

《李时珍药膳菜谱（修订本）》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2002年01月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9875352072279

内容简介

李时珍所提供的养生保健、抗老祛病、益寿延年食疗医方是极其丰富的、全面的、科学的，也是符合人民大众要求的。为了发掘李时珍的食疗遗产，李时珍家乡——黄冈地区饮食服务公司组织辖区内各县的饮食服务公司，在继承发掘药膳食补的基础上，由余彦文等编著《李时珍述药菜谱》一书，阐发了李时珍养生长寿食疗医方之精华，这是一件颇有个性和颇有意义的事。此书的出版，不仅有助于人们对《本草纲目》这部巨著的了解，而且从另一个侧面阐述了李氏对于人类的伟大贡献，对当前的养生保健提供有关食补的有用之法，为人们提供了更加丰富的药膳方，必将对国内外产生较大的反响。在本书出版之际，特为之序。

目录

第一章 水鲜类

(一) 龟品

1. 龟肉汤
2. 龟炖猪肚
3. 龟肉大补粥
4. 玉米须炖龟
5. 桂圆炖龟
6. 龙凤龟
7. 地黄金龟
8. 芡实炖龟

(二) 龟特品(蕲龟)

1. 蕲龟大补汤
2. 煨蕲龟

(三) 甲鱼品

1. 红烧甲鱼
2. 清蒸人参甲鱼
3. 砂锅甲鱼
4. 清炖甲鱼
5. 淡菜甲鱼

(四) 介虫品

1. 姜汁拌海螺
2. 油爆海螺
3. 红烧海螺
4. 氽海螺
5. 蕃茄海蛎子
6. 清氽蛎黄

- 7.拌蚶子
- 8.苜蓿蛭干
- 9.煎余蛤仁
- 10.蛤蜊麦门冬汤
- 11.米酒炒田螺

(五)蟹虾品

- 1.鸳鸯蟹
- 2.炒蟹粉
- 3.炒毛蟹
- 4.芙蓉蟹斗
- 5.酱爆毛蟹
- 6.柳叶虾
- 7.炸板虾
- 8.锅贴虾盒
- 9.煎虾饼

(六)鳊鳅品(附白鳊)

- 1.油爆鳊片
- 2.肉片蒸鳊鱼
- 3.黄精鳊片
- 4.泥鳅钻豆腐

.....

(七)河豚品

(八)鲤鱼品

(九)武昌鱼品

(十)鲫鱼品

(十一)鲈鱼品

(十二)鳊鱼品

(十三)鲢鱼品

(十四)黑鱼品

(十五)银鱼品

(十六)(鱼回)鲑鱼品

(十七)鲮草鱼品

(十七)黄鱼感鱼品

第二章 禽蛋类

(一)鸡品

(二)鸭品

(三)鹅鸽鹌鹑品

第三章 畜肉类

(一)猪肉品

(二)牛肉品

(三)羊肉品

(四)狗肉品

(五) 驴肉品

(六) 马肉品

第四章 野味类

(一) 野鸭品

(二) 天鹅雁品

(三) 斑鸠品

(四) 雀品(含麻雀、黄雀、青雀、麦啄)

(五) 雉与山鸡品

(六) 蛇猫肉品

(七) 野兔野猪品

(八) 鹿麂品

第五章 素食类

(一) 食菌品

(二) 茯苓品

(三) 胡桃品

(四) 莲藕品

(五) 萝卜品

(六) 白菜品

(七) 菠菜品

(八) 茄子辣椒品

(九) 丝瓜冬瓜品

(十) 韭菜芹菜品(皆为香菜)

(十一) 黄豆扁豆豇豆品

第六章 八珍类

(二) 龙凤八珍(选二珍)

(三) 水陆八珍(选二珍六种)

(四) 山八珍(选二珍)

(五) 水八珍(选六珍十种)

(六) 禽八珍(选三珍四种)

附：药粥(饭)类

后记

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)