第一图书网, tushu007.com

# <<对症食疗粥>>

## 图书基本信息

书名：<<对症食疗粥>>

13位ISBN编号：9787535763341

10位ISBN编号：7535763340

出版时间：2011-1

出版时间：湖南科技出版社

作者：邓律 编

页数：107

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

煮粥，我们不需要像厨师一样专业。
吃粥，我们不需要像吃药一样难以下咽。
简单而随性，好吃而便利。
不用花费做一桌鸡鸭鱼肉的盛宴的时间，不用耗费一天的精力去研究荤素搭配，请给家人准备一碗健康的粥。
合理的饮食以及食疗食养对健康、对疾病的康复肯定是有所裨益的，但就治疗而言，还应以药物、手术等治疗为主，饮食疗法只能起到辅助作用。
一旦疾病的主要矛盾解决或手术之后，饮食疗法在促进健康恢复方面将有十分重要的作用，不仅能补给营养，同时也是一种促进阴阳平衡、恢复元气的较为缓和的办法，其中有些作用是药物所不能替代的。
吃粥治病虽然不能立竿见影，但它是一种预防疾病或辅助治疗的方式。
《对症食疗粥》是“养生香粥丛书”之一，由邓律主编。
《对症食疗粥》精选了90款具有食疗功效的养生香粥，每款粥皆介绍了食材的选配、具体做法、食疗功效等，分步图解，解说详尽，让你一看就懂、一学就会。

第一图书网, tushu007.com



书籍目录

烹调香粥第一课　粥的营养价值　烹调香粥之必备主料　烹调香粥技巧大公开伤风感冒食疗粥　豆豉葱白粥　葱白神仙粥　紫苏大米粥　葱白散寒粥　生姜红糖粥　燕麦水梨粥　金橘防寒粥　薏米当归粥　胡椒葱白粥　百合枸杞粥　姜糖苏叶粥　白菜葱根粥　萝卜茶叶粥　鸡蛋冰糖粥　橘皮姜片粥　绍菜姜丝粥　大蒜香葱粥消化不良食疗粥　冰糖黑米粥　黑米银耳粥　白扁豆糖粥　鲤鱼花椒粥　芋头肉丝粥　花果薏米粥　萝卜羊肉粥　冬笋火腿粥　红枣糯米粥　山楂赤豆粥　曲末大米粥　普洱茶米粥　黄精大米粥　保和大米粥　党参大米粥三高人群食疗粥　萝卜大米粥　豆腐豆浆粥　海带陈皮粥　大米荷叶粥　苦瓜大米粥　南瓜玉米粥　芹菜大米粥　冰糖红枣粥　苦瓜香芹粥　木耳土豆粥　洋参红枣粥　紫菜肉丝粥　莴笋虾皮粥肝病食疗粥　萝卜鸡肝粥　复味薏米粥　猪肝竹笋粥　银耳猪肝粥　冬瓜枸杞粥　苦瓜肝片粥　杜仲黄芪粥　猪蹄花菜粥　香菇小米粥　洋葱大米粥　蒲公英米粥　茯苓红枣粥　番茄酸奶粥　茅根大米粥　丝瓜腐竹粥胃病食疗粥　番茄山药粥　红枣栗子粥　参芪薏米粥　二姜大米粥　鸭肉大米粥　砂仁猪肚粥　山楂薏米粥　萝卜羊肉粥　羊奶栗子粥　橘皮生地粥　茴香大米粥　绿茶菊花粥　腰果虾仁粥　蔬菜馒头粥　罗汉果肉粥防癌抗癌食疗粥　鱼香茄子粥　韭菜蛋花粥　番茄花菜粥　香橙枸杞粥　白菜扁豆粥　灵芝木耳粥　柚子核桃粥　海带菜干粥　生姜韭菜粥　豆芽玉米粥　蘑菇生菜粥　木瓜芋丝粥　红薯杏仁粥　无花果米粥　薏米红糖粥

第一图书网, tushu007.com



## 章节摘录

版权页：插图：

第一图书网, tushu007.com



## 编辑推荐

《对症食疗粥》：以症食疗，有病辅治，无病强身。

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