

<<绿茶健康法>>

图书基本信息

书名：<<绿茶健康法>>

13位ISBN编号：9787218043319

10位ISBN编号：7218043313

出版时间：2003-7

出版时间：广东人民出版社

作者：万玺

页数：113

字数：150000

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：<http://www.tushu007.com>

<<绿茶健康法>>

内容概要

收入《健康人生DIY系列》的三本小书，也许可以为你打造健康人生提供便捷的门径。

《自然养生法》运用中医理论，通过饮食调理、传统养生,使人的身体和心理保持在最自然的状态之下，来预防各种疾病。

《绿茶健康法》以生活中最常见的绿茶作法宝，以喝茶来养生，以吃茶来治病，令人耳目一新。

《另类疗法》提供的各类中西疗法虽然另，但简实用，而且多能取得意想不到的效果。

<<绿茶健康法>>

作者简介

成玺先生为中国著名的茶叶及茶文化专家，现任中国茶学会理事，江西省农学会常务理事及南昌茶叶协会副会长。

万先生精于茶道，对茶文化有很深的了解与认识，尤其对茶叶物别是绿茶保健养生的研究有高深的造诣，曾参与编著《中国茶经》等书，并经常发表绿茶食疗及健强

<<绿茶健康法>>

书籍目录

茶的前世与今生 茶的历史 茶的原产地 茶的传说 茶的发展 茶的文化 茶文化的缘起：巴蜀茶文化 茶文化的形成和发展：唐宋茶文化 茶文化的兴盛和普及：明清茶文化 当代茶文化的现状 茶的种类 茶叶的类别 我国的名茶 饮茶小常识 绿茶初体验 绿茶概述 中国绿茶概况及特性 中国绿茶与日本绿茶的区别 绿茶的“三味” 绿茶的涩味 绿茶的苦味 绿茶的美味 绿茶的品种 绿茶家族 绿茶名品 绿茶的营养和药效 绿茶的营养 绿茶的药效 预防癌症 预防心血管疾病 预防消化系统疾病 预防口腔疾病 预防糖尿病 预防常见的疾病 美容纤体 绿茶的“吃法” 吃茶的学问 吃茶比喝茶更有营养 吃多少比较合适 喝茶“八忌” 美味可口的茶餐 简单绿茶料理 绿茶甜点 茶香佳肴 风味家常茶饭 如何使茶更可口 选茶要“精” 选水要“纯” 泡茶要“熟” 品茶要“专” 中国绿名录

<<绿茶健康法>>

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:<http://www.tushu007.com>