

<<失眠症精品药膳60种>>

图书基本信息

书名：<<失眠症精品药膳60种>>

13位ISBN编号：9787564503185

10位ISBN编号：7564503181

出版时间：2011-4

出版时间：郑州大学出版社

作者：彭铭泉

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>

## <<失眠症精品药膳60种>>

### 内容概要

本书是中国现代药膳学的开拓者彭铭泉和其传承人彭年东的心血之作，在介绍失眠症的病因、失眠症患者宜忌食物、失眠症药膳的组成原则和烹饪方法的基础上，以彩照和文字一一对应的形式介绍了60种有关失眠症精品药膳的配方、制作、功效和适应证。本书可谓是失眠症病友养生和康复的好帮手。

## <<失眠症精品药膳60种>>

### 作者简介

彭铭泉，男，汉族，1933年出生于重庆市。

中国人民解放军防化指挥工程学院本科毕业，中医药膳教授，中国现代药膳学的开拓者。

自1980年开始从事中国药膳科研工作，在国内外有关报刊上发表药膳论文300余篇，并出版300余部药膳专著。

代表作有：《中国药膳大典》，该书为国家“八五”重点图书；《中国药膳学》(获四川省重大科技成果奖)；《中国药膳大全》(1987年获四川省优秀科普作品一等奖)；《大众药膳》(1984年，分别荣获西北、西南地区优秀科技图书一等奖)。

此外，还有日本株式会社永云社出版的《中国药膳菜谱》(日文，1986年)、台湾元气斋出版社出版的《愈吃愈聪明——简易美味药膳》、台湾文光图书有限公司出版的《中国药膳学》、香港星辉图书有限公司出版的《中老年保健药膳》(1992年)、2010年出版的《中华药膳纲目》等，均成为畅销书，深受国内外读者欢迎，被誉为“药膳学泰斗”。

广东经济出版社在出版彭铭泉教授著《中国药膳与食疗精粹系列》时，称彭教授为中国现代药膳鼻祖，并精心打磨出“一书治一病”的特色书。

他创新药膳配方，经过无数检验，卓有成效。

彭教授不仅著书立说，他还把这些药膳理论用于临床实践，并于1980年开创了我国第一个药膳餐厅——成都同仁堂药膳餐厅。

他的成果用于保健食品工业中，如排石饮、虫草鸡、双鞭壮阳汤、蛇鞭口服液、枸杞酒等，解除了许多病人疾苦，一些产品销往日本和中国香港地区，深受欢迎。

1990年，彭教授应日本富山医科大学邀请，赴日进行了为期三个月的学术交流和讲学活动。

1992年，他应香港一洲集团有限公司庄永竞董事长邀请，赴香港讲学，并担任药膳高级顾问。

2005年，应德国希里玛医院胡瑞德先生邀请赴德国、法国、比利时、卢森堡、荷兰、奥地利等国，进行药膳讲学活动。

同时，他还接收了国内和日本、美国、韩国等十多个国家共200余位崇拜中国药膳的人为弟子，传授中国彭氏药膳的制作方法，把中国药膳这一祖国宝贵遗产广为传播。

现在彭铭泉教授是中国药膳研究会常务理事、中国中医学会药膳专业委员会顾问、四川省保健协会副会长、中国药学会成都药膳专业委员会主任委员、成都大学药膳专业客座教授等。

## <<失眠症精品药膳60种>>

### 书籍目录

#### 概述

- 1.失眠症的原因
- 2.失眠症患者的饮食宜忌
- 3.失眠症的“四因”施膳
- 4.失眠症药膳的组成原则

#### 失眠症精品药膳

- 1.人参茯苓粥
- 2.百合粥
- 3.龙眼八宝粥
- 4.童参茯苓粥
- 5.枣莲绿豆粥
- 6.黄精鹌蛋粥
- 7.鸡蛋粟米粥
- 8.鹿茸羊肾粥
- 9.灵芝大米粥
- 10.鹿茸糯米粥
- 11.龙眼猪肉饼
- 12.桂花杏仁冻
- 13.首乌芝麻糊
- 14.沙参汤圆
- 15.茯苓桂花蒸饺
- 16.枣仁白参豆沙包
- 17.合欢黄金糕
- 18.白参茯苓糕
- 19.芝麻蜂蜜糕
- 20.桑葚米粉糕
- 21.虫草炖乳鸽
- 22.党参当归猪肝汤
- 23.黑豆双仁汤
- 24.桂花莲子羹
- 25.合欢烧仔兔
- 26.龙眼海参汤
- 27.鹿茸海马鸡汤
- 28.玉竹炖水鸭
- 29.首乌煮鸡蛋
- 30.山药猪肉汤
- 31.桑葚猪心汤
- 32.莲子蒸仔鸡
- 33.红参蒸乌鸡
- 34.甘草蒸鹌鹑
- 35.阿胶烧蹄筋
- 36.什锦果酱
- 37.黑豆煮龙眼
- 38.杞冬烧鸡腿菇
- 39.柏仁煮花生

<<失眠症精品药膳60种>>

- 40.麻酱拌凤尾
- 41.党参黄芪茯神饮
- 42.牛奶桑葚茶
- 43.阿胶生地饮
- 44.莲枣蜂蜜汁
- 45.牛奶雪梨饮
- 46.黑豆合欢花饮
- 47.五味子蜜饮
- 48.荔枝夜交藤饮
- 49.蜂乳刺五加饮
- 50.葡萄枸杞茶
- 51.党参鸡煲
- 52.枣仁鸡心煲
- 53.珍珠乳鸽煲
- 54.熟地牛肉煲
- 55.合欢皮猪心煲
- 56.灵芝鲫鱼煲
- 57.灵芝牛腩煲
- 58.杞炒三丝
- 59.羊藿羊心煲
- 60.龙骨羊肉煲

<<失眠症精品药膳60种>>

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>