

《中国食材考》

图书基本信息

书名：《中国食材考》

13位ISBN编号：9787513214719

出版时间：2013-7-1

作者：柴可夫,马纲

页数：447

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

《中国食材考》

内容概要

从健康角度而言，人民日益提高的物质生活水平与落后的食养观之间的矛盾日益突出。积极完善食材性味归经、功效和饮食宜忌理论体系，指导民众树立正确的食养观念，对提高国民的健康水平大有裨益。

《中国食材考》适合中医药院校师生教学参考，也可供营养学、烹饪学等专业的师生学习运用，还可供广大群众阅读使用。

书籍目录

第一章 谷豆类

小麦
燕麦
荞麦
粳米
糯米
粟米
黍米
玉蜀黍
黑芝麻
黄豆
豆腐皮
豆腐浆
豆腐乳
绿豆
黑豆
豇豆
豌豆
蚕豆
赤小豆
薏苡仁

第二章 蔬菜类

白菜
小白菜
甘蓝
花椰菜
青花菜
黄瓜
番茄
胡萝卜
茼蒿
菠菜
葱白
葱叶
洋葱
青蒜
芥蓝
茄子
藕
大蒜
生姜
水芹
旱芹
山药
绿豆芽
苦瓜
丝瓜

辣椒
白苣
茼蒿
冬瓜
南瓜
韭菜
石刁柏
茼蒿
蕹菜
壶卢
西葫芦
马齿苋
马兰
牛蒡
香椿
雪里蕻
百合
茭白
莼菜
扁豆
刀豆
金针菜
金针菇
草菇
平菇
香菇
银耳
马铃薯
甘薯

第三章 水果类

两瓜
苹果
梨
桃子
杏子
香蕉
葡萄
菠萝
草莓
大枣
橘
金橘
柑子
李子
荔枝
柞果
龙眼肉
木瓜
枇杷

柿饼
无花果
甘蔗
猕猴桃
荸荠
山楂
石榴
火龙果
榴莲
山竹
柚子
樱桃
杨桃

.....

第四章 干果类

第五章 肉类

第六章 水产类

第七章 乳蛋类

第八章 调味类

第九章 药食两用类

《中国食材考》

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