

药食两用的家庭进补



[药食两用的家庭进补 下载链接1](#)

著者:张如青 编

出版者:第二军医大

出版时间:1970-1

装帧:

isbn:9787810605564

《药食两用的家庭进补》是由教学、临床经验颇丰的中医专家精心编撰的科普书。作者

详尽地介绍了80余种药食两用的常用食物，深入浅出地介绍每种食物的营养价值、药用价值、选购技巧、食用禁忌、组合配伍、烹饪加工和服用方法等。《药食两用的家庭进补》文字通俗，逸闻生趣，内容科学，图文并茂。编写时注重内容的知识性、实用性、趣味性及可操作性，力求通俗易懂，雅俗共赏，适合广大读者阅读。一册在手，超值享受。

吃在中国，是指中国的饮食文化源远流长。“五谷为养、五果为助、五畜为益、五菜为充”，是中国食疗的指南。

作者介绍:

目录:

[药食两用的家庭进补](#) [下载链接1](#)

标签

评论

[药食两用的家庭进补](#) [下载链接1](#)

书评

[药食两用的家庭进补](#) [下载链接1](#)