

《茶艺师的茶饮妙招》

图书基本信息

书名：《茶艺师的茶饮妙招》

13位ISBN编号：9787214108623

10位ISBN编号：7214108623

出版社：江苏人民出版社

作者：门雪峰,王辑良

页数：192

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

《茶艺师的茶饮妙招》

内容概要

《茶艺师的茶饮妙招：茶饮200道》不单单是一本单纯讲茶疗的操作步骤，还赋予了新的信息和内容。可以说是一本内容丰富、实用性强的健康茶饮书籍。

作者从茶是人体是最健康、最环保的饮品开始说起，告诉读者茶饮是最适合现代人的健康饮品。作者利用多年积累的饮茶经验，针对不同人群、症状、四季等特点来给出相应的茶饮，达到日常预防和保健的效果。书中收录跟茶有关的茶饮约为200道，茶饮不但包括制作步骤和注意事项，还增加了材料的营养元素和饮食宜忌、及适合品饮的人群等实用信息。

《茶艺师的茶饮妙招》

书籍目录

PART1茶饮保健一生

茶，最健康的饮品

茶叶的主要成分

茶饮分季节

春饮花茶

夏饮绿茶

秋饮乌龙茶

冬饮红茶

饮茶要看自身的体质

看体质择茶饮

七类人饮茶要注意

传统茶叶的保健作用

六大茶的保健功效

药草茶的保健功效

花草茶的保健功效

茶饮的最佳拍档

女性“特殊时期”忌喝茶

平日饮茶九忌

花草茶与星座的速配

PART2女性美容健康茶饮

美肤润白茶饮

润白雪奶红茶

杞枣养颜茶

柠檬甘菊茶

洛神蜂蜜茶

芦荟菊花茶

大枣玫瑰茶

玫瑰枸杞茶

山楂生地茶

薏仁山楂茶

玫瑰抗斑茶

桃花茶

黄芪抗斑茶饮

祛痘茶饮

菊花金银茶

黄柏绿茶

夏枯草茶

白芷消炎茶

瘦身纤体茶饮

绿豆薏仁茶

茉莉柠檬茶

山楂决明子茶

陈皮茶

燕麦牛奶饮

草莓鲜奶饮

双花蜜茶

薏仁柠檬水

《茶艺师的茶饮妙招》

玉竹茶

金橘红枣茶

山楂茶

陈皮乌龙茶

乌龙茶柠檬饮

普洱菊花茶

乌梅山楂茶

薏仁茶

PART3居家保健茶饮

补血益气茶饮

红枣党参饮

红枣枸杞茶

红枣桂圆饮

红枣黄芪茶

西洋参茶

当归枸杞茶

玫瑰益母茶

红豆补血茶

灵芝茶

补气生津茶

党参枸杞茶

补气人参茶

桂圆茶饮

调理肠胃，防便秘茶饮

麦冬玄参茶

黄芪陈皮茶

梅子绿茶

通便茶

决明子茶

陈皮茶

麦芽茶

大黄茶

麻仁蜜茶

决明蜂蜜茶

决明陈皮茶

PART4上班族舒压茶饮

舒压解郁茶饮

迷迭香茶

洛神乌梅茶

茉莉薄荷茶

竹叶莲子心茶

甜菊叶陈皮茶

提神下午茶

洋甘菊茶

五味子茶

西洋参枸杞茶

枸杞龙井茶

助眠安睡茶

莲子心茶

《茶艺师的茶饮妙招》

百合安眠茶
洋甘菊助眠茶
安神助眠茶
薰衣草蜂蜜茶
菩提叶茶
PART5对症茶饮
清热解毒茶饮
薄荷甘草茶
桑菊茶
荷叶凉茶
枸杞菊花茶
乌梅凉茶
淡盐绿茶
洋甘菊迷迭香茶
罗汉果绿茶
茅根茶
抗衰防老茶饮
蝶舞千日茶
维C抗衰老茶
薄荷迷迭香茶
桃花茶
玫瑰香橙茶
玫瑰乌龙茶
柠檬草茶
茯苓蜂蜜饮
玫瑰枸杞茶
清亮护嗓茶饮
桂花蜜茶
橄榄润咽茶
胖大海生地茶
山楂夏枯草茶
罗汉果茶
利咽茶
枇杷竹叶茶
三花茶饮
甘草金银茶
桑叶菊花茶
甘草绿茶
其他常见功能茶饮
柳橙开胃茶
山楂菊花茶
党参健胃茶
陈皮消化茶
玫瑰红茶
生姜红糖茶
紫苏生姜茶
防风甘草茶
金银花青叶茶
板蓝根茶

《茶艺师的茶饮妙招》

PART6蔬果茶饮

雪梨枸杞茶

雪梨冰糖茶

橘子杏仁茶

柚子陈皮茶

绿茶苹果饮

西芹蜂蜜饮

胡萝卜蜂蜜饮

.....

PART7四季养生茶饮

《茶艺师的茶饮妙招》

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