

<<脂肪肝四季药膳>>

图书基本信息

书名：<<脂肪肝四季药膳>>

13位ISBN编号：9787806416778

10位ISBN编号：7806416773

出版时间：2004-1

出版时间：中原农民出版社

作者：彭铭泉

页数：182

字数：158000

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>

<<脂肪肝四季药膳>>

内容概要

有人罹患脂肪肝后，心里急躁，担心，到处乱投医，购买减肥药和降脂药，一心想尽快把体重降下来，有的采取饥饿法、腹泻法、抽吸法、照射法和扎肚带法等。

但究竟哪种减肥方法最佳，各说各的好；有人花了钱，还是达不到理想的效果。

为了有效地控制和治好脂肪肝，除了健康的生活方式外，还可以选用药膳进行治疗，在编著《脂肪肝四季药膳》这本书中推出四季药膳菜谱，可供不同脂肪肝患者选用，读者只要根据自己脂肪肝疾病的起因，搭配好膳食，同时按每个药膳菜品的配方、功效、制作和食用方法照办就行了。

这些药膳所用的药物在中药店都可购到，所用辅料肉类、蔬菜，在集贸市场易于取得，而自制方法一看就懂，读者可根据各自家庭情况或所罹患疾病选用。

相信只要持之以恒，就会收到较好疗效。

<<脂肪肝四季药膳>>

作者简介

彭铭泉教授生于 1933 年，重庆市人，大学文化。

他从 1980 年开始首先提出现代药膳这一概念，开创了中药膳学这一崭新的学科，使药膳成为商品，并在全国乃至世界创办了第一家药膳餐厅——成都同仁堂，至今深受国内外顾客的赞赏。

他在国内外有关报刊上发表了论文 300 余篇，

<<脂肪肝四季药膳>>

书籍目录

春 泽泻粥 泽泻煮黄瓜 泽泻蒸冬瓜 泽泻白菜汤 黄精炒肉丝 枣仁炒猪舌 砂仁炒肚片 米酒炒海虾 红
杞蟹肉 翡翠红螺 菟丝炒鲜虾 天科薤菜 苡仁炒芥菜 独蒜炒茄丝 百合炒白菜 天冬炒黄瓜 猪油炒苦瓜
山药炒黄豆 苡仁炒豌豆 泽泻米汤饮 汉泻炒马铃薯 汉泻煮折萝卜 泽泻香菇木耳汤 白木耳炒肉片 沙
苑炒猪肝 玉竹炒心片 红花蟹肉 地黄海参 百合炒鲜贝 百合炒苋菜 山药炒藕丝 大蒜炒香菇 白果炒冬
瓜 山药炒土豆丝 笋炒枸杞叶 蚕豆炒韭菜 小葱炒扁豆夏 泽泻拌莴苣 泽泻拌鱼腥草 泽泻蒸鲜藕 泽泻
蒸荸荠 车前草粥 桔梗燕窝汤 石菖蒲粥 荷叶蒸鹌鹑 海藻煮黄瓜 泽泻蒸扇贝 百合子姜炒鹅肉 沙苑
炒鸭蛋 白果炒鸡蛋 归参炒墨鱼 白木耳炒海参 韭菜炒大虾 山药炒带子 玉竹炒生鱼片秋冬附：
脂肪肝四季药膳常用药物功效简介

<<脂肪肝四季药膳>>

编辑推荐

春气温，宜食麦以凉之，不可一于温也，禁温饮食及热衣服。

夏气热，宜食菽以寒之，不可一于热也，禁温饮食，饱食，温地濡衣服。

秋气燥，宜食麻以润真燥，禁寒饮食，寒衣服。

冬之寒，宜食黍以热性治其寒，禁热饮食，温炙衣服。

<<脂肪肝四季药膳>>

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>