

《家庭保健药膳制作500例》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2007年09月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787508246161

内容简介

本书简要介绍了家庭保健药膳的基础知识，制作原则，烹调制作技法及常用原料。详细介绍了补气养血药膳，补阴润燥药膳，补阳益紧药膳，美容养颜药膳，益寿抗衰药膳，开胃健脑药膳的组方、制作方法、用法和功效。其内容浅显易懂，容易学会，便于操作，是读者在家中制作保健药膳的良师益友。

目录

第一章 概述

一、保健药膳应用知识

- (一) 中医中药理论知识
- (二) 应用保健药膳的依据
- (三) 保健药膳的分类

二、保健药膳的烹调制作和技法

- (一) 保健药膳的特点
- (二) 保健药膳烹调制作方式
- (三) 中医有效成分的提取方法
- (四) 保健药膳的调味
- (五) 保健药膳的制作技法

三、保健药膳常用原料

- (一) 中药类
- (二) 食物类

第二章 补气养血药膳制作

党参里脊丝

枸杞肝尖

大枣烧肉

爆当归肉片

党参丸子

油爆猪心片

当归羊肉汤

炸羊肝

黄芪狗肉

辣炒鹿肉

人参鸡棒

归芪蒸鸡

三七蒸鸡

爆人参鸡片

黄芪炖鸡

当归鸡
碧绿鹌鹑蛋
归杞乳鸽块
椒盐鸽脯
炒鸽卷豆腐皮
熘鸽脯
银杏酥泥
豆沙酿枇杷

.....

第三章 补阴润燥药膳制作
第四章 补阳益肾药膳制作
第五章 美容养颜药膳制作
第六章 益寿抗衰药膳制作
第七章 开胃健脾药膳制作

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)