

# 《養生酒》

## 图书基本信息

书名：《養生酒》

出版时间：2011-3-29

作者：渡邊修

页数：144

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](http://www.tushu111.com)

# 《養生酒》

## 內容概要

每天清除壞細胞！用天然食材釀造 抗老、強身的美味酒

本書內容介紹以乾貨、香草、蔬菜、水果等食材，所釀造出來的50種養生酒，在勾選書中所列出的問題，確認過自己的體質後，再從中找出適合自己健康狀態的養生酒來釀造。

每一種養生酒的內容詳細解說其功效、成分、中醫的主張，釀造方法、時間與搭配飲用法，讓讀者可以輕鬆成功釀出適合自己體質飲用的養生酒。除了可以單獨飲用之外，也可以搭配書中建議的混合飲用法，或做成藥膳料理來食用，讓讀者可以藉由養生酒獲得健康活力。作者簡介 渡邊修

水果酒藥酒研究家，茨城大學農藝化學系畢業。曾服務於食品大廠公司15年，擔任商品開發一職，之後開始研究以往始終很有興趣的藥酒，並開設專門店，提供消費者品嚐手工釀造的藥酒和水果酒。至今已釀造過約1000種藥酒，目前在群馬縣中之條町的「自然與健康之鄉藥王園」裡，隨時展示有一部分的藥酒。著有《元氣酒》(家之光協會)。

# 《養生酒》

## 作者簡介

### 渡邊修

水果酒藥酒研究家，茨城大學農藝化學系畢業。曾服務於食品大廠公司15年，擔任商品開發一職，之後開始研究以往始終很有興趣的藥酒，並開設專門店，提供消費者品嚐手工釀造的藥酒和水果酒。至今已釀造過約1000種藥酒，目前在群馬縣中之條町的「自然與健康之鄉藥王園」裡，隨時展示有一部分的藥酒。著有《元氣酒》(家之光協會)。

# 《養生酒》

## 書籍目錄

前言  
聽到「養生酒」一詞，你會想到什麼？  
很苦、很難喝、不好聞？請你先等一下，這其實是天大的誤會。  
例如自古以來，許多日本家庭都會自己釀造的「梅酒」，不但是初夏的應景詩，更是養生酒的一種。  
酸酸甜甜又爽口的梅酒，不但能滋潤酷暑造成的發燙身體，也能有效消除疲勞，並增進健康。  
此外，黑芝麻、薏仁、百里香、鼠尾草、番茄、蘋果等食材，同樣含有各種藥效成分，只要將這些食材浸泡在高濃度的酒精裡，就能萃取對健康有益的精華液製成「養生酒」。  
本書以市場就能買到的食材為主，精選出50種能幫助你恢復元氣的養生酒，作法非常簡單，請務必試試看，相信你一定能找到自己喜歡的養生酒。

# 《養生酒》

## 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](http://www.tushu111.com)