

《巧用大蒜》

图书基本信息

书名：《巧用大蒜》

13位ISBN编号：9787538167092

10位ISBN编号：7538167099

出版时间：2010-12

出版社：辽宁科技

作者：名师文化生活编委会

页数：159

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

《巧用大蒜》

内容概要

《巧用大蒜》记述了大蒜的营养和药用价值，大蒜在生活中的巧用，大蒜的防病治病良方，并推荐了大蒜保健食谱，是一本实用的大蒜普及读物。大蒜全身都是宝，它不仅可作为调味口叩，还是养生保健的好食品。大蒜有很强的杀菌抗病毒、抗衰老、增强免疫力及防治疾病的作用，尤其对感染性疾病、心血管疾病、癌症、糖尿病等有良好的预防和辅助治疗功效。

大蒜是个宝，烹菜营养高，抗菌降压灵，防病抗癌好，百病良药人称道！民间亦有语谓：“好菜离不开好厨师，好厨师离不开葱姜蒜”。

大蒜是重要的药食兼用的蔬菜，具有温中健胃、消食理气、解毒杀虫等作用，能杀菌抗病毒，防流感，防止伤口感染，治疗感染性疾病，对降血压、降血脂、预防冠心病、防治糖尿病和各种癌症都有良好的功效。

《巧用大蒜》

书籍目录

第一章 谈古论今话大蒜 一、大蒜的简介和传说 初识大蒜 关于大蒜的传说 二、中医著作对大蒜的记载 《本草纲目》对大蒜的记载 其他文献对大蒜的记载 三、大蒜的营养和药用价值 大蒜的营养价值 大蒜的药用价值第二章 用蒜的常识和小窍门 一、如何选购和保存大蒜 选购大蒜的方法 保存大蒜的方法 二、大蒜的使用禁忌 不宜食用大蒜的人 大蒜使用小禁忌 三、厨房烹调巧用大蒜 厨房巧用蒜 巧制蒜泥 四、吃蒜后巧除蒜臭 五、日常生活巧用蒜 旅途中巧用蒜 夏日妙用大蒜 美容护肤巧用蒜 家庭养花妙用大蒜 养信鸽巧用蒜 养鸡中妙用蒜 养观赏鱼巧用蒜 六、大蒜在医疗上的巧用 医疗用蒜的研究 医疗巧用蒜方例第三章 大蒜的治病良方 一、内科疾病 感冒 气管炎(支气管炎) 哮喘 咳嗽 肺脓肿 冠心病 心悸 高血压 高脂血症 动脉硬化 糖尿病 癌症 胃肠炎 胃痛 腹痛 腹胀 胃下垂 腹泻 呕吐 臌胀 肝腹水 其他肝病 肾炎 水肿 噎膈 癃闭 头痛 中风 眩晕 中暑 食物中毒 二、外科疾病 疔 丹毒 破伤风 颈淋巴结核 疝气 阑尾炎 痔疮 蛇虫咬伤 外伤出血 腰腿痛 三、妇科疾病和男科疾病 月经不调 痛经 闭经 阴痒 阴道炎 妊娠呕吐 妊娠水肿 其他妇科病 阳痿 精子减少症 四、儿科疾病 百日咳 小儿腹泻 小儿疳积 小儿虫证 其他儿科杂病 五、传染性疾病 肺结核 痢疾 疟疾 流脑 六、皮肤科疾病 冻疮 神经性皮炎 其他皮肤疾病 七、五官科疾病 鼻炎 牙痛 其他五官科疾病第四章 大蒜的保健菜谱 蒜香木耳菜 金银蒜蒸南瓜 玻璃冬瓜片 蒜香银耳菠菜 蒜香苋菜 蒜香手撕卷心菜 蒜香炸香菇 芥兰腰果炒香菇 鱼腥草拌莴笋 清拌茄子 茄子煲 蒜香荷兰豆 蒜香泡菜 蒜香辣味花生 玉米笋炒芥蓝菜 蒜豉银鱼空心菜 海米扒木耳 蒜香火腿蒸丝瓜 三丝炒火腿 蒜香糖醋莴笋 腐竹莴笋 鲜味藕夹 蒜香肉丸扒蔬菜 蒜香黄豆烧海带 扒盒菜 蒜香鱼蓉蒸豆腐 蒜香拌三丝 蒜泥莴笋拌白肉 蒜香丝瓜蒸肉 蒜香酿双椒 蒜泥蒸肉 蛋卷蒜肠 蒜蓉陈香骨 辣椒蒜香焖猪手 莴笋拌猪肝 冬笋牛肉丝 蒜香鸡翅中 手撕蒜香鸡丝 榛子酱爆鸡丁 家常蒜香鳊鱼 大蒜黄鱼 蒜香平鱼 蒜香墨鱼 蒜香烧带鱼 焦炸鳝丝 鳕鱼生菜饼 红椒爆鲜虾 蒜蓉粉丝蒸扇贝 蒜蓉文蛤 蒜瓣炒田鸡 蒜香什锦炒鱼丁 大蒜粥

