第一图书网, tushu007.com

<<常见病食疗菜谱丛书>>

图书基本信息

书名：<<常见病食疗菜谱丛书>>

13位ISBN编号：9787553702841

10位ISBN编号：7553702846

出版时间：2013-3

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：犀文图书

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

前言

随着社会经济、医疗技术的不断展，人类的生活质量和身体素质也得到相应地提高，但紧凑的生活方式、紧张的工作劳动、混乱的饮食习惯，也不断地侵蚀着我们身体的“健康防线”，导致各种各样的疾病趁虚而入，缠扰着本就疲惫不堪的我们。
俗话说：“家有一老，如有一宝；家有一病，饮食难定。
”一人生病，全家人的饮食习惯不得不改变，这样便造成饮食习惯的混乱，并影响到日常生活和工作。
因此，我们针对家庭和个人的需求，从传统医学“药食同源”的角度，科学系统地策划出这套《常见病食疗菜谱丛书》，力图为不同病症、不同体质的患者，推出科学、营养、健康、安全的食疗菜谱，让患者“对症食疗”的同时，也适合其他家庭成员食用，以此摒除患者和家人在饮食上产生的“隔阂”，助一家人其乐融融。
《常见病食疗菜谱丛书》共10本，包括《肝病食疗菜谱》、《高血压食疗菜谱》、《冠心病食疗菜谱》、《肾病食疗菜谱》、《糖尿病食疗菜谱》、《胃肠病食疗菜谱》、《痛风食疗菜谱》、《防癌食疗菜谱》、《肺病食疗菜谱》、《高血脂食疗菜谱》，每本书均详细地介绍了相应的常见病的基础知识和其患者的饮食原则，并根据常见病的特点，科学系统地介绍各种常见病症患者适宜食用的食材，有食材的基本知识、营养功效、饮食宜忌以及专家的专业提示，还有相应的食疗菜谱的介绍。
本套丛书经济实用，丛书菜例易学易做，是常见病患者家庭的必备一宝。
《肝病食疗菜谱》主要介绍肝病的基础知识和肝病患者宜食食物，希望肝病患者通过此书，以食疗和药疗相结合的方式，尽早摆脱疾病的困扰，活出健康、精彩人生。

内容概要

《常见病食疗菜谱丛书:肝病食疗菜谱》内容简介：《常见病食疗菜谱丛书》是为常见病患者及其家庭精心策划的一套食疗养生菜谱丛书，共10本。
《常见病食疗菜谱丛书:肝病食疗菜谱》精选了60余种对肝病具有一定的辅助疗效和预防作用的日常食材，详细、全面、科学地介绍其基础知识，并配备了120余道菜例，还包括一些肝病的常识，让读者在享受美食的同时，轻松抵抗疾病威胁，健康生活每一天。

作者简介

广东犀文图书有限公司，是一家以出品“生活·经济”类图书为主业，集创意、编撰制作和销售于一体的成长型文化企业。
公司成立于2003年9月，90%员工为大专以上学历，核心团队皆为业界资深出版人和卓越设计师。
公司成立7年来，已与国内外数十家出版机构建立了深度合作的关系，年出品图书500余种，年版权交易150余种。
犀文出品的图书主要为烹饪菜谱、小手工艺、美容美发、养生、家装家饰家居类。
犀文图书以其选题的实用性、体例的科学性、内容的丰富性，一流的装帧设计和版式设计已在生活经济图书领域颇有影响。
犀文图书策划制作的图书贴近市场，设计水准上乘，在出版业界中独树一帜，品牌已见雏形。
犀文图书根植于厚重的华夏文化，置身于现代图书市场文化产业之林，志存高远，弘思远益。
犀文图书以传播知识，实用民生为己任，实行现代企业制度，严格管理，高效经营，凭借犀文人强烈的前瞻意识和敏锐深刻的洞察力，以及同舟共济的团队精神和卓著专业品质，犀文图书开拓前进，定会在中国文化产业发展大局中占有一席之地。
正如犀文铭所言：用志坚则无事不达，用心诚则无事不至。

