

# 《乾果食療小百科》

## 图书基本信息

书名：《乾果食療小百科》

13位ISBN编号：9789577766939

10位ISBN编号：9577766935

出版时间：2005年05月12日

出版社：世茂

作者：袁庭芳

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)

# 《乾果食療小百科》

## 內容概要

乾果在預防和治療疾病、養生健身等方面，具有獨特的療效，用這些乾果食療，效果甚至比吃藥好！乾果與人體的健康關係非常密切，除了對飲食構成產生輔助作用，還可以補充飲食的營養成分，具有獨特的祛病健身的療效。本書除了向大家介紹乾果的品種、名稱、歷史由來、產地、特色等常識；特別著重介紹乾果的營養成分、食療功效、保健作用、食療方例以及其他加工食法等知識；書末並附「乾果食療一覽表」供讀者參考選用。

# 《乾果食療小百科》

## 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)