

<<水产品的美容·保健·药用>>

图书基本信息

书名：<<水产品的美容·保健·药用>>

13位ISBN编号：9787806664810

10位ISBN编号：7806664815

出版时间：2004-6

出版时间：广西科学技术出版社

作者：彭波

页数：245

字数：146000

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>

<<水产品的美容·保健·药用>>

内容概要

我国是一个食鱼王国，水产品资源不仅丰富，而且量多质优。

水产品富含多种维生素和矿物质，蛋白质含量高，脂肪含量低，有较高的美容、保健与药用价值。常食水产品，能提高人体免疫力，固本强精，润泽肌肤，男女老少皆宜。

本书收录了日常生活中常食用的65种水产品，介绍了它们的营养价值和美容保健食谱、药用验方，是您日常饮食生活中自我保健的良师益友。

<<水产品的美容·保健·药用>>

书籍目录

大黄鱼小黄鱼带鱼乌贼 老板鱼鲈鱼石斑鱼加吉鱼章鱼鲑鱼鲟鱼海鳗(鱼安)(鱼康)鱼马面(鱼屯)
鳕鱼鲟鱼大马哈鱼鳗鲡对虾龙虾梭子蟹文蛤鲍鱼牡蛎蛤仔文昌鱼海肠子香螺海胆江珧带子竹蛏扇贝贻
贝海参海蜇鱿鱼鲤鱼草鱼鲢鱼鳙鱼白鱼鳊鱼松江鲈鱼青鱼鲫鱼武昌鱼鳊鱼鲇鱼泥鳅黄鳝鲢鱼黑鱼罗非
鱼嘎牙子河虾河蚌河蟹鳖山瑞牛蛙银鱼金钱龟田鸡田螺

<<水产品的美容·保健·药用>>

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>