书籍目录

第一章 肝病养护常识002了解肝脏及肝功能003什么是肝病004肝病症状005肝病饮食原则006肝病患者日常饮食宜忌008肝病患者宜食的十六大食品009肝病患者不宜多食的十大食品010酒精对肝脏的伤害011肝病患者不宜饮食过饱012肝病患者饮食的误区013肝病患者日常饮食结构014肝病患者进补注意事项015肝病患者烹饪小窍门016肝病患者日常保健要诀017乙肝患者日常六大禁忌018脂肪肝患者必做八件事第二章 肝病食疗菜谱蔬菜类021蔬菜的护肝作用021减少蔬菜中农药残留妙招022胡萝卜→蜂蜜胡萝卜 橙子胡萝卜汁024竹笋→香菜笋干 笋焖蕨菜026芦笋→炒鲜芦笋 芦笋鲜蘑028魔芋→魔芋肚片 山椒芋丝030莲藕→炒白花藕 红焖莲藕丸032芦荟→西红柿拌芦荟 青苹果炖芦荟034茭白→茭白炒蚕豆 干酱茭白036蒜→双色蒜蒸虾 蒜香茄子038番茄→番茄炒鸡蛋 番茄烧牛肉040黄瓜→玉子酿黄瓜 糖醋黄瓜卷042南瓜→百合蒸南瓜 五元蒸南瓜044冬瓜→酱烧冬瓜条 红焖冬瓜046苦瓜→清炒苦瓜 绿豆苦瓜莲子汤048花椰菜→花椰菜炒蛋 香菇炒花椰菜050韭菜→豆腐皮炒韭菜 鸡蛋炒韭菜052卷心菜→素炒卷心菜 清炒卷心菜054菠菜→银丝菠菜 鱼香菠菜056绿豆芽→三丝炒绿豆芽 银芽贡菜058油菜→豆泡烧油菜 焖油菜心060茼蒿→茼蒿伴春头 茼蒿鱼头汤062蘑菇→小炒蘑菇 全福豆腐064香菇→香菇蒸滑鸡 芥蓝腰果炒香菇066猴头菇→黄芪猴头菇汤 武当猴头068银耳→银耳炒芹菜 樱桃银耳糖水 银耳鸽蛋汤 银耳菊花粥水果类073水果的护肝作用074木瓜→木瓜乌鸡汤 花生木瓜脊骨汤076西瓜→清淡西瓜皮 西瓜奶昔078苹果→苹果水芹汁 木瓜苹果炖鸡汤080梨→橄榄雪梨瘦肉汤 雪梨猪骨汤082葡萄→葡萄菠萝杏仁汁 红酒葡萄蛋糕084猕猴桃→猕猴桃鸡柳 猕猴桃米酪086橘子→陈皮牛肉 橘子苹果甜汤圆088香蕉→树莓苹果香蕉汁 香蕉粥090李子→李子汁 李子红茶092梅→橄榄酸梅汤 梅子甑鹅094山楂→首乌山楂鸡肉汤 山楂桂圆糖水 黄精山楂煲脊骨 猪肝山楂粥五谷杂粮类099五谷杂粮的健康食用方法100荞麦→荞麦粥 香菇荞麦粥102燕麦→牛奶燕麦粥 燕麦香芋包104薏米→荷香绿豆薏米粥 蒲公英薏米解毒汤106玉米→山药玉米排骨汤 冰糖玉米粥108赤豆→薏米赤豆南瓜粥 赤豆草鱼汤110黄豆→黄豆焖牛腩 黄豆瘦肉汤112绿豆→绿豆小米粥 绿豆白菜粥114甘薯→甘薯山药豆浆 滑鸡甘薯煲仔饭116花生→花生百合糖水 花生凤爪汤118红枣→红枣乌鸡汤 桑葚红枣瘦肉汤120枸杞子→百合枸杞子甲鱼汤 玉竹枸杞子老鸭汤122芝麻→松仁芝麻糊 芝麻茄汁烩鸡脯 小米黑芝麻糊 芝麻蒜薹水产、肉食、饮品类127水产类食品的护肝作用128鲈鱼→浓汤裙带菜煮鲈鱼 鲈鱼炖姜丝130鲫鱼→豆腐鲫鱼汤 木瓜眉豆鲫鱼汤132虾皮→虾皮紫菜粥 丝瓜虾皮蛋汤134海参→黄精海参炖乳鸽 鸭掌海参煲136鱿鱼→三鲜鱿鱼汤 韭菜花炒鱿鱼138牡蛎→节瓜牡蛎汤 牡蛎豆腐汤140海带→绿豆海带煲乳鸽 冬瓜海带淡菜汤142兔肉→黑木耳腐竹兔肉汤 党参栗子兔肉汤144鸡肉→老姜鸡汤 葡国鸡146鸡蛋→黄花菜炒鸡蛋 茶树菇炒鸡蛋148猪血→龙脂猪血 薏米猪血粥150酸奶→芒果酸奶 红豆香蕉酸奶汁152蜂蜜→黄瓜蜂蜜豆浆 蜂蜜金银花饮

编辑推荐

《常见病食疗菜谱丛书:肝病食疗菜谱》主要介绍肝病的基础知识和肝病患者宜食食物，希望肝病患者通过此书，以食疗和药疗相结合的方式，尽早摆脱疾病的困扰，活出健康、精彩人生。

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