



胃肠病食疗

菜谱

WEI CHANG BING SHI LIAO CAI PU

策划主审:王作生 / 主编:马义杰 张绪华

青岛出版社



鲁新登字 08 号

图书在版编目 (CIP) 数据

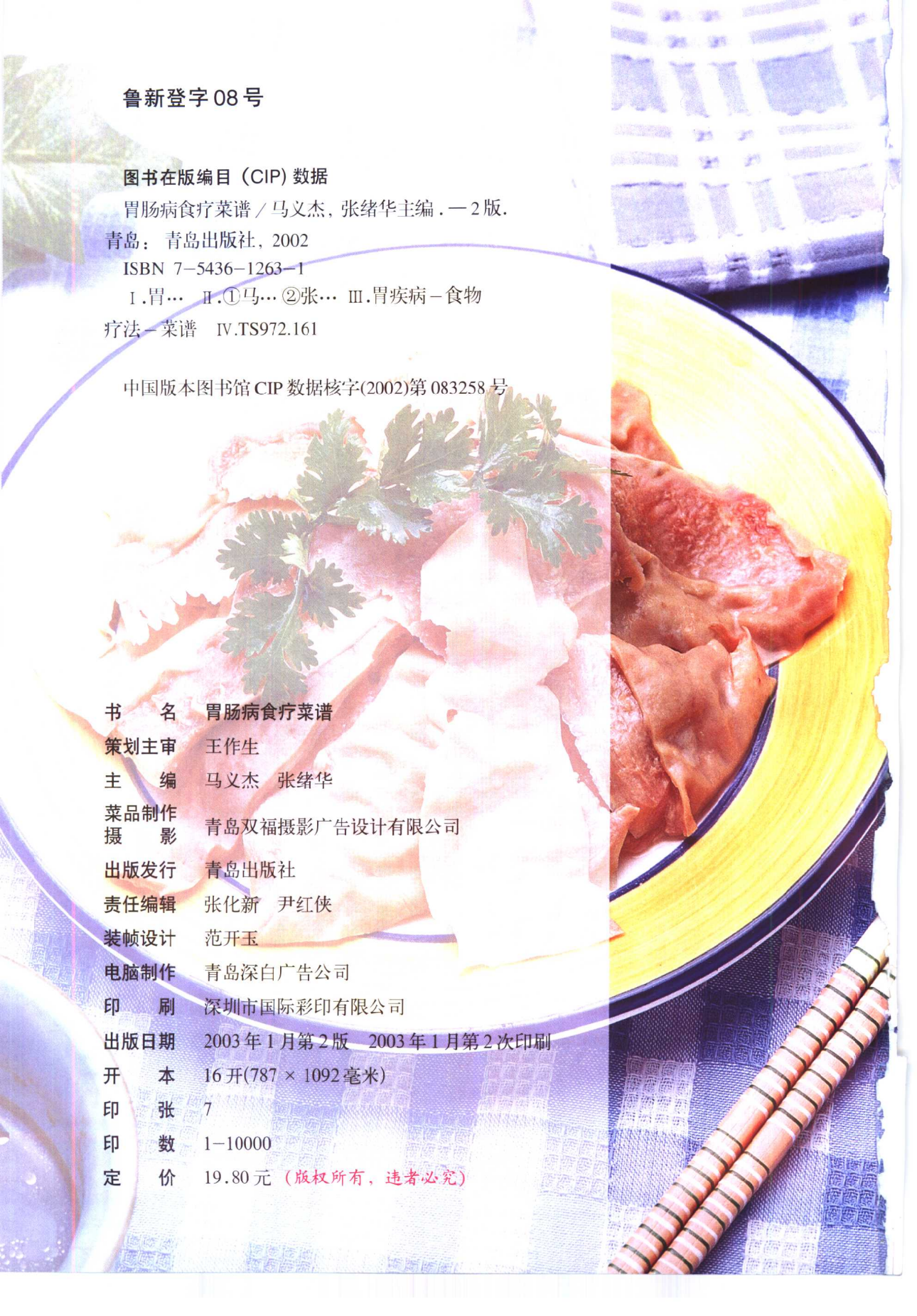
胃肠病食疗菜谱 / 马义杰, 张绪华主编. — 2 版.

