第一图书网, tushu007.com

<<黄瓜妙用.食物妙用>>

图书基本信息

书名：<<黄瓜妙用.食物妙用>>

13位ISBN编号：9787509151730

10位ISBN编号：7509151732

出版时间：2011-10

出版时间：人民军医出版社

作者：王惟恒，王君　编著

页数：111

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

《黄瓜妙用》分上、下两篇，上篇介绍了黄瓜的性味、功效及食养常识等；下篇介绍了多种疾病的黄瓜疗法，列举了近200种巧用黄瓜防病治病良方，凸显“简、便、廉、验”之特色，对于每一个家庭都非常实用，成为广大读者防病强身、康复养生的良师益友。

第一图书网, tushu007.com

<<黄瓜妙用.食物妙用>>

书籍目录

上篇 黄瓜妙用古今谈
紫案佳肴话黄瓜
琳琅满目的黄瓜品种
南亚型黄瓜
华南型黄瓜
华北型黄瓜
欧美型露地黄瓜
北欧型温室黄瓜
小型黄瓜
迷你黄瓜
美食黄瓜功效多
常吃黄瓜抗肿瘤
常吃黄瓜抗衰老
黄瓜利尿解酒毒
黄瓜降糖降血脂
黄瓜健脑又安神
黄瓜一身都是宝
黄瓜叶
黄瓜藤
黄瓜根
黄瓜子
黄瓜美食小菜
醋溜黄瓜
黄瓜粉皮
黄瓜泡菜
酸辣蓑衣黄瓜
炝辣椒黄瓜
虾米炒黄瓜
海米拌黄瓜
多味黄瓜
蒜泥黄瓜
溜小黄瓜
翠玉黄瓜
黄瓜美容是佳品
省时省力的黄瓜美容法
教您自制美白肌肤的黄瓜面膜
蜂蜜黄瓜面膜美白除皱
黄瓜十牛奶美容黄金搭档
黄瓜蜂蜜白芷面膜去斑美白
黄瓜白芷蛋黄面膜美白消斑
黄瓜祛痘面膜祛痘止痒
食用黄瓜讲宜忌
黄瓜食用1+1〈1的搭配
黄瓜食用1+1〉2的搭配
下篇 巧用黄瓜治百病

巧用黄瓜防治感冒
扁赤小豆黄瓜煲治夏季感冒
黄瓜雪梨粥巧治感冒
……

章节摘录

醋溜黄瓜◎嫩黄瓜300克，白糖6克，香醋7.5毫升，葱姜4克，精盐4克，干辣椒少许，酱油少许，湿菱粉少许，整花椒少许。
制作：将黄瓜挖去心，切成梳子薄片，放少许精盐调拌后，挤去汁水。
起麻油锅，烧到滚热后，将花椒、干辣椒放人炒红，再放黄瓜，随即将葱姜、醋、酱油、湿菱粉调好倒入，炒几下即好。
佐餐食用。
特点：味甜、酸、绿色，四季皆宜。
黄瓜粉皮　◎黄瓜2根，熟鸡蛋2枚，柠檬1个，蛋黄酱100克，粉皮1张，猪瘦肉100克，葱25克，姜15克，大蒜头25克，香菜末15克。
精盐、味精、胡椒粉、水发海米各适量。
制作：先把黄瓜洗净、消毒，浸泡后，捞出，不去皮。
纵向对切呈长条形。
……

编辑推荐

针对数十种疾病的200余条黄瓜使用妙计黄瓜是亦蔬亦果的“平民”美食，民谚谓：“小小黄瓜是个宝，减肥美容少不了”研究发现，黄瓜有抗肿瘤、抗衰老、解酒毒、降血糖和降脂减肥等多种功效《黄瓜妙用》提供针对数十种疾病的200余条有关黄瓜的单验方、秘方，简便易行，疗效可靠。

小小黄瓜是个宝，减肥美容少不了；降压降脂又降糖，清热生津人称道。

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