

《居家小药膳补肾壮阳》

图书基本信息

书名：《居家小药膳补肾壮阳》

13位ISBN编号：9787533524654

10位ISBN编号：7533524659

出版时间：2005-1

出版社：福建科学技术出版社

作者：王守国 编

页数：110

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

《居家小药膳补肾壮阳》

内容概要

中医学认为“药食同源”，药即是食、食相当于药，两者同源、同根、同用、同效。根据中医药理，许多小药膳或有明目、乌发、益智、安神、美容、润肤、壮阳、益寿等养生保健作用，或有解表、清热、化痰、行气、活血、化瘀、消食等疗治疾病作用，或兼而有之。

据此，我们邀请了数位著名中医专家、药膳专家、烹饪大师对古今食疗、食养专著进行挖掘整理，编辑出版了“居家小药膳”丛书，分为《居家小药膳·补肾壮阳》、《居家小药膳·祛风除湿》、《居家小药膳·清热解毒》、《居家小药膳·养心安神》、《居家小药膳·养颜瘦身》5册，旨在以专业的眼光，为广大读者推荐实用、有效的小药膳。

本书讲述的药膳操作方法简单、便捷，文字叙述通俗易懂，便于家庭制作，实用性强，疗效显著。

《居家小药膳补肾壮阳》

书籍目录

一、补肾壮阳保健药膳 陈皮羊肉羹 温阳羊肉汤 山药羊肉汤 杞鞭壮阳汤 黄酒核桃汤 鹿茸炖公鸡 清炖牛尾汤 杞枣煲鸡蛋 金樱根炖鸡 鹿茸炖瘦肉 杞药炖猪脑 枸杞炖牛冲 温肾壮阳酒 韭菜粳米粥 菟丝子甜粥 羊骨糯米粥 苁蓉羊肉粥 鹌鹑菟丝粥 鹿胶梗米粥 枸杞羊肾粥二、阳痿药膳 鹿角胶蒸鸡 海参壮阳汤 苁蓉鹿鞭羹 二茸炒鸡肉 什锦鹿茸羹 鹿茸三珍汤 鹿茸炒银耳 鹿茸扒猴头 鹿茸扒黄蘑 菟丝扒牛鞭 虫草海参煲 菟丝烧海参 肉苁蓉鱼煲 韭菜炒鲜蚝三、早泄药膳四、遗精、滑精药膳五、不射精药膳六、精冷药膳七、血精药膳八、阴冷、性功能减退药膳九、缩阳症药膳十、强中药膳附录：药膳小常识

《居家小药膳补肾壮阳》

章节摘录

插图

《居家小药膳补肾壮阳》

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