青岛: 青岛出版社, 2002

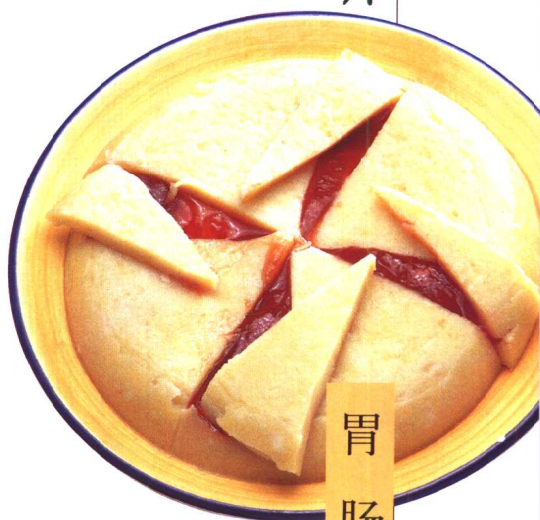
ISBN 7-5436-1263-1

I. 胃… II. ①马… ②张… III. 胃疾病—食物
疗法—菜谱 IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 083258 号

- 
- 书 名 胃肠病食疗菜谱
策划主审 王作生
主 编 马义杰 张绪华
菜品制作 青島双福摄影广告设计有限公司
摄 影
出版发行 青島出版社
责任编辑 张化新 尹红侠
装帧设计 范开玉
电脑制作 青島深白广告公司
印 刷 深圳市国际彩印有限公司
出版日期 2003 年 1 月第 2 版 2003 年 1 月第 2 次印刷
开 本 16 开(787 × 1092 毫米)
印 张 7
印 数 1-10000
定 价 19.80 元 (版权所有, 违者必究)

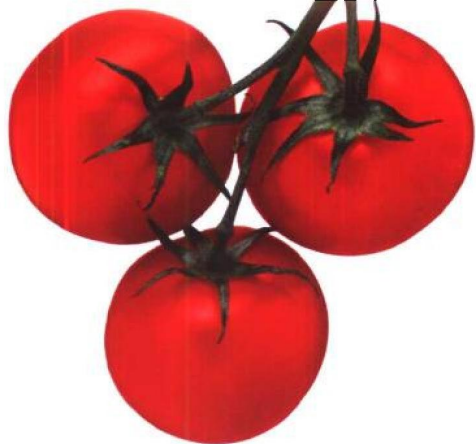
爱心家
肴



A I X I N J I A Y A O

胃
肠
病
食
疗
菜
谱

青
岛
出
版
社



目 录

- | | | | |
|----|---------|---|---------|
| 4 | 芪枣黄鳝汤 | ● | 当归牛肉胶 |
| ● | 豆腐蘑菇银耳汤 | ● | 莲子煲猪肚片 |
| ● | 兔肉猪肚枣药汤 | ● | 橄榄炖萝卜 |
| 16 | 青白汤 | ● | 炸豆沙香蕉 |
| 12 | 海参猪肠木耳汤 | ● | 砂仁蒸猪肘 |
| 14 | 刀豆肉片汤 | ● | 花生大枣蒸藕片 |
| 16 | 苦瓜粥 | ● | 黄芪炖肉肚 |
| 18 | 银花莲子羹 | ● | 黄芪补胃枣 |
| 26 | 猪皮红枣羹 | ● | 柿子桂圆蜜饯 |
| 22 | 鲫鱼菜花羹 | ● | 糯米藕 |
| 24 | 酸梅藕片 | ● | 牛肉胶冻 |
| 26 | 草菇菜心煲 | ● | 烩酸辣肚丝 |
| 28 | 豆豉炒苦瓜 | ● | 陈皮豆腐干 |
| 36 | 红参薯蓣肚 | ● | 扒烧蹄筋 |



