

《家常食物解性味（2DVD）》

图书基本信息

书名：《家常食物解性味（2DVD）》

13位ISBN编号：9787887026057

10位ISBN编号：7887026059

出版时间：2009-12-7

出版社：中国人民大学出版社/中国人民大学音像出版社

作者：徐文兵

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

《家常食物解性味（2DVD）》

内容概要

《黄帝内经》很早就提出饮食的基本原则：五谷为养，五畜为益，五果为助，五菜为充。传统中医还认为食物有不同的性味，只有了解食物的性味，再根据人的体质和疾病的性质，才能更加合理地安排饮食。中医根据食物的性质，将其分为寒、热、温、凉；根据食物的滋味，又将其分为甘、酸、苦、辛、成五味。

本片中徐文兵大夫为您详解家常生活中寻常可见的食物，以及它们不寻常的功效和妙用……

《家常食物解性味（2DVD）》

作者简介

主讲：徐文兵，著名中医专家，出身中医世家，毕业于北京中医药大学。传承多位名师，精通儒释道医，熟悉中药、经络、腧穴的形、气、性、用，以及组方配伍。现为北京厚朴中医学堂堂主，北京御源堂、平心堂中医门诊专家。著有《宇里藏医》、《黄帝内经家用说明书》等。

《家常食物解性味（2DVD）》

书籍目录

DVD 1

- 01 五谷之小米
- 02 五谷之麦
- 03 五谷之黍（黄米）
- 04 五谷之稻
- 05 五谷之菽（豆类）
- 06 五畜为益
- 07 五畜之羊
- 08 五畜之鸡
- 09 五畜之牛
- 10 五畜之猪
- 11 五畜之鸭

DVD 2

- 01 春笋
- 02 香椿
- 03 芫荽（香菜）
- 04 丝瓜
- 05 冬瓜
- 06 南瓜
- 07 大枣
- 08 西瓜
- 09 苹果
- 10 山楂
- 11 石榴
- 12 龙眼

《家常食物解性味（2DVD）》

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