

<<不老汤>>

图书基本信息

书名：<<不老汤>>

13位ISBN编号：9787806518861

10位ISBN编号：780651886X

出版时间：2011-1

出版时间：羊城晚报

作者：方圆

页数：95

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>

<<不老汤>>

内容概要

《不老汤/日常营养保健靓汤系列》由方圆编著，内容图文并茂、烹饪过程一看就懂！

如果你想要自己的身体健康长寿，那么爱好养生的你就自己动手做一道属于自己的不老汤吧！相信会让你的身体机能都得到相应的提高。

自然养生，汲取不老精华。

<<不老汤>>

作者简介

方圆，著名美食家，熟悉并精通多种菜系的做法。
大学本科毕业，出版过菜品类图书十余种。

<<不老汤>>

书籍目录

春

苦瓜莲叶瘦肉汤
莲藕牛尾汤
猪腰牛奶汤
黄精天冬龟肉汤
鹿茸川芎羊肉汤
党参牛膝牛骨汤
苍耳子乳鸽汤
柿饼百合鲫鱼汤
熟地菖蒲蛇肉汤
巴戟首乌脊骨汤
杏仁川贝甲鱼汤

夏

枸杞乳鸽汤
五加萸肉猪耳汤
灵芝龙眼鸡肉汤
锁阳龟肉汤
桑螵蛸田鸡汤
鱼腥草猪肺汤
沙蒺藜鸡肉汤
蟹肉豆腐汤
通草猪脚汤
胡桃雪耳海参汤

肉苁蓉鹌鹑汤

秋

芫荽葱白鱼片汤
肉丝豆腐汤
茺蔚子螺肉汤
苁蓉兔丝猪腰汤
杞圆荔莲乳鸽汤
党参附子狗肉汤
冬菇豆芽老鸡汤
仙鹤草排骨汤
五加皮鹌鹑汤
溪黄草泥鳅汤
排骨蜜枣山药汤
龙眼莲子鸡蛋汤
生姜杏仁猪肺汤

冬

豆腐猪脚汤
枸杞叶鸡肝汤
淮山鸡内金鱼丸汤
半支莲田螺汤
葛根塘虱汤
番茄豆腐鱼丸汤

<<不老汤>>

蒲公英泥鳅汤
火腿鸡蛋豆腐汤
辛夷花鱼头汤
雪梨杏仁海蜇汤
川芎白芷鱼头汤

<<不老汤>>

编辑推荐

每个人都在追求健康长寿，在当下的生活环境下我们该如何均衡摄取营养，在四季交替的时候我们又该如何保养身体。

《不老汤》告诉你其中的奥秘。

<<不老汤>>

名人推荐

书中内容将告诉读者，一年四季的健康煲汤法。
将煲汤养生与四季相结合是本书的亮点。

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>