

《常见病食疗米面食500款》

图书基本信息

书名：《常见病食疗米面食500款》

13位ISBN编号：9787543931398

10位ISBN编号：7543931397

出版时间：2007-4

出版社：上海科文

作者：《中国饮食文化丛书》编委会 编

页数：280

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《常见病食疗米面食500款》

内容概要

社会在不断地发展和进步，食物的营养价值和进餐的科学方法被人类的关注提高到空前的程度。人们从生命科学的基本常识出发，意识到调补身体是提高健康素质的重要方面。而健康又是个积累的过程，要从我们自家的厨房开始。最好的保健医生是您自己。

中国的食补、食疗文化，是世界饮食文化中最辉煌的一页。中医讲究“药食同源”。这是一个回归自然的科学疗法，将治疗寓于日常的饮食之中，可使体弱者得以增进健康。健康者得以更加强壮、延年益寿。

为了让广大读者能在品尝美味、汲取营养的同时，收到疗病健身的效果，尽早摆脱疾病和亚健康的困扰，我们会同国内著名医药师、营养学家、烹饪名师一道，站在普通家庭的视角上，以严谨的科学态度、精到的理论依据，将传统的中医药理论和现代营养学相结合，再结合饮食文化，和各种药物、食品的不同营养成分、药理和疗效，科学组方，搭配组合成各种药膳食疗主

食，编写了这本《常见病食疗米面食500款》。

本书详细介绍了500款防治高血压、糖尿病、肝胆病、肠炎、便秘、腹泻、贫血、癌症、胃病、高脂血等疾病的美味药膳食疗主食，另以简洁的文字对每款主食的营养成分、药理和疗效，用料配比，制作方法、成品特点、操作提示等均做了具体的介绍。步骤清晰，制法简便，原料易取，易学易做。食用后可大大改善患者的身体营养状况，增强机体的抗病能力。故本书是集食

补与食疗相结合的食谱书，也是大众家庭非常实用的科学饮食指导用书。

相信本书必定会成为您健康生活中不可或缺的挚友，让它的爱心和服务伴随您一路走来，使您拥有健康和快乐！

《常见病食疗米面食500款》

书籍目录

高血压 1.青笋猪肉蒸饺 2.三蔬汤饺 3.驴肉蒸饺 4.芦笋兔肉汤饺 5.黄芪牛肉汤饺 6.木耳鸡兔蒸饺 7.四味素菜包 8.冬瓜龙凤包 9.四味牛肉包 10.芹菜降压包 11.药汁馒头 12.山楂汁茶香花卷 13.青笋牛肉炒饼 14.香菇芹菜炒饼 15.苦瓜兔肉馅饼 16.菊香生枣蒸糕 17.虾仁枸杞肉丝面 18.韭香海红卤面 19.牛肉韭菜炒面 20.土豆丝韭菜拌面 21.茄丝炒面 22.吉利堂菊香面丁汤 23.什锦鸡丝炒面 24.菊花肉丝菠菜面 25.蒜香鸭肉卤面 26.什锦卤面 27.牛肉笋丁卤面 28.莼菜鱼丸面 29.虾仁肉丝面 30.海参鸭肉炒饭 31.三色牛肉饭 32.芦笋鸡肉炒饭 33.淡菜薏米麦仁粥 34.绿豆粥 35.枸杞玉米(米查)粥 36.荞麦降压粥 37.药汁双米粥 38.果香大米粥 39.绿豆玉米须粥 40.黑豆花生粒子粥 41.二米绿豆粥 42.二米降压粥 43.(米查)子果肉粥 44.麦仁双耳粥 45.吉利堂粒子粥 46.玉米芹菜粥 47.吉利堂薏米双蔬粥 48.参枣二米粥糖尿病 49.枸杞鲜虾饺 50.鹅肉山药饺 51.蚌肉鲜饺 52.菠菜鹿肉汤饺 53.莴苣叶芪汁水饺 54.藕香兔肉荷包饺 55.吉利堂鲜鱿水饺 56.百合鸡肉饺 57.杞叶鸡肉馄饨 58.莴苣叶兔肉水饺 59.兔肉芹菜汤饺 60.葱香芹菜水饺

肝胆病肠炎便秘腹泻贫血癌病胃病高脂血症

《常见病食疗米面食500款》

章节摘录

插图

《常见病食疗米面食500款》

编辑推荐

本书详细介绍了500款防治高血压、糖尿病、肝胆病、肠炎、便秘、腹泻、贫血、癌症、胃病、高血脂等疾病的美味药膳食疗主食，另以简洁的文字对每款主食的营养成分、药理和疗效，用料配比，制作方法、成品特点、操作提示等均做了具体的介绍。步骤清晰，制法简便，原料易取，易学易做。食用后可以大大改善患者的身体营养状况，增强机体的抗病能力。故本书既是食谱书，也是大众家庭非常实用的科学饮食指导用书。

《常见病食疗米面食500款》

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：www.tushu000.com