

大众食疗保健食谱 大众药膳500例 下



[大众食疗保健食谱 大众药膳500例 下 下载链接1](#)

著者:薛秀娟等编

出版者:轻工业出版社

出版时间:2001-1

装帧:平装

isbn:9787501935970

本书共收集了近500例食药同用的菜谱，分上、下两篇。上篇包括：保健强身、益智健脑、美容靓颜、养眼亮睛的内容，下篇包括抗衰益寿、降压降脂、补肾壮阳、养血补血、益血调经、润肠通便、糖尿病防治、防癌抗癌的内容，每例菜谱除了制作方法外，还详细介绍了食物的营养和药物的保健功效，很有实用性。

作者介绍:

目录:

[大众食疗保健食谱 大众药膳500例 下 下载链接1](#)

标签

评论

[大众食疗保健食谱 大众药膳500例 下 下载链接1](#)

书评

[大众食疗保健食谱 大众药膳500例 下 下载链接1](#)