炒萝卜

86

清炖鲫鱼



猪油夹沙球

88

芙蓉银鱼羹



炖牛肚

90

黄鱼豆腐煲



红烧栗子淮山药

92

苦瓜牡蛎



栗子黄焖鸡

94

内金鱼



茉莉鸡丝

96

山楂鲤鱼



椰子鸡块

98

麦冬甲鱼



芪麻鸡

100

益脾饼



蒲黄五灵脂炖乌骨鸡

102

萝卜丝饼



良姜陈皮草蔻鸡

104

香菇芦笋青鱼面



熘鸭片

106

山楂荸荠糕



五九玄胡鸭

108

参苓糕



黄芪炖兔肉

110

健脾养胃八宝饭



芪枣黄鳝汤



● 用 料

黄芪30克，
大枣10枚，
黄鳝5条，
猪瘦肉100克，
调味料适量。

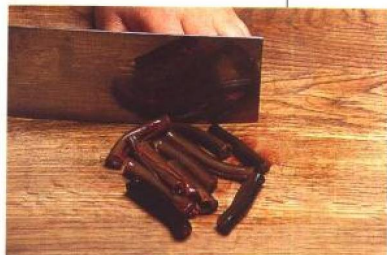


● 制 法

大枣洗净去核。



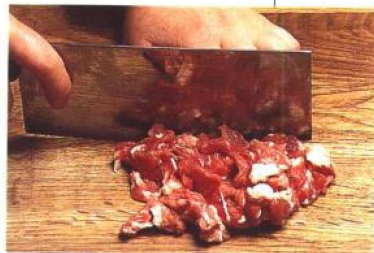
黄鳝去内脏，洗净，切成段。



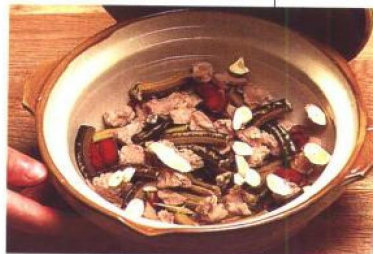
● 功 效

适用于治疗脘腹胀满、倦怠乏力、不思饮食。

猪肉洗净切成小块。



将黄花、大枣、黄鳝段、肉块同入沙锅中，加水适量，用小火慢煨，至肉烂为止，加入调味料，食肉喝汤。



豆腐蘑菇银耳汤



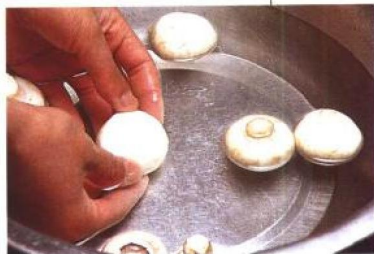
● 用 料

豆腐 250 克,
鲜蘑菇 100 克,
银耳 50 克,
精盐、味精、酱油、芝麻油各适量。



● 制 法

将蘑菇洗净，削去根部黑污。



银耳清水泡发后去根，撕成小朵。



豆腐切块。



● 功 效

适用于治疗胃癌术后不思饮食、口干便秘。



将蘑菇、银耳、豆腐同入锅中，加水适量，中火烧开后，再小火炖20分钟，至蘑菇熟烂后，加入各种调料即成，佐膳辅食。



兔肉猪肚枣药汤



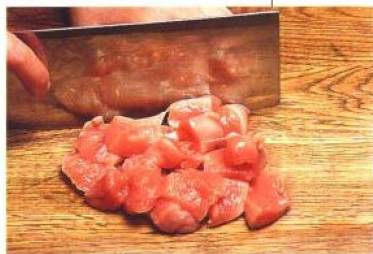
● 用 料

兔肉 200 克,
猪肚 150 克,
山药 30 克,
红枣 10 枚,
精盐、味精各少许。

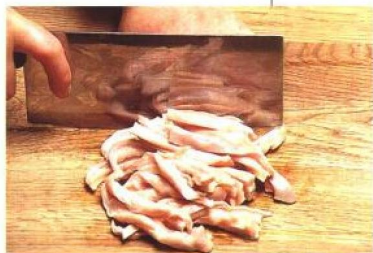


● 制 法

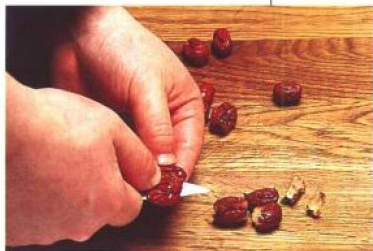
将兔肉洗净切小块。



猪肚治净切细条, 山药洗净去皮, 切薄片。



红枣水泡洗净, 去核。



● 功 效

适用于治疗胃脘隐痛、灼热吐酸、大便色黑且潜血试验阳性。



将兔肉、猪肚、山药、红枣共入锅中, 加水适量, 炖熟, 加入精盐、味精调味。佐膳食。每日分2次食完, 连用5~7日。



青白汤

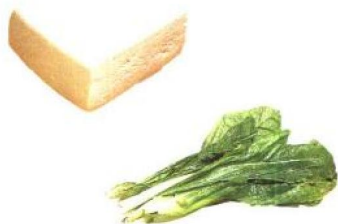


● 用 料

嫩豆腐 150 克,

茼蒿叶 100 克,

味精、精盐、芝麻油、鲜汤各适量。



● 制 法

将嫩豆腐切成片,用开水焯一下。



茼蒿叶洗净,切成段,也用开水焯一下,捞出放在汤碗中。



● 功 效

适用于治疗胃脘疼痛伴血脂偏高。

鲜汤放入油锅中,上火烧
开,加入豆腐、精盐、味
精,待汤沸,豆腐翻起,去
掉浮沫,舀入汤碗中,淋
上芝麻油即成。



海参猪肠木耳汤



● 用 料

海参 60 克，
猪大肠 200 克，
木耳 20 克，
精盐、葱姜末、味精各适量。



● 制 法

将海参水发洗净，切条。



将木耳水发洗净。



将猪大肠治净切丝。



● 功 效

适用于治疗顽固性便秘、大便干结难下伴颧红、形体消瘦、心烦失眠、头晕耳鸣。

将海参条、木耳、大肠丝共入沙锅中，加水适量，煮汤，调入佐料即成。佐膳食。



刀豆肉片汤



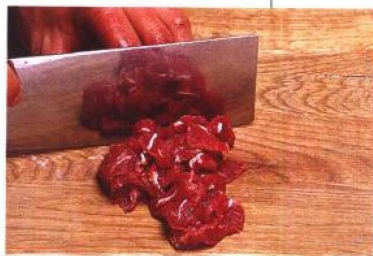
● 用 料

刀豆 50 克，
木瓜 100 克，
猪瘦肉 50 克，
精盐、黄酒、葱花、姜末、
味精、湿淀粉各适量。



● 制 法

将猪肉洗净，切成薄片。



● 功 效

适用于治疗婴幼儿腹泻、消化不良。

将肉片放入碗中，加精盐、湿淀粉抓揉均匀。



将刀豆、木瓜洗净，木瓜切成片，与刀豆同入沙锅，加适量水，煎煮30分钟，过滤，取汁后回入沙锅，大火煮沸，加入肉片，烹入黄酒，再煮沸，入葱花、姜末并加精盐、味精各少许，拌匀即成。当日吃完。

