

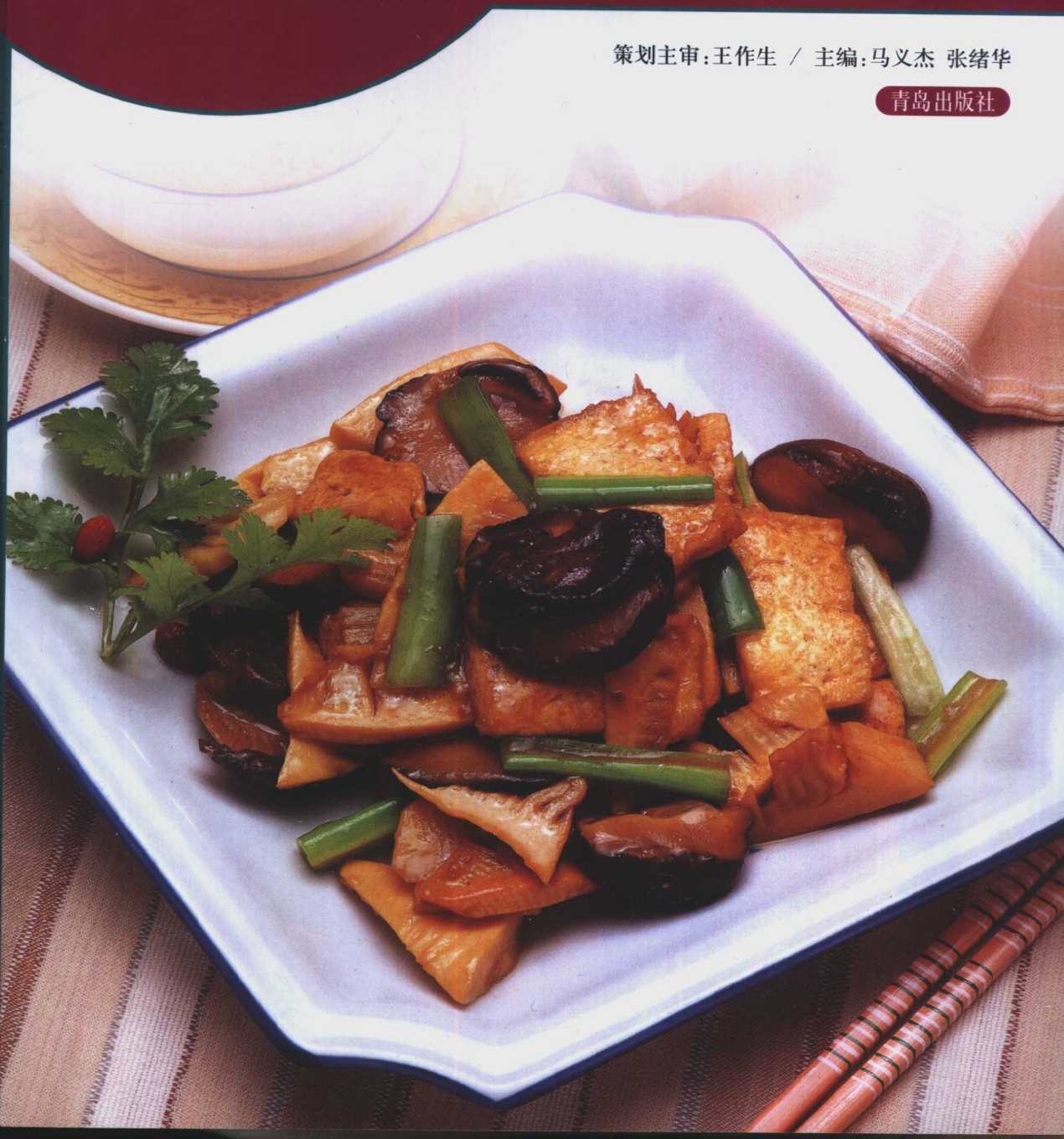


冠心病食疗菜谱

GUAN XIN 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

冠心病食疗菜谱 / 马义杰, 张绪华主编. — 2
版. — 青岛: 青岛出版社, 2002

ISBN 7-5436-1265-8

I. 冠… II. ①马… ②张… III. ①冠心病
食物疗法—菜谱 IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 083255 号



书 名	冠心病食疗菜谱
策划主审	王作生
主 编	马义杰 张绪华
编 者	王建华
菜品制作 摄 影	青岛双福摄影广告设计有限公司
出版发行	青岛出版社
责任编辑	张化新 尹红侠
装帧设计	范开玉
电脑制作	青岛深白广告公司
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)



