

# 《肥胖·高脂血症食疗精粹》

## 图书基本信息

书名：《肥胖·高脂血症食疗精粹》

13位ISBN编号：9787533525798

10位ISBN编号：7533525795

出版时间：2005-5

出版社：福建科学技术出版社

作者：彭铭泉

页数：121

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)

# 《肥胖·高脂血症食疗精粹》

## 内容概要

本书简要介绍肥胖·高脂血症的诱因、饮食宜忌、“四因”（因证、因时、因地、因人）施膳要点及其食疗药膳的组成原则和烹饪方法；精选适宜肥胖·高脂血症食疗的药膳方约150首，按烹调方法分类介绍其配方组成、物料选购与保存、制作方法及其适应症和功效等，并对其使用时应注意事项作了简要说明。

为便于读者选择使用，书末还列表说明肥胖·高脂血症药膳常用食物、药物的别名、性味功能用量和注意事项，此外还介绍了常用药膳基本高汤、上汤、卤水的制作工艺等。

# 《肥胖·高脂血症食疗精粹》

## 书籍目录

一、概述 (一) 肥胖、高脂血症的原因 (二) 肥胖、高脂血症的饮食宜忌 (三) 肥胖、高脂血症的“四因”施膳 (四) 肥胖、高脂血症药膳的组成原则 (五) 肥胖、高脂血症食疗药膳的烹饪方法二、肥胖、高脂血症常用药膳 (一) 菜肴类 天冬炒丝瓜 雪菜炖豆腐 银杏炒莲白 麦冬炒白菜 双耳熘鸡片 红参蘑芋鸡 桃仁炒鸡丁 薏仁烧鸭肉 红枣蒸仔鸭 桃仁蒸白鸭 虫草蒸乳鸽 糯米蒸乳鸽 竹筒蒸鹌鹑 山楂瘦肉干 乌梅烧排骨 菊花肉片 枸杞洋葱炒肉丝 枸杞炒仔兔 麦冬芦笋炒兔肉 番茄烧墨鱼 菊花榄菜熘鲜贝 虾米烧白菜 山药烧草鱼 红杞烧活鱼 杭菊炒鱼看 (二) 粥类 玫瑰大米粥 南瓜大米粥 桑椹大米粥 荷叶大米粥 杜仲蜂蜜粥 决明菊花粥 大枣龙眼粥 首乌大枣粥 山楂黄精粥 丹参山楂粥 茯神绿豆粥 茯苓枣栗粥.....三、肥胖、高脂血症药膳常用食物、药物及基本汤料的制作

# 《肥胖·高脂血症食疗精粹》

## 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)