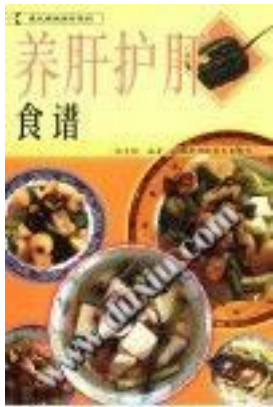


养肝护肝食谱



[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 清补凉鹌鹑汤
- 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](#)