

《大枣妙用》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2010年03月01日

开本：24开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787509134962

丛书名：食物妙用丛书

内容简介

“五谷加大枣，胜过灵芝草。”大枣是天然的“维生素丸”，且含有丰富的糖类、蛋白质以及铁等矿物质，可以补血养颜、抗衰老、保护五脏，增强体质，提高免疫力。本书编者于长期临床实践中搜集、总结了数百种简便易行的大枣单方、验方、秘方，简便廉验，经济实用，适合广大读者阅读参考。

目录

- 上篇 大枣古今纵横谈
- 从“早生贵子”说起
- 大枣渊源及其价值
- 祖国医学对大枣的认识
- 十大功劳说大枣
- 大枣四季食用妙法
- 春季大枣食养妙方
- 夏季大枣食养妙方
- 秋季大枣食养妙方
- 冬季大枣食养妙方
- 大枣益寿、美容良方
- 益寿良方
- 美容良方
- 祛皱养颜良方
- 日常用枣常识
- 食用大枣应注意什么
- 夏日如何储藏大枣
- 大枣怎样才能巧去皮
- 为何吃枣应该慢吐核
- 买枣时该如何挑选
- 下篇 巧用大枣治百病
- ……

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)