第一图书网, tushu007.com

<<中华食疗>>

图书基本信息

书名：<<中华食疗>>

13位ISBN编号：9787538868265

10位ISBN编号：7538868267

出版时间：2012-1

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：李永来 编

页数：648

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

“ 食疗学 ”为中医药学的一个重要组成部分。
中医学中素有“ 医食同源 ”之说，传说“ 神农尝百草 ”也足以说明中药的起源是食物。
在上古时代，医生主要靠食疗来治病。
因为人们受生活环境的影响，寿命很短，一些重病、疑难病，还没等人们认识到，人就已经离世。
因此，人们得的只是一些小病，医生凭着一些经验，给患者吃一些常见的大蒜、大葱等食物，希望减轻病人痛苦，没想到，病人的身体奇迹般康复了。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

一　内科常见疾病食疗方
急性上呼吸道感染
橘姜茶
生姜米粥
绿豆甜粥
薄荷米粥
苦瓜炖猪肉
萝卜生姜汤
香菜萝卜饮
香菜饴糖粥
枣姜紫苏饮
葱姜橄榄饮
姜糖荸荠饮
莲藕金橘汤
草鱼姜酒汤
秋梨姜汤
姜枣萝卜汤
细葱老姜汤
姜葱白菜汤
葱白香菜汤
芥菜姜汤
三根汤
桑叶姜汤
葱白豆豉姜汤
葱豉黄酒汤
嫩姜炖鲢鱼
酸辣豆腐汤
葱白豆豉汤
醋泡大蒜
花椒辣椒汤
银菊粥
银花蜜饮
芦根银花汤
菊花蜜饮
甘蔗番茄汁
太子参薄荷绿茶
菊花柿桑茶
银菊粟米粥
茼蒿冰糖饮
菊花脑茼蒿汤
鲜梨椰菜汁
葱头苏叶汤
葱白麦芽奶
金橘冰糖粥
葱姜米粥

生姜炒米粥
发汗豆豉粥
荆芥豉粥
葱白核桃姜茶
香菜牛肉粥
葱姜粥
芥菜豆腐汤
芥菜炖牛肉
清明菜冰糖粥
紫苏杏仁粥
苏叶辛夷茶
蔓荆子粥
预防感冒茶
桑蜜菊茶
桑叶枇杷茶
清热止嗽饮
预防流感茶
贯众青茶
……

章节摘录

版权页：[制用法]鸭肫切开，用盐擦洗肫内粗造表面，洗净后切成小块备用。
姜切厚片。
砂锅中加水足量，谷芽、麦芽布包水煮15分钟，而后放入鸭肫块，倒黄酒少许及姜片，小火炖至将熟，入盐调味即可。
每日早晚各食肉饮汤30～50克即成。
[功效]养脾益胃、消食导滞、华面美肌。
用于脘腹胀满疼痛，食后则甚，不思饮食，失眠烦怒，乏力气短，大便不佳，形体消瘦，吐酸者。
鸭眊指鸭胃，其内膜称鸭内金，与鸡内金功能相近，运脾消食，固精止遗。
鸭内金还有消石作用。
谷芽、麦芽均甘平，消食和中，健脾开胃，麦芽还能回乳，黄酒属低度酒，酒精浓度低于10%的饮品，能促进胃分泌，姜亦有降逆止呕作用。
五药配伍，功专健脾、美肌肤、华面、消积是各种消化不良者的理想保健品。
田七蒸老鸡[配料]老母鸡1只，田三七片100克，姜末、葱段、料酒、盐、沸汤、味精各适量。
[制用法]鸡杀后去内脏，净毛，切小块，田七一半打粉备用，一半放笼蒸软切薄片，姜、葱洗净，诸料与鸡肉块共放碗中，加入清汤、料酒、盐、上笼蒸2小时。
出笼后拣去葱、姜，加味精，再把剩余的一半三七粉，撒入汤碗中即可。
每天1小碗，连服3天，佐餐或单独服用。
[功效]补血，养血，益气温中。
适用于产后乳少，年老体虚，病后体弱，以及健身防病。
母鸡肉有益于年老体虚，孕妇病后康复。
田三七含有与人参皂甙相似的多种皂，水解后有人参二醇、三醇，其提取液可增加冠状动脉血流量，功效是止血散瘀，定痛。
熟三七粉能补血活血，化瘀止疼，与鸡同蒸，对于体弱之入必有补益。

编辑推荐

《中华食疗》是由黑龙江科学技术出版社出版的。

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