

<<百花茶餐>>

图书基本信息

书名：<<百花茶餐>>

13位ISBN编号：9787500832164

10位ISBN编号：7500832168

出版时间：2004-1

出版时间：中国工人出版社

作者：李家雄 郭月英

页数：212

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>

<<百花茶餐>>

内容概要

中医使用的药用花卉，深具疗效，只要选择适当的烹调方式，便能使一般的花卉料理，立即升级为顶级药膳。

本书由著名中医师及烹调名家精心指导，简单效仿，即可让你吃出美味、吃出健康，更享受美好情趣。

<<百花茶餐>>

作者简介

李家雄（医师），现任台湾李家雄中医诊所所长，台湾“中国医药学院”中医研究所推拿指导老师，台湾“中国医药学院”附设医院中医科医师。

著作《从脸看病》、《从脸看性趣》、《如何吃肉更健康》、《简易养生菜》等百余部著，其养生保健文章常见于各大报章杂志。

<<百花茶餐>>

书籍目录

推荐序 开启一场人生盛宴自序 百花自有养生之效菊花 医病疗效：养肝怡情 私房养生茶餐 菊花普洱茶
菊花枸杞蒸鱼 菊花饭团 柚花 医病疗效：顺气除痰 私房养生茶餐 柚花茶 柚皮山楂汤 柚花甜汤 百
合 医病疗效：清心安神 私房养生茶餐 百合粥 百合绿豆汤 百合白果汤 桂花 医病疗效：强健意志
私房养生茶餐 桂花茶 桂花酒酿 桂花酒 桂花水果沙拉 桂花拌青菜 红花 医病疗效：活血祛瘀 私房
养生茶餐 桃仁红花茶 红花粥 生化汤 桃花 医病疗效：利肠通便 私房养生茶餐 桃花养生茶餐 桃
花鸡汤 桃花膏 桃花茶 玫瑰花 医病疗效：醒气活血 私房养生茶餐 玫瑰香附茶 玫瑰沙拉 金针花
医病疗效：开胸利肠 私房养生茶餐 金针排骨汤 金针炒百合 忘忧炒米粉 合欢花 医病疗效：安神无
忧 私房养生茶餐 合欢花粥 合欢茶 合欢花炖鸡肝 金银花 医病疗效：清热解毒 私心养生茶餐 银花
煮丝瓜 银花萝卜汤 金银花茶 金莲花 医病疗效：消炎杀菌 私房养生茶餐 金莲花茶 金莲菊花茶...

...

<<百花茶餐>>

媒体关注与评论

书评这本书虽然文字浅显，却易懂实用。

其可责处，在于所选用之花材，比民间的花果材更为多元且方便易得，不像市售的花果材因为方便储存而需要再制加工，在使用上，虽有趣味却少了原味与鲜味。

难得的是，郭老师费心依花季与自然节气的变化，将花的妙用，有系统地提供分量掌握、火候控制、调理秘诀，使读者不必大费周折，便能轻松地在四季中拥有健康，足见其精辟、细心与独到之处。

<<百花茶餐>>

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>