

<<餐桌上的中药(系列一) (共6册)>>

图书基本信息

书名：<<餐桌上的中药(系列一) (共6册)>>

13位ISBN编号：9787546204741

10位ISBN编号：7546204747

出版时间：2011-5

出版时间：广州

作者：云知

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>

<<餐桌上的中药(系列一) (共6)>>

内容概要

桂圆是补气、补血、补虚的首选。
作为香港年度月度畅销书，本书根据桂圆的12种保健功效，重点介绍120余款家庭食疗方。
此外，还介绍了桂圆的真伪优劣的鉴别方法，应用、保存和食用宜忌。

<<餐桌上的中药(系列一) (共6)>>

作者简介

张群湘博士，毕业于广州中医药大学，并获湖北中医药大学医学博士学位；现为香港大学专业进修学院副教授，中医硕士生导师，香港注册中医师，并任世界中医药学会联合会中医药膳专业委员会常务理事，国际药膳食疗学会副会长。

从事中医临床及教学工作多年，曾发表医学论文及科普文章40余篇，并撰写《中药抗衰老》、《保健家常菜》、《滋补养生汤水》、《速记速用方剂》、《清润汤饮》、《滋补汤饮》、《糖尿病食疗》、《更年期食疗》、《护肝食疗》、《人气滋补王》等专著。

擅长治疗肿瘤、痛症、皮肤病、呼吸系统及消化系统等疾病，目前主要负责中医全科学士的《中医内科学》、中医经典之《金匱要略》及《中药学》、《方剂学》《中医养生保健学》、《中医急症学》、气功等的教学和中医临床带教工作。

为《气功基础》、《气功进阶》、《太极养生气功》、《健身气功基础证书》、《癌症气功康复法》等之主讲，练习气功30余年。

近年亦经常主讲中医药普及课程。

<<餐桌上的中药(系列一) (共6)>>

书籍目录

享传奇食材做健康达人

食材档案

桂圆

营养价值

保健功效

增强免疫力

稳定血压

补血

抗癌

抗菌消炎

抗应激

抗衰老

滋补

助排毒

健脑

治糖尿

对产后妇女的功效

食用问答

“桂圆”的名称从何而来？

怎样才算优质桂圆？

如何挑选桂圆肉？

桂圆有哪些不同品种？

桂圆应如何配伍？

如何将桂圆制作成桂圆肉？

哪些人忌食桂圆？

如何控制桂圆的用量？

桂圆与什么食物相克？

如何贮存桂圆？

如何保持桂圆新鲜？

餐桌营养菜式

茶饮糖水

.....

汤羹

粥饭

<<餐桌上的中药(系列一) (共6)>>

小菜
糕点小吃
索引

<<餐桌上的中药(系列一) (共6)>>

章节摘录

版权页：插图：

编辑推荐

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>