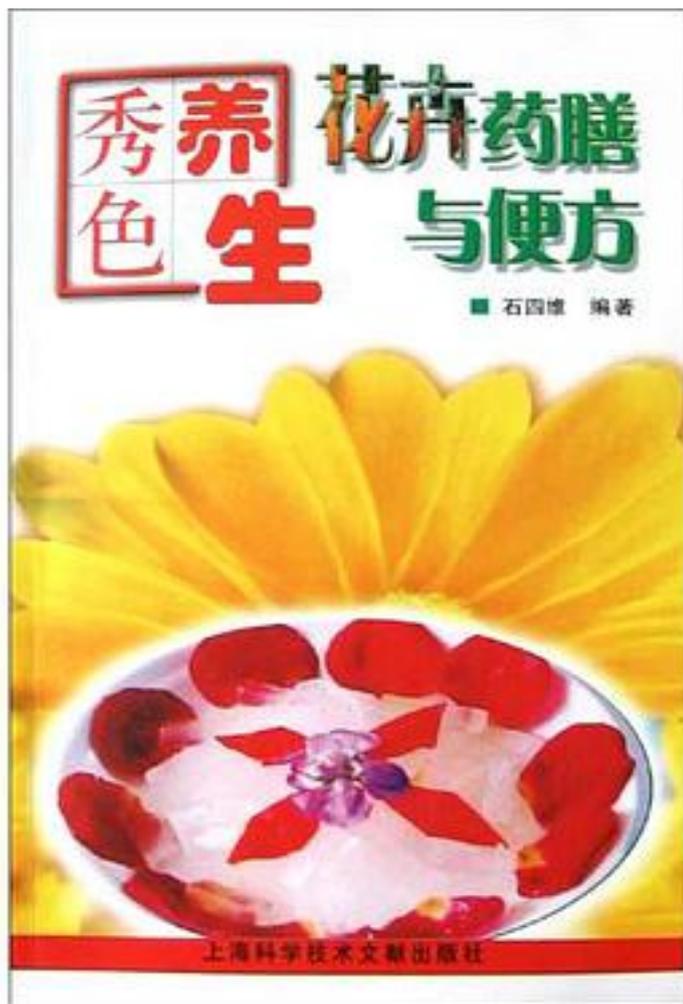


秀色养生



[秀色养生_下载链接1](#)

著者:石四维

出版者:上海科学技术文献出版社

出版时间:2005-1-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787543924468

秀色美餐。

本书选辑了近百种养生保健花卉的千余种药膳做法，供家庭主妇主男参考。

《秀色美餐——花卉食谱与便方》一书后，又将近百种养生保健花卉的千余种药膳与便方编选成册，这样几乎涵盖了世界上所有的食用花卉。

花卉入药，我国历史最悠久，医药著作也最多。由于其疗效确切，使用方便，深受民众欢迎。长期以来，西方人觉得中草药的养生保健增寿是个谜，如今许多发达国家都在研究开发，连美国社会对中草药兴趣也愈来愈高了。

作者介绍:

目录: 1 花中自有健身药

2 健脑益智的黄花

3 健脾益气的菜花

4 健脾益胃的扁豆花

5 健脾消食的啤酒花

6 健脾安神的榆钱花

7 健胃消食的柚花

8 健胃止渴的槟榔花

9 清热止渴的慈竹花

.....

后记

..... [\(收起\)](#)

[秀色养生_下载链接1](#)

标签

评论

[秀色养生_下载链接1](#)

书评

[秀色养生_下载链接1](#)