

<<365天最适宜肝脏病的食疗食谱>>

图书基本信息

书名：<<365天最适宜肝脏病的食疗食谱>>

13位ISBN编号：9787801953605

10位ISBN编号：7801953606

出版时间：2006-2

出版时间：九州出版社

作者：索志刚主编

页数：418

字数：196000

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>

<<365天最适宜肝脏病的食疗食谱>>

内容概要

肝脏病是我国的一种多发病和常见病，主要包括急性肝炎、肝硬化、脂肪肝、肝癌等症。对肝脏病患者的饮食要求，应该是在避免加重肝脏负担和损害的前提下，以富营养、易消化、易吸收、能促进肝细胞再生和肝功能恢复为原则。

因此，合理地安排肝脏病患者的饮食是十分重要的。

历代医学专家都主张“药疗不如食疗”。

只有从食物中合理地摄取各种营养成分，增强抵抗力，补充疾病消耗和供给修复受损组织器官所需要的物质，才可以满足病体对营养的需求。

因此，本书收集了祖国各地具有治疗肝病作用的食谱365种、详细地介绍了每款食谱的科学烹饪方法及功效，具有制作简单、营养丰富等特点。

让您在平常的每一天轻松地接受食疗，以确保身体健康。

<<365天最适宜肝脏病的食疗食谱>>

作者简介

索志刚医生，现任职于山西省忻府区人民医院，为内科主治医师。他的卓越成就，在于他从众多古籍和药理书中，精心研究，撰写了许多药膳文章，在国内著名医学刊物上发表论文数十万字，具有很高的学术价值和食用价值，极大程度地推广了食疗这一医学瑰宝，使中国医学中零星散落的

<<365天最适宜肝脏病的食疗食谱>>

书籍目录

第一章 第1月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第二章 第2月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第三章 第3月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第四章 第4月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第五章 第5月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第六章 第6月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第七章 第7月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第八章 第8月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第九章 第9月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第十章 第10月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第十一章 第11月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱第十二章 第12月食谱 一、保健常识 二、食疗知识 三、食疗食谱

<<365天最适宜肝脏病的食疗食谱>>

章节摘录

【原料】 鲜鲤鱼1条(约350克),鸡蛋1个,火腿8克,瘦猪肉30克,豌豆苗10克,冬笋5克,酱油4克,精盐3克,味精1克,料酒5克,水淀粉10克,姜末2克,鸡汤250克。

【制法】 (1)将火腿蒸熟,切成细丝,冬笋切成细丝;豆苗择洗干净;瘦猪肉剁成细泥。

(2)将鲤鱼去鳞、鳃,开膛去内脏洗净,去掉鱼骨及小刺,把鱼肉片成6.5厘米长、4厘米宽的长方形鱼片:将猪肉泥放入碗内,加入酱油、蛋清半个、料酒2克、味精0.5克、精盐1克、水淀粉2克及姜末拌匀成馅。

(3)将剩下的蛋清与剩下的水淀粉调成糊,把鱼片平铺在菜板上,先抹上一层糊,再放上肉馅(在鱼片的一端),再把鱼片卷起来,卷到鱼片的另一端时,再涂上少许糊把鱼卷粘住,勿使散开。

(4)将鸡汤在旺火上烧开后,转小火,把卷好的鱼卷放在汤里氽一下,去掉浮沫,使汤清亮;鱼卷熟后,再在汤里加入剩下的佐料和火腿丝、冬笋丝等,待汤再开时,放入豆苗即可。

【营养及功效】 富含蛋白质及钙、铁、锌、硒等营养素。

【适应范围】 肝炎恢复期患者,及老年人、咀嚼能力差者。

<<365天最适宜肝脏病的食疗食谱>>

媒体关注与评论

药补不如食补，享受健康生活每一天。
365种美食，365种疗法，保护肝脏吃什么是关键！
名医指导：基础知识、食疗知识、食疗食谱。

<<365天最适宜肝脏病的食疗食谱>>

编辑推荐

药补不如食补，享受健康生活每一天。

365种美食，365种疗法，保护肝脏吃什么是关键！

名医指导：基础知识、食疗知识、食疗食谱。

药补不如食补，享受健康生活每一天。

365种美食，365种疗法，降低高血压吃什么是关键！

名医指导：基础知识、保健常识、诊断方法、饮食疗法。

合理搭配，均衡膳食。

吃出健康人生！

享受健康生活！

药膳食疗是我国传统医学和饮食文化百花园中的一朵奇葩，既是一门古老的学问，又是一门新兴的学科。

说它古老，因为它历史悠久，源远流长；说它新，因为近年来兴起一股药膳热潮，不仅有药膳饭店、药膳专著、药膳科普读物，而且药膳疗法也被广泛应用于临床各科，甚至超过单纯药疗的效果，受到大家的普遍关注。

因此，药膳食疗成为人们所重视的、治疗疾病不可缺少的辅助治疗也就合情合理之中。

<<365天最适宜肝脏病的食疗食谱>>

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>