

<<今日靓汤续>>

图书基本信息

书名：<<今日靓汤续>>

13位ISBN编号：9787807316930

10位ISBN编号：7807316934

出版时间：2007-12

出版时间：广州出版社

作者：余自强

页数：103

字数：360000

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>

<<今日靓汤续>>

内容概要

《今日靓汤》是《广州日报》的品牌栏目之一，自2005年5月18日面世后，深受广大海内外读者的欢迎，并在2006年冬结集出版了第一辑丛书。

《今日靓汤》根据时令节气，结合传统中医和现代医学、营养学理论知识，全面推介广东传统的汤水品种，并有创新，不仅囊括了广东汤饮，同时兼具佐餐、养生及药膳的三特色，充分体现祖国医学“药食同源”的鲜活个性，而且将《黄帝内经》中“圣人不治己病治未病”的深厚底蕴，精心、具体地贯穿其中，深入浅出，切于实用，的确为不可多得的大众科学养生读品。

<<今日靓汤续>>

作者简介

余自强：广东省中医院药师，多年来致力于中医科普工作，出版《中药新用》《中药活用图典》《今日靓汤》等书，曾在《南方日报》、《广州日报》、《羊城晚报》开辟煲汤专栏，深受读者追捧，被誉为“岭南汤神”，在珠三角地区拥有10万女“汤粉”。

<<今日靓汤续>>

书籍目录

今日靓汤续：春 虫草花水鸭汤 萝卜三文鱼头汤 迟菜心滚肉片汤 番茄牛肉羹 槐花木耳猪肚汤
雪耳炖白鸽 生淮山蚝豉猪蹄汤 五指毛桃水蛇猪排骨汤 红枣炖鲫鱼汤 青红萝卜猪(月展)汤
慈姑腊鸭头猪蹄汤 燕窝鹌鹑蛋羹 赤小豆粉葛鲮鱼汤 家庭式佛跳墙 竹笙芋头丝瓜汤 蚝豉猪
横膾汤 马蹄腐竹猪删汤 菠菜鱼片豆腐汤 菜干咸猪骨蚝豉汤 烧鸭雪蛤羹 参芪栗子鲜鸡汤 白
菜蜜枣猪排骨汤 眉豆苋菜田鸡汤 鲜益母草滚猪瘦肉汤 茶叶鲫鱼汤 白背叶根猪骨汤 山楂扁豆
金银肾汤 红萝卜粟米煲猪横膾 麦冬炖全鸡 川贝母海蜇皮猪瘦肉汤 萝卜珧柱煲凤爪 红豆鲤鱼
汤 黄精人参竹丝鸡汤 客家糯米酒煮鸡子猪腰 粟米生淮山猪脊骨汤 天山雪莲炖乳鸽 党参北芪
牛肚汤 咖喱鸡丝羹 兔肉炖鸡脚 淡豆豉葱白滚豆腐 白芷当归北芪鲤鱼汤 云苓北芪猪瘦肉汤
..... 点题教保汤 余自强推荐常用药材及功效今日靓汤续：夏今日靓汤续：秋今日靓汤续：冬

<<今日靓汤续>>

章节摘录

插图：

<<今日靓汤续>>

媒体关注与评论

《今日靓汤》我天天剪下来，并马上传真给美国的许多亲戚朋友。他们都很高兴。

经常按照它去煲汤。

它结集出版后，我一下子买了五套寄给他们。

——番禺区石基镇居民 谭玉华《今日靓汤》，食药同源，岭南特色，广东靓汤。

——国家一级演员，相声表演艺术家 黄俊英《今日靓汤》出版了，我不用再打印了。

过去我剪《广州日报》报纸整理了许多册子。

送给同事朋友。

它内容丰富。

包含了许多节气、医学、营养和烹调知识，使我们受益不浅。

——暨南大学设备处会计师 曾慧梅自从广州日报开设《今日靓汤》专栏以来，我每天都拿纸和笔记下来，叮嘱保姆按此去做。

三年多来。

天天喝靓汤。

现在身体很好，看病也少了。

我今年已86岁，越活越滋润，每周还去跳舞2次。

——原广州铁路局副局长 吕明

<<今日靓汤续>>

编辑推荐

《今日靓汤续:春、夏、秋、冬(套装全4册)》是《广州日报》的品牌栏目之一，自2005年5月18日面世后，深受广大海内外读者的欢迎，并在2006年冬结集出版了第一辑丛书。

<<今日靓汤续>>

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>