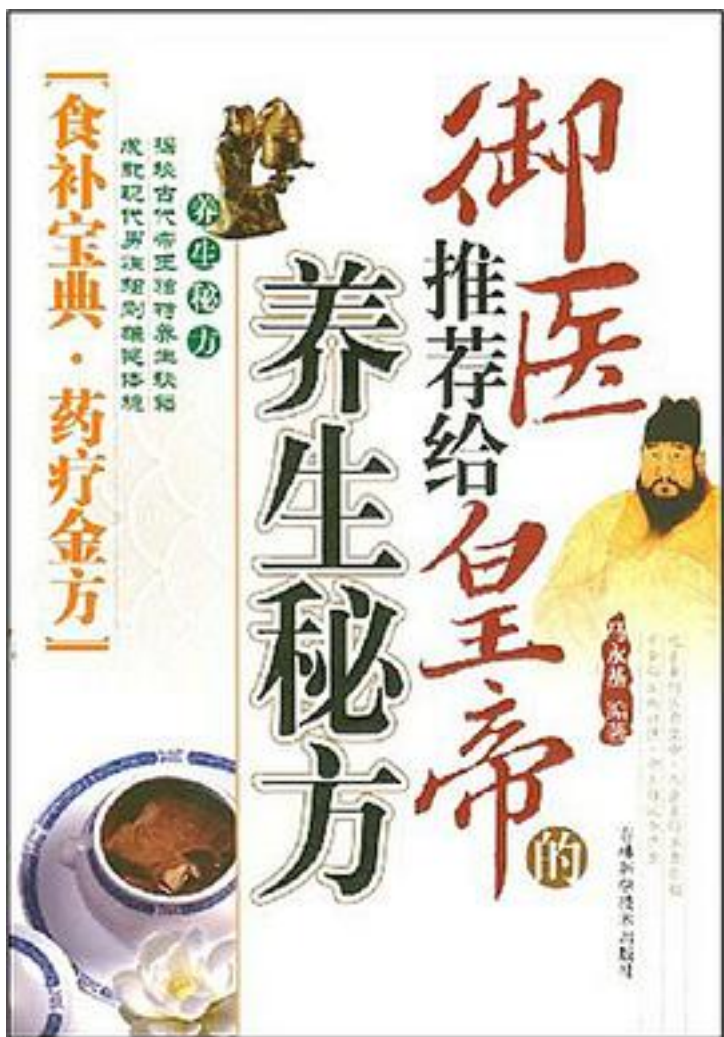


御医推荐给皇帝的养生秘方



[御医推荐给皇帝的养生秘方_下载链接1](#)

著者:马永基

出版者:

出版时间:2007-9

装帧:

isbn:9787538435801

皇室宫廷食谱医方是中国传统医学精粹而神秘的组成部分，长期以来一直沉渊于历史的

迷雾中，本书在浩如烟海的清宫太医院，御膳房档案中搜辑钩沉、苦心造诣、造访名医，九年磨一剑，编撰辑录而成。

把流传养生与时尚，强身与健体溶于一体，把赏读历史与烹制汇于一书，其知识性与实用性可见一斑。

本书并非泛选用宫廷药膳配方，而是针对现代人注重生活质量，追求健康长寿，对疾病立足于预防的现代生活观念，以及时代竞争压力下亚健康人群对健康的强烈需求，重点挖掘历代宫廷中的御医针对食疗配置的长寿秘方、养生秘方及滋阴补阳、强身健体等方术。另外，本书所选食谱还涉及许多常见疾病的治疗与预防，是御医多年施治于皇室成员身上总结而成的，其在养生上是毋庸置疑的。

本书是编者在浩如烟海的清宫太医院、御膳房档案中，搜辑钩沉，苦心孤诣编撰辑录而成。当这些尘封在皇家档案中的脆弱书页变成家庭餐桌上温暖的香气时，当您疲惫的身躯陡然重新焕发昂扬的生气时，我们为您精心准备的养生秘方也许刚刚揭开她的一角面纱。

作者介绍:

目录:

[御医推荐给皇帝的养生秘方 下载链接1](#)

标签

养生

评论

[御医推荐给皇帝的养生秘方 下载链接1](#)

书评

[御医推荐给皇帝的养生秘方_下载链接1](#)