

# 《高血压病美味保健食谱》

## 图书基本信息

书名：《高血压病美味保健食谱》

13位ISBN编号：9787122010414

10位ISBN编号：7122010414

出版时间：2008-1

出版社：化学工业

作者：吴杰 编

页数：230

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)

# 《高血压病美味保健食谱》

## 内容概要

《高血压病美味保健食谱》根据高血压病的发病特点和患者的体质特征，精心择选出200余款口味各异、针对性强的菜肴及主食食谱。通过具体阐述食谱的用料配比、菜肴（主食）效用、制作方法、操作小贴士以及营养与功效，体现了丰富的特色饮食文化和作者独到的食疗理念，适合广大高血压病患者及其家属参考。

# 《高血压病美味保健食谱》

## 书籍目录

玉米须汁烧青鱼猪脑山药饺翡翠青鱼丸汤黑色羊肉饺莼菜鲫鱼煲金色兔肉饺柿饼鲫鱼羹芹香鳊鱼肉饺菊花鲤鱼丸鸡肉香菇天麻饺黄芪双冬鲤鱼汤鸡肉韭香饺草鱼丸烧冬瓜芹香肉饺子莼菜鱼片汤牛肉芥面饺沙锅天麻炖鱼头芹香水饺芥菜鱼肉丝菠菜牛肉水饺烧鲶鱼猪肉韭菜水饺炸银鱼排黄瓜鸭肉水饺桃仁烧仔墨杜仲双耳汤饺烧三色真鲷鱼山楂糕枣仁汤饺海带金针炖鳗鱼荞麦面蒸饺蒸双色带鱼牛肉土豆黑面饺双色刀鲚鱼片降压菜包子笋丝黄鳝党参鸭肉包子麦冬熟地黄甲鱼汤五丁荞麦包酸辣海参汤玉竹猪肉包三菇烩海参多味包淫羊藿金扣炖鸡萝卜牛肉包首乌红果蒸仔鸡兔肉芥菜包子凤翅猴头菇参芪猪肉煎包三七大枣烧鸡块丝瓜黄面包参芪冬瓜烩鸡柳山楂汁韭香锅贴玉翠鸡片驴肉锅贴西芹鸡柳韭菜盒子翡翠龙凤双丝玉米须葛根烧卖菊花炒鸡丝鱼肉黑烧卖多彩鸡丁鱼香玉米粒馄饨人参乌鸡汤桑椹海带馄饨鸡肉菠萝羹鸳鸯卷双参鸡心烧木耳蛋香花果糕荷香赤豆鸡胗羹三重降压糕仲耳清脑乌鸡汤葡萄干蒸糕山楂洋参乌鸡煲天麻汁薄饼菜卷怀山药炖乌鸡葱香牛肉馅饼草菇焖乌鸡兔肉药笋馅饼首乌口蘑烧乌鸡茭白馅饼山茱萸炒乌鸡丁党参地瓜饼竹荪乌鸡肉丸汤肉丝豆芽炒饼桑菊双子炖仔鸭红椒茼蒿炒饼蒜茸双耳拌鸭脯重样饼鸭肉酿乌参玉米面素菜饼车前草鸭肉海带煲炸豆沙饼芥蜚鸭丸汤枣丁薯饼参竹鸭羹刺嫩芽炒饼炖大鹅牛肉火烧山楂魔芋炖兔肉手擀面煮鱼丸兰花兔片海带煮面P洋葱炒兔肉芦笋牛肉卤面鹌鹑炖大枣什锦海参卤面肉鸽烧双笋花粉玉米须汤面鸽肉藕豆羹三鲜荞麦面条红参炒菇丝海红韭菜拌面干贝烧香菇葛根面旗汤肉末草菇烧豆腐菜蛋黑面片汤海蜇荸荠汤葱菇瘦肉拌面海红拌松花蛋葡萄干大枣炒面虾仁菠菜豆腐汤果蔬炒面翠绿蝎子杞子炒面牛肉菊花炒蒜薹龟肉灵芝面荷香肉卷芦笋牛筋面杞叶里脊丝什锦瘦肉荞麦面归芪大枣瘦肉煲兔肉玉米面独活牛肉炖黑豆龟肉芹菜玉面条什锦金针菜降压菠萝面牛肉炒茼蒿多彩玉面条沙锅驴肉瘦肉茼蒿炒面薏苡仁炖排骨洋葱炒面金针洋葱炖牛肉汤三蔬瘦肉拌面首乌黑豆炖羊肉蒜薹拌面天麻炖猪脑蕨菜牛肉面大枣口蘑烧猪心蕨菜肉丝拌面杞叶猪肝汤菇笋炒(米查)子饭羊肉腰条葱香双丁炒饭洋葱炒芥菜海参鸭丁(米查)子饭淡菜茄子煲双鲜炒饭糖醋百合三丁炒饭什锦刺嫩芽红杞栗子粥松仁土豆泥桑椹二米粥肉末茄泥枣香山药荞麦粥什锦绿豆芽首乌薏苡仁粥花生米炆莴笋芪汁绿豆二米粥蚝香素芹降压粥桃仁拌茼蒿柿饼枸杞粥口蘑淡菜汤归芪(米查)子粥红杞牡蛎萝卜汤麦冬大米粥奶汤番茄山药枣粥桑椹银耳大枣羹双仁莲子粥清香紫菜瓜片汤高粱米菜粥核桃仁莲子羹海参冰糖粥银耳山楂羹嫩玉米红薯粥大枣山药羹花生燕麦粥三色凤梨羹干贝海带麦仁粥什锦山楂糕羹黑米西芹淡菜粥双味桃羹玉米须龟肉粥大枣羹玉米芥菜粥菊花山楂炖银耳麦冬熟地甲鱼粥麻油海带丝芪参薏苡仁鸡肉粥糖醋甘蓝玉米蚌肉粥蜂蜜三丁菊花瘦肉玉米粥蒜茸菠菜茯苓薏苡仁海带粥蒜拌马兰头槐花绿茶粥金针拌瓜丝黄芪鱼肉焖饭翠珠黄芪烧鲫鱼芪归莲子焖糙子黄焖鲤鱼薏苡仁赤豆茯苓饭归芪炖土鸡山楂龙眼玉米饭蒜蚝猪心荷香鸭肉蒸饭肉末双冬大枣香菇蒸饭翠油松花海红羹海带绿豆蒸(米查)子附录 烹饪术语小提示食材索引

# 《高血压病美味保健食谱》

## 编辑推荐

《高血压病美味保健食谱》共精选200余款具有预防和治疗高血压病的药膳菜肴和主食，并以简洁的文字对每款菜肴和主食的用料配比、制作方法、操作小贴士等均做了具体的介绍，且对各种食材、药材的营养成分、保健功效等均做了详细的说明。这些食谱通俗易懂、科学性强、原料易取、易学易做，并集食疗与食补于一体，可作为家庭科学饮食的指导与参考。

# 《高血压病美味保健食谱》

## 精彩短评

- 1、黑白页的，没彩页的看着舒服
- 2、全部是食谱，虽然说得挺详细，但是没有彩图，感觉缺了点。。字体挺大，看上去很舒服。
- 3、用处很大，做出来的菜也不会难吃!!!很不错的书!
- 4、婆婆看了,挺實用的,謝謝!
- 5、给老公买的，让他做一做，吃一吃，降降血压。
- 6、地方性甚强.不易操作

# 《高血压病美味保健食谱》

## 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)