

<<巧食野菜治百病>>

图书基本信息

书名：<<巧食野菜治百病>>

13位ISBN编号：9787504336248

10位ISBN编号：7504336246

出版时间：2001-01-01

出版时间：中国广播电视出版社

作者：田后谋

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：<http://www.tushu007.com>

<<巧食野菜治百病>>

内容概要

编辑推荐：本书作者运用饮食营养学、医药学和生物地理学的综合观点，全面、翔实、具体阐述了100多种野菜的名称由来、地理分布、喜生环境、鉴别形态、营养成分、蔬食方法、食用价值、药用功效等内容。

同时，重点介绍了食用野菜治病知识，精选了一些野菜治病的药方，具有科学性、实用性、针对性。

读者可以掌握巧食野菜的方法，随地采集，增添营养丰富、味道鲜美、食疗效果好的菜谱，还可以获得数以千计的野菜治病良方，是人们防

<<巧食野菜治百病>>

书籍目录

漫谈山珍营养野菜（代前言）

1 玉竹菜强壮滋养

2 葵菜能利尿解毒

3 蕨菜清热能增智

4 薇菜清肺真补虚

5 广东菜清香健身

6 猴腿菜增智安神

7 唐松菜抑制癌症

8 婆婆纳固肾止血

9 紫苑菜祛痰止咳

10 鲜辣椒菜是佳蔬

11 打碗花滋阴补虚

12 辣根菜润肺定喘

13 猪殃殃清热解毒

14 香薷菜祛暑消肿

15 枸杞菜滋补健身

附录

一、巧食野菜要得法

<<巧食野菜治百病>>

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:<http://www.tushu007.com>