

# 《养肺食谱》

## 图书基本信息

书名：《养肺食谱》

13位ISBN编号：9787501940769

10位ISBN编号：7501940762

出版时间：2003-9-1

出版社：中国轻工业出版社

作者：郭明

页数：84

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](http://www.tushu000.com)

# 《养肺食谱》

## 内容概要

抽烟、空气污染……脆弱的肺需要我们更多的呵护，养肺需要一道道菜品的滋补，更需要一种健康的生活方式。

郭明，男，北京人，北京富明创业智能科技公司总经理，业余美食家。在繁忙的工作之余，他喜欢享受美食，并致力于祖国饮食文化的研究，深谙养生之道。他的海鲜酒楼天天高朋满座，生意兴隆，完全得益于他对美食的独到见解。

当猫对鱼厌烦了，怎么办？当人们对习以为常的食物厌烦了，怎么办？《现代人食谱

## 书籍目录

### 一 养肺药膳

- 1 白果鸡丁
- 2 白芨炖燕窝
- 3 贝母蒸猪肺
- 4 黄精炖肉
- 5 沙参焖猪肉
- 6 山药百合煲猪手
- 7 百合熘鱼片
- 8 黄精蒸鸡
- 9 玉竹炖肉
- 10 参芪仔鸡
- 11 洋参炖乳鸽
- 12 杏仁鲜贝

.....

### 二 补肺食疗

.....

### 三 健肺粥羹

.....

# 《养肺食谱》

## 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](http://www.tushu000.com)