

《生活中的禁忌》

图书基本信息

书名：《生活中的禁忌》

13位ISBN编号：9787801526410

10位ISBN编号：7801526414

出版时间：2005-2-1

出版社：黄河出版社

作者：王志鹏

页数：476

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

《生活中的禁忌》

内容概要

《生活中的禁忌》主要内容包括：日常饮食与生活起居禁忌，饮水、饮料禁忌篇，喝水的禁忌，喝水忌太快太多，剧烈运动后忌饮凉水，忌等到口渴时再喝水，矿泉水忌煮沸喝，少儿忌饮用纯净水，忌多喝矿泉水，几种禁止饮用的茶等等。

《生活中的禁忌》

书籍目录

一 日常饮食与生活起居禁忌

1 饮水、饮料禁忌篇

2 水果、蔬菜禁忌篇

3 烹饪、菜肴禁忌篇

4 禽肉、水产禁忌篇

5 蛋奶、食品禁忌篇

6 居室、厨房禁忌篇

.....

二 卫生保健与疾病防治禁忌

.....

三 化妆美容与社交礼仪禁忌

.....

四 旅游度假与运动健身禁忌

.....

《生活中的禁忌》

章节摘录

有人喜欢用保温杯泡茶，以保持其温度。但保温杯泡茶有其不利之处。茶叶是一种富含营养成分的饮料。茶叶中含有茶多酚、单宁、芳香物质、氨基酸和多种维生素。当用开水在茶壶或普通杯中泡茶时，大量的有益成分溶解在水中，使茶汤产生一种芳香气味，同时又使茶多酚和单宁等成分略溶于水中，使茶汤略带爽口苦味。而用保温杯泡茶，由于温度一直保持很高，使芳香物质很快挥发掉，减少了应有的芳香。同时，高温还能使茶多酚和单宁浸出过多，使茶汤色浓，味苦涩，并有闷馥味。此外，由于维生素不耐高温，长时间高温浸泡也会使其损失较多。因此，不宜用保温杯泡茶。同样，也不宜将茶叶放到壶里煮着喝。如果想喝热茶，可用紫砂壶冲泡，茶泡好后，倒入保温杯中，这样既可以较长时间保温，又可以解决保温杯泡茶不足之处。

《生活中的禁忌》

编辑推荐

《生活中的禁忌》：生活百事通丛书

《生活中的禁忌》

精彩短评

- 1、 片子实在是太太太有爱了~~那些人设都可爱到爆~~！

《生活中的禁忌》

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