《巧用大蒜》

章节摘录

据史料记载，随着汉王朝的兴盛，西域和汉朝的往来也越来越频繁。但由于匈奴人的隔绝，汉朝和西域间的往来曾一度中断。汉武帝时，张骞奉旨带着一支100多人的队伍出使西域。张骞一行一路上风餐露宿，饱尝艰辛。当他们出了陇西郡的边塞之后，就进入了匈奴地界，没走多远他们就被匈奴的骑兵发现，全部被扣留。由于当时水土不服，加上匈奴人提供的食物有毒，张骞一行有70多人都得了重病，很多人浑身浮肿，腹泻不止，不久便有20多人中毒身亡。张骞自己当时也身患重病，痛苦难忍，但看到一路相伴、手足情深的兄弟相继死去，想起使命还没有完成，张骞就鼓励其他兄弟一定要活下来，去完成汉武帝托付的出使西域的重任。于是他带领一些没患病的人到外面寻找其他可以用来充饥的食物，发现房屋前后到处都长有一墩墩的野菜。因为张骞一行人当时被扣在西域三十六国的狐胡国，所以大家称这种野菜为“葫草”。第一次见到这种叫“葫草”的野菜，大家都不知道是否能吃。但张骞觉得与其这样挨饿等死，还不如先吃点“葫草”以减少挨饿之苦，于是他带头吃，其他人也纷纷吃起来。大家食用“葫草”后的第二天出现了奇迹，不少人的浮肿减轻了，腹泻也好了，大家更是把这“葫草”看成救命草，就把“葫草”结的“葫”也吃了。“葫草”救了张骞，在他后来被扣在匈奴的十几年里，他一直把“葫草”带在身边，直到将“葫”带回了中原。张骞回到中原后马上派专人购买良田，请人种植“葫”。物以稀为贵，由于当时张骞带来的“葫”种子不多，所以收获的“葫”被视为珍宝，只有皇帝才可以享用。后来，孝宣许皇后进宫，品尝到用“葫”做的凉菜，感觉口味独特。正巧不久后其老家山阳郡（今金乡）亲戚许二进宫，许皇后就偷偷把两头“葫”给许二带走，想让老家的亲人也品尝一下这“世间珍宝”。可老家的人不舍得品尝，就把这两头“葫”摆上大堂每天祭拜，几个月后发现它长出了根，许二欣喜之余认为天地万物皆土而生。必须为宝贝选一块良田宝地。许二当时也是山阳郡的大户，拥有良田千顷，他专门划出良田百顷，举行了盛大的仪式护送“宝贝葫”安家，并请人精心料理，在许二等人的精心呵护种植下，“葫”生长旺盛，次年竟结出比原来大出很多的“葫”。许二赶紧骑上快马把最新收获的“宝贝”送到皇宫进贡给许皇后。许皇后正好在吃午饭，看到老家送来的贡品“葫”个大皮白，于是品尝，顿觉汁鲜味浓、辣味纯正、香脆可口，比“葫”的口感好很多。她一边仔细回味，一边笑着点头说：“味道确实不错！”忽然她转头问站在身旁的侍卫：“这东西叫什么？”侍卫刚才看着许皇后吃到这贡品时感觉很好吃，再看到这贡品的性状正专心算它共有几瓣，许皇后忽然一问，他认为皇后在问自己在干什么，便随口回答：“算……”许皇后闻听后说：“这叫蒜，个头真大，味道也好，快把这大蒜给圣上尝尝！”从此，宫中都管山阳郡盛产的“宝贝”叫“大蒜”。山阳郡的人知道皇后赐封“大蒜”，都以大蒜为骄傲，于是就更加细心栽培，并广为推广种植。时至今日，大蒜仍有“葫”和“大蒜”两种叫法。

《巧用大蒜》

编辑推荐

《巧用大蒜》全书分为谈古论今话大蒜、日常生活用蒜常识和窍门、大蒜的治病良方、大蒜的保健菜谱等四个部分，重点记述了大蒜的营养和药用价值、大蒜在生活和厨房中的巧用以及大蒜的防病治病良方。在介绍大蒜治病方例中，我们以把疾病分科的方式对大蒜防治的各种疾病作了区别分类，介绍了几百个治病防病良方，以方便读者的阅读和查找选用。《巧用大蒜》还专门选取推介了50多道使用大蒜烹调的美味保健菜谱，让您在烹调用蒜时做得开心，吃得健康。可以说，《巧用大蒜》是一本实用的大蒜普及读物。

《巧用大蒜》

精彩短评

- 1、写得很详细 正版 有些方子已经开始用了 效果不错
- 2、学习一下，以备不时之需。
- 3、书是在书城看到的，觉得实用就买了，不错
- 4、喜欢偏方的人一定喜欢这个本事
- 5、这么好的书怎么没人买呢 真的挺不错的 写的都挺实用的

《巧用大蒜》

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