第一图书网, tushu007.com

<<茶与健康>>

图书基本信息

书名：<<茶与健康>>

13位ISBN编号：9787503826498

10位ISBN编号：7503826495

出版时间：2001-1

出版时间：中国林业出版社

作者：本社

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

内容概要

本书根据我国人民长期的饮茶实践以及国内外现代医学研究成果，参考若干古今中外文献资料，对饮茶历史、茶叶的化学成分、茶叶的保健和医疗作用、饮茶的常识等进行了较为详细的介绍，使读者对茶的知识有更深入的了解，进一步认识饮茶与健康的关系，做到科学饮茶，避免盲目性和主观性，以便能更好地发挥茶叶的保健作用，避免可能带来的一些副作用。

<<茶与健康>>

书籍目录

第一章 饮茶史话
第一节 茶叶的历史与饮茶的起源
第二节 茶文化浅淡
第三节 茶诗与茶联
第四节 饮茶趣事
第五节 中华饮茶习俗
第二章 茶饮是理想的饮料
第一节 茶叶的营养成分
第二节 茶叶的药效成分与保健功能
第三节 茶叶的其他用途
第四节 饮茶要适当
……
第三章 茶叶的分类与一般制法
第一节 茶叶的分类
第二节 历史名茶
第三节 名茶的饮用方法
第四节 茶叶的一般制法
第五节 功能茶类
第四章 茶叶的选购与贮藏
第一节 茶叶的鉴别与选购
第二节 茶叶的贮藏
第五章 如何饮茶和品茶
第一节 茶叶的选择
第二节 泡茶水质的选择
第三节 茶具的选择
……
第六章 茶的食疗
第一节 药茶
第二节 茶叶饮食
第三节 非茶之茶
附录 茶类茶种
……

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