

<<美容粥谱>>

图书基本信息

书名：<<美容粥谱>>

13位ISBN编号：9787502355128

10位ISBN编号：750235512X

出版时间：2007-1

出版时间：科技文献出版社

作者：马汴梁

页数：229

字数：213000

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>

## <<美容粥谱>>

### 内容概要

《马医生保健粥谱》丛书由中医脾胃病专家、食疗专家、国际（香港）保健养生学会客座教授马汴梁医师，积数十年行医经验编著而成。

本丛书将中医药保健食疗与家庭烹饪有机结合，针对四季养生特点、男女老幼的养生特点及美容、排毒养颜的要求，精心采撷众多既富含营养，又具保健祛病功效的食疗粥谱。

全书不仅为作者多年经验的总结，同时参考了大量古今文献，内容丰富，实用性强，通俗易懂，提示温馨，是家庭保健的有益读物。

<<美容粥谱>>

书籍目录

美容养颜 八宝除湿粥 排毒养颜粥 苍耳子粥 海参粥 甘薯粥 胡桃粥 羊肉粥 薏米粥 绿豆粥 麻仁栗子粥 丝瓜粥 鸡汁粥 里脊肉粥 阿胶白皮粥 龙眼枸杞粥 扁豆粥 人参黄芪粥 猪血鱼片粥 豆苗猪腰粥 梅花粥 桂花粥 茉莉花糯米粥嫩肤美白 白果薏苡仁粥 滋燥营养粥 芋头粥 蚌肉黄花菜粥 二地粥 防风生姜粥 鸽子红枣粥 海带绿豆粥 黄芪陈皮粥 黄豆芽粥 黄精陈皮粥 紫河车粥 萝卜缨薏苡仁粥 牛奶粥 青叶桃仁粥 人参怀山药粥 酸枣仁桂圆粥 水蛇薏苡仁粥 桃仁高粱粥 黄芪红糖粥 追风粥 熟地留行粥祛皱展容养眼明目消除痤疮乌发美发固齿健齿减肥轻体祛斑美容温疹皮炎养血补血滋阴润肤补脾益胃强身健体健脑益智

<<美容粥谱>>

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