第一图书网, tushu007.com

<<二十四节令养生汤品>>

图书基本信息

书名：<<二十四节令养生汤品>>

13位ISBN编号：9787806526484

10位ISBN编号：780652648X

出版时间：2007-12

出版时间：南方日报

作者：佘自强

页数：206

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

第一图书网, tushu007.com

<<二十四节令养生汤品>>

内容概要

春节是我国最隆重的传统节日（一般在立春前后），民间称之为“过年”。
过年前，广东民间有“年廿八，洗白白”的习俗，即无论男女老幼，都要洗净身体，以迎接新年。
而本品气味香甜甘润，具有洋溢肌肤、养颜增白之协效，于此时食用，可谓恰到好处。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

佘自强：广东省中医院药师，多年来致力于中医科普工作，出版《中药新用》《中药活用图典》《今日靓汤》等书，曾在《南方日报》、《广州日报》、《羊城晚报》开辟煲汤专栏，深受读者追捧，被誉为“岭南汤神”，在珠三角地区拥有10万女“汤粉”。

第一图书网, tushu007.com

<<二十四节令养生汤品>>

书籍目录

春季　立春·立春汤品　壹 冰糖炖雪蛤　贰“年有”汤　叁 五指毛桃煲猪脊骨　肆 椰盅炖鲜鸡　伍 鲜菊猪肝汤　陆 胡椒根煲三蛇汤　雨水·雨水汤品　壹 木棉花炖水蛇　贰 灯芯花鲫鱼汤　叁 薏米薜苡菜头煲鲫鱼汤　肆 老桑枝鸡肉汤　伍 白胡椒猪肚汤　陆 川芎白芷炖鱼头汤　惊蛰·惊蛰汤品　壹 鱼腥草猪肺汤　贰 蚝豉淮山芡实老鸭汤　叁 生地天冬猪肝汤　肆 辛夷花鸡蛋汤　伍 地胆头猪瘦肉汤　陆 春砂仁猪扇骨汤　春分·春分汤品　壹 北芪虾仁龙骨汤　贰 葱白豆豉葛根汤　叁 猪蹄筋黄豆汤　肆 赤小豆桑白皮鲫鱼汤　伍 薏米煲老鸭　陆 芡实莲子沙虫汤　清明·清明汤品　壹 老黄瓜云苓煲乌蛇　贰 火炭母猪红汤　叁 塘葛菜煲生鱼汤　肆 红萝卜马蹄竹蔗汤　伍 枸杞子冬菇鸡脚汤　陆 枸杞叶猪肝汤……夏季秋季冬季附录：常用煲汤药材、食物简明功效

第一图书网, tushu007.com

媒体关注与评论

春应肝而养生，夏应心而养长，长夏应脾而养花，秋应肺而养收，冬应肾而养藏。
——（明代）张景岳　　春夏秋冬，秋冬养阴。
——黄帝内经　　春夏祛暑湿，秋冬防肺燥。
——广东民谚

第一图书网, tushu007.com

<<二十四节令养生汤品>>

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