

《香港凉茶与龟苓膏》

书籍信息

版次：1

页数：127

字数：

印刷时间：2009年07月01日

开本：16开

纸张：铜版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9789621440228

內容簡介

涼茶是粵、港、澳地區人民根據當地的氣候、水土特徵，在長期保健及預防疾病的過程中，以中醫理論基礎為指導，以中草藥為原料，配製煎煮出來的一種日常飲品，多數都是具有清熱解毒、生津止渴、祛火解暑的功效。由於涼茶具有濃郁的嶺南特色和豐富的文化遺產價值，2006年2月經粵、港、澳三地政府努力爭取，涼茶獲中國國務院列為首批國家級非物質文化遺產之一。

龜苓膏是歷史悠久的廣西梧州傳統藥膳，主要以龜板和土茯苓為原料，再配以生地、蒲公英、金銀花等藥物精製而成。其藥性溫和，不涼不燥，老少皆宜，不單能清熱毒、除口氣、治暗瘡、護膚養顏，而且能促進體內新陳代謝，對皮膚濕毒、風濕、喉痛、痲子、痔瘡、便秘等有預防的功效。

本書為讀者介紹涼茶和龜苓膏的功效、常見材料，以及46款涼茶的製作方法，令讀者可以隨時調理身體。

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