

《道家蔬菜养生菜肴》

图书基本信息

书名：《道家蔬菜养生菜肴》

13位ISBN编号：9787537727013

10位ISBN编号：7537727015

出版时间：2006-6

出版社：山西科学技术出版社

作者：彭铭泉

页数：40

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

《道家蔬菜养生菜肴》

内容概要

蔬菜的种类繁多，在生活中常见的蔬菜种类有根茎类蔬菜，例如土豆、红薯、山药、萝卜等；瓜及茄瓜类蔬菜，例如茄子、黄瓜、南瓜、地瓜等；茎叶类蔬菜，例如豆苗、芥菜、韭菜、白菜、卷心菜；腌制类蔬菜，例如腌萝卜、腌黄瓜、腌藠头等。我们制做蔬菜养生菜肴的原、辅料，也来源于常见的蔬菜品种，本书依次分类，结合多年从事药膳开发、钻研中医理论、进行饮食制作的经验，编辑出这本《蔬菜养生菜肴》供读者参考制作。

本书的药膳食疗方剂，既有古方，又有创新。每个菜品，根据药物、食物的性味归经，进行科学配伍；每个配方均附有功能可以供读者选择使用；每个配方都有详细制作流程，以便读者可以按部就班制作出美味的药膳佳肴；每个菜品都附有食法、宜忌，供读者辨证施膳。

《道家蔬菜养生素肴》

作者简介

彭铭泉，男，1933年出生于重庆市。中医药膳学教授。彭教授早在1980年就开始从事中国药膳科研工作，并且创办了我国第一家药膳餐厅——成都同仁堂药膳餐厅，在国内外报刊上发表药膳论文300余篇，出版《中国药膳大典》等百余部药膳专著。彭教授现任中国药膳研究会常务理事、中国中医

《道家蔬菜养生素肴》

书籍目录

道姑冬瓜昆布汤道姑桃仁烧魔芋道观草果腌豇豆道观桂皮腌菜头道观麻油拌黄瓜条道观郁金冬瓜汤道家陈上腌白萝卜道家核桃炒芹菜道家山药枸杞汤道家姜汁菠菜道家龙眼炒韭菜道家麻仁菠菜汤道家麻油拌菠菜道家山药蒸素鸡道家烧鲜山药道家天冬煮菜胆道家养生瓜条道家郁李仁炒芥菜道家枸杞西芹汤道人蜂蜜土豆甘薯羹道人甘薯双仁汤道人火麻仁拌黄瓜道人郁金丝瓜汤道人芥菜汤道人枸札盐渍雪里蕻洞宾薏苡冬瓜盅洞宾茯苓冬瓜汤洞宾砂仁腌蒜薹洞宾天冬煮芹菜核桃仁拌苦瓜丝枣杞番茄汤仙家陈皮腌白菜头青羊素辽参青羊虾仁怀豆腐青羊养生素排骨青羊一品芦笋仙家灵芝腌胡萝卜真人蜂蜜苡蓉土喜泥真人鲜山药焖萝卜道家茯苓粉蒸番薯

《道家蔬菜养生菜肴》

精彩短评

- 1、书看了，菜式很少，感觉很一般，
- 2、养生好啊
- 3、可以学很多的菜了，很不错
- 4、可惜菜太少。

《道家蔬菜养生菜肴》

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