

<<养生汤·茶>>

图书基本信息

书名：<<养生汤·茶>>

13位ISBN编号：9787501936601

10位ISBN编号：7501936609

出版时间：2003-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：柳秀乖

页数：83

字数：76000

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>

<<养生汤·茶>>

内容概要

中医认为，人的体质是由气、血及津液所组成，三者调顺不缺乏，显现于外的即是我们所说的好气色。

自古以来，中国人为了调养身体中的气、血与津液，就从中药材与食物中取材，调制出许多适于平日养生的饮品。

养生饮品所使用的各种材料帮助调养身体机能的功效不一，许多材料甚至身兼数种功效，例如枸杞主要在补气，但也具备补血及补充津液功效。

<<养生汤·茶>>

书籍目录

春、秋委保健养生篇 蜂蜜甜菊茶 橘皮枣茶 益寿茶 参枣益气饮 苓藕百合饮 芦根薄荷饮 百合莲子汤 橘
酿银耳羹 山药百合汤 补气汤 苹果燕麦粥 姜片枣仁粥 绿豆仁糊 牛奶八宝粥 桂姜粥 安神粥 茯苓奶茶 柏
子仁粥 黑芝麻燕麦粥 夏季保健养生篇 枸杞保健养生篇 枸杞防暑茶 苦瓜蜜茶 菊芍饮 复方乌梅茶 金银
甘草茶 人参竹荪汤 绿豆银耳汤 薏仁薄荷绿豆汤 清补凉汤 冬季保健养生篇 参枣茶 参枣茶 生姜红糖饮
补气汤 润肺生津饮 酒酿汤圆 红芋奶露 桂圆蜜枣汤 八宝甜粥 花生薏仁汤

<<养生汤·茶>>

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>