

《清润养颜靓汤》

图书基本信息

书名：《清润养颜靓汤》

13位ISBN编号：9787533520243

10位ISBN编号：7533520246

出版时间：2002-10-1

出版社：第1版(2002年10月1日)

作者：黎照环

页数：72

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

《清润养颜靓汤》

内容概要

城市人食疗系列。各种都市流行病影响健康，本书用中西医结合的方法，从科学角度提供数十款卓有疗效的食疗食谱。60道清润养颜靓汤，款式繁多，易制又味美；介绍用平价食材代替燕窝养颜的方法；大头菜和臭草可作美容妙品；巧用各种生草药炮制靓汤；积雪草鲮鱼老火汤功效如同花旗参而味更胜之；鲨鱼骨配生地黄可治急性声嘶；芥菜可舒筋活络，有谓其性寒凉实为误传……

《清润养颜靓汤》

作者简介

黎照环

出生于中医世家。早年毕业于广州中山医学院医疗系。毕业后一直从事医疗、教学和临床研究工作。

去香港前后，历任中山医学院临床教师，中华医学会佛山分会内科学会秘书，中国中医学会广州分会顾问医师，香港中医学会理事、学术部副主任，会立中医学院副教务长、

《清润养颜靓汤》

书籍目录

出版者的话

前言 无汤不欢

一 肉类靓汤

1 龙月利叶猪瘦肉沙参汤

.....

二 鱼鲜海味靓汤

1 白果杏仁生鱼汤

.....

三 鸡鸭靓汤

1 土茵陈麦芽鸡肝汤

.....

四 蔬果靓汤

1 祛湿清热冬瓜汤

.....

五 特色靓汤

1 鲨鱼骨煲生地

.....

本书所用药材一览

《清润养颜靓汤》

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