

# 《天然食材养生宝典——鱼虾水产》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：

开本：A5

纸张：

包装：平装

是否套装：

国际标准书号ISBN：9787030497956

丛书名：天然食材养生宝典

## 编辑推荐

## 导语\_点评\_推荐词

## 内容简介

鱼虾水产不仅是人们主要的副食品，也是自古以来民间用来防治疾病的食疗佳品。我国民间有“常食鳗一冬安”、“黄鳝是眼药”等谚语。本书以中医学“医食同源”、“药食同源”为依据，倡导我国历代医家都十分重视的食疗，主张“药疗”不如“食疗”。本书所主张的“食疗”，都取自于人们日常生活中瓜果，具有取材方便，简单实用，疗效确实等诸多优点。

## 前言

## 序言

## 媒体评论

## 评论

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)