

养肝护肝食谱



[养肝护肝食谱 下载链接1](#)

著者:张克

出版者:福建科学技术出版社

出版时间:2003-10-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787533522407

现代家庭食疗系列。

各种现代流行病影响健康，本书用中西医结合的方法，从科学角度为您揭示真相，解开疑团，并提供数十款卓有疗效的食疗食谱。

本书介绍的是养肝护肝的常识及食谱。

作者介绍:

目录:一 常识篇

- 1 认识肝脏
- 2 肝病的常见症状
- 3 肝病患者饮食保健要点
- 4 肝脏健康不可缺少的营养素
- 5 常用补肝食物

6 绿茶及其护肝饮用法

7 水果及其护肝食用法

8 肝病患者药膳

二 食疗篇

1 鸡骨草煲瘦肉

2 菠菜猪肝汤

3 清补凉鸽鹑汤

4 丹参红枣山斑鱼汤

5 眉豆淡菜节瓜汤

.....

• • • • • (收起)

[养肝护肝食谱](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[养肝护肝食谱](#) [下载链接1](#)

书评

[养肝护肝食谱](#) [下载链接1](#)