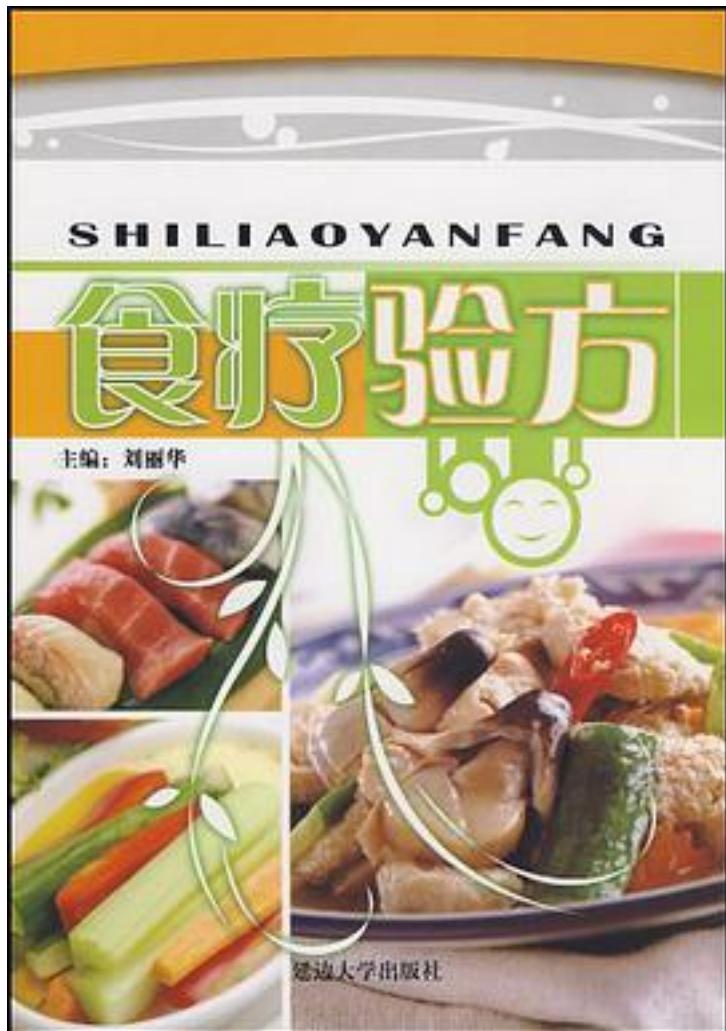


# 食疗验方



[食疗验方 下载链接1](#)

著者:刘丽华

出版者:

出版时间:2008-1

装帧:

isbn:9787563425037

《食疗验方》主要内容：以食物治疗疾病、养生保健的方法在我国历史上已源远流长，

特别是在人们生活质量日益提高的今天，健康长寿成为人们追求的目标，百姓对药补不如食补，有了更进一步的认识和要求，利用饮食养生防病受到普通家庭的重视。因此，以膳食祛病保健的生活理念不断的深入人心。因为食疗、食补既可使人享受美味，又可起到防病祛病和保健益寿的作用。可谓一举两得、两全齐美。于是便有大量关于药膳、保健食谱、养生秘方之类的图书应运而生。但是由于种种原因，这些图书尚存在不如人意之处，如在配方选材上珍贵、稀有、价格昂贵，在制作上，程序繁难，不易操作，于是人们很希望拥有一本取材方便、制作简单、实用有效的食疗验方。

为了满足人们的这一需要，我们编写了这本《食疗验方》，在编写过程中，着重选取取材方便、制作简单、安全有效的食疗验方，以供读者根据自身的健康状况和病情需要，对症选方，自制自用。

作者介绍:

目录:

[食疗验方 下载链接1](#)

标签

评论

---

[食疗验方 下载链接1](#)

书评

---

[食疗验方 下载链接1](#)