列>>

书籍目录

苜蓿蓝莲藕胡萝卜萝卜葛根魔芋百合荸荠芋艿洋葱慈姑蕹白甘薯大头菜莼菜山药蔬菜食用常识明日的蔬菜富含各种维生素的蔬菜

<<农民致富大讲堂系列>>

章节摘录

藕性寒，生吃清脆爽口，但碍脾胃。

脾胃消化功能低下、大便溏泄者不宜生吃。

藕粉是老幼虚弱者营养佳品。

有益血、止血、调中、开胃之功效。

可作为贫血、泻痢、食欲缺乏者之辅助治疗。

藕可谓全身皆宝.既是一种美味蔬菜，也是一种疗效显著的药材，生吃熟吃，老少皆宜。

莲子虽有较高的营养和药用价值，但因其性补而涩，故中满痞胀及大便燥结等患者忌服用。

现代环境科学研究证明，若莲藕在污染的环境里生长，可吸收、转移、蓄积多种金属元素，使土壤中的铁、锰、锌、铝、镉等大量残留在莲藕中。

特别是藕节，可蓄积毒性较大的镉元素。

镉是造成“头痛病”的元素。

所以，在工业区排放污水的环境中种植的莲藕牢记切勿食用。

现代医学家对莲藕全身在养生食疗方面的效用总结出以下几点： 防癌抗癌：莲子善于补五脏不足。

通利十二经脉气血，使气血畅而不腐，莲子所含氧化黄心树宁碱对鼻咽癌有抑制作用，这一切构成了莲子的防癌抗癌的营养保健功能。

<<农民致富大讲堂系列>>

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>