第一图书网, tushu007.com

<<保健饮品自己做>>

图书基本信息

书名：<<保健饮品自己做>>

13位ISBN编号：9787509100752

10位ISBN编号：7509100755

出版时间：2006-1

出版时间：人民军医出版社

作者：曾强

页数：384

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

饮料是大众食品之一，深受广大群众喜爱。
本书是作者长期从事保健饮料研制成果的结晶。
全书收录了590余款保健饮料的配方、验方和偏方，详细介绍了天然食物保健饮料、中草药保健饮料和健康冷饮的原料配方、制作方法、功效作用、适用范围及饮服注意事项，对科学饮食、预防疾病、增进健康具有一定指导意义。
全书内容丰富、简明实用、易学易做，适合广大家庭、营养师及饮料厂家参考使用。

<<保健饮品自己做>>

书籍目录

第一篇 天然食物保健钦料一、谷物、豆类、坚果保健饮料二、根茎类、瓜类、蔬菜类保健饮料三、天然果汁保健饮料四、食用菌、灵芝、竹笋保健饮料五、复合果蔬保健饮料第二篇 中草药保健饮品一、抗衰美容、提高免疫力饮品二、降脂、降压、减肥保健饮品三、清热解暑、生津止渴保健饮品四、止咳化痰、润肺平喘保健饮品五、清热益气、凉血止血保健饮品六、健脾和胃、消食导滞保健饮品七、养心养血、定志安神保健饮品八、清热解毒、化湿强肝保健饮品九、补肾壮阳保健饮品（一）儿童——补脾益肾，促进生长（二）妇女——补肾益精，治带下、妊娠水肿和不育症（三）男人——补肾壮阳，治阳痿、遗精、早泄、性欲低下和不育症十、利水渗湿保健饮品十一、强筋健骨保健饮品十二、生津润燥、降血糖保健饮品十三、抗癌保健饮品及偏方（一）鼻咽癌（二）食管癌（三）肺癌（四）胃癌（五）肝癌（六）膀胱癌（七）宫颈癌、乳腺癌第三篇 健康冷饮一、冰淇淋二、果子冷饮三、冷点（凉点）四、雪糕五、其他

<<保健饮品自己做>>

编辑推荐

如何适应快节奏生活？
怎样才能抗衰防病、延年益寿？
通过改善饮食结构和食物构成，充分发挥食物对人体生理功能的调节，是提高人体健康水平的重要途经。
本书是一本专门介绍家庭自制保健饮品的书。
全书共收录了590余款保健饮料的配方、验方和偏方。
详细介绍了天然食物保健饮料、中草药保健饮料和健康冷饮的原料配方、制作方法、功效作用、适用范围及饮服注意事项，对科学饮食、预防疾病、增进健康具有一定指导意义。

第一图书网, tushu007.com

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