

《中华养生600款家常菜》

图书基本信息

书名：《中华养生600款家常菜》

13位ISBN编号：9787807661696

10位ISBN编号：7807661690

出版时间：2010-1

出版社：施旭光 广东旅游出版社 (2010-01出版)

作者：施旭光

页数：176

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《中华养生600款家常菜》

内容概要

《中华养生家常菜600款》分为五个部分，包括四季养生家常菜、孕产妇养生家常菜、防病调理养生家常菜、男女滋补养生家常菜、中老年保健养生家常菜。书中所选的家常菜，是以快速的煎、炒、蒸、煮为主，且每例菜肴均详细介绍配方、制作方法，并讲解其养生功效和食疗价值，使读者既知其然，又知其所以然；看得明白，又吃得有信心。

《中华养生600款家常菜》

作者简介

施旭光，医学博士，广州中医药大学方剂学教研室教授，硕士生导师；广州中医药大学第一附属医院内科门诊主任医师；广东省高校“千百十”人才工程校级培养对象。兼任中华中医药学会方剂专业委员会委员，《中华现代中医学杂志》编委。长期从事中医方剂学、中医内科学的教学、科研和临床工作。善于用中医方法治疗内科常见病和疑难杂症，在中医养生保健、药膳食疗、中医治未病等方面有较深入的研究。曾主持广东省科技厅课题1项、广东省教育厅课题1项、广东省中医药局重点课题2项，参与国家、省部级和厅局级课题共18项，主持新药开发项目1项。发表学术论文46篇。生编《小病小痛怎么办——实用家庭用药指南》、《服药禁忌》、《美容禁忌》、《饮食禁忌》、《百味中药补疗食谱》、《百味中药防老食谱》、《伤寒、金匱方歌诀新编》、《中西医汇通常用方剂》等专著，参加《乙肝中医疗法》，《临床中医肿瘤学》、《从生活中防治甲亢》、《方剂学》、《方剂的现代研究》、《中华养生药酒精选》、《中医食疗学》，《中华养生靓汤1000款》、《方剂学应试指南》等专著的编写工作。

《中华养生600款家常菜》

书籍目录

四季养生家常菜春季养生家常菜蜜糖蒸萝卜芥冬拌肉丝菠菜炒猪血茄汁黄瓜口蘑鸡块虾米小白菜炖豆腐香菜爆里脊非黄炒鸡丝鹌鹑蛋煮黄鱼一品山药扒四宝珍珠绿玉丸子香椿拌豆腐鲫鱼蒸鸡蛋家常春笋白烧鳝鱼清炖鳗肉丸素焖扁豆0蘑白菜0蚕豆炒虾仁鲫鱼烧豆腐|红枣炒木耳荠菜鸡丝.....孕产妇养生家常菜防病调理养生家常菜男女滋补养生家常菜中老年保健养生家常菜

《中华养生600款家常菜》

编辑推荐

《中华养生家常菜600款》内容丰富，文字简练，通俗易懂，科学合理，选材简单，制作快速，适合工作忙碌的上班族使用。

《中华养生600款家常菜》

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:www.tushu111.com