冠

心

病

食

疗

菜

谱

爱心
家
肴



A I X I N J I A Y A O



冠
心
病
食
疗
菜
谱

青
岛
出
版
社



目 录

- | | |
|----------|----------|
| ● 莲子桂圆汤 | ● 海米烧萝卜 |
| ● 紫菜黄瓜汤 | ● 虾皮炒黄瓜片 |
| ● 猪心红枣汤 | ● 醋熘青椒 |
| ● 川穹蛤蜊汤 | ● 椒油藕片 |
| ● 大枣冬菇汤 | ● 青椒海带丝 |
| ● 鲍鱼芦笋汤 | ● 素炒魔芋丝 |
| ● 桃仁粥 | ● 决明烧茄子 |
| ● 当归粥 | ● 香菇豆角 |
| ● 玉米粉粥 | ● 白菜炒豆芽 |
| ● 灵芝丹参粥 | ● 黄瓜拌绿豆芽 |
| ● 红萝卜海蜇粥 | ● 香菇油菜 |
| ● 鱼头炖豆腐 | ● 萝卜鸡丝 |
| ● 虾皮炒韭菜 | ● 辣油水豆腐 |
| ● 蜇皮拌芹菜 | ● 炒金针菇 |



清炒洋葱

86

木耳黄瓜



扒双菜

88

香菇豆腐笋



茉莉银耳

90

蚝油生菜



海带炖豆腐

92

北芪莲藕炖牛腩



青椒绿豆芽

94

胡萝卜炒猪肉丝



扒鲜芦笋

96

人参桂圆炖猪心



软炸素菜

98

红花羊心



素炒笋花

100

洋葱炒肉片



香菇扒小白菜

102

豆芽炒鸡丝



蒜泥茄块

104

泥鳅红枣煲排骨



拌葱头

106

绿豆芽炒兔肉丝



蒜泥黄瓜

108

栗子大枣炖母鸡



凉拌藕片

110

蛤蚧大枣炖乌鸡

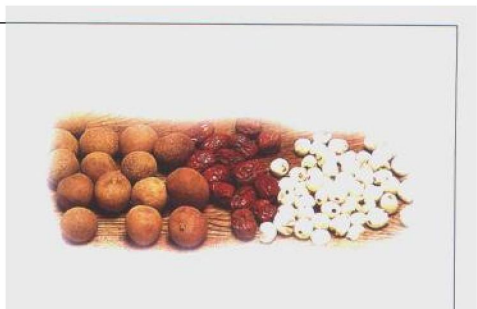


莲子桂圆汤



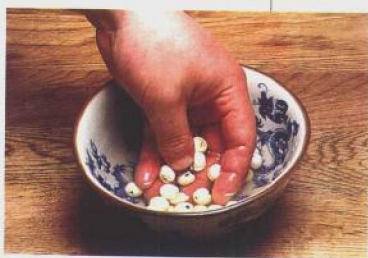
● 用 料

莲子 30 克、
桂圆 30 克、
红枣 20 克、
冰糖适量。



● 制 法

莲子洗净，去心。

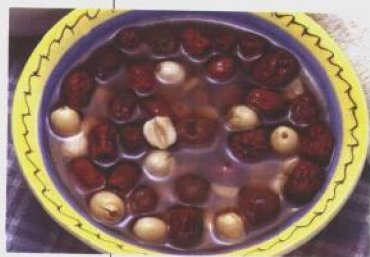


红枣洗净。



● 功 效

补心血，健脾胃。适用于治
疗冠心病。



桂圆去壳取肉，洗净。将
莲子、桂圆肉、红枣一同
放入沙锅内，加水适量，
文火炖至莲子烂时，加冰
糖即成。



紫菜黄瓜汤



● 用 料

黄瓜 100 克，
紫菜 20 克，
精盐、味精、姜末各适量。

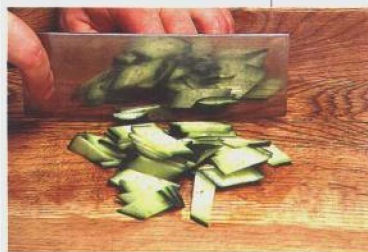


● 制 法

黄瓜洗净，紫菜洗净。



将洗净的黄瓜切片。



● 功 效

清热利水，补胃养心。适用于治疗冠心病。

将黄瓜片同紫菜、精盐、姜末一同下锅，加水适量，烧沸后加入味精调味即成。



猪心红枣汤



● 用 料

猪心 1 个，
红枣 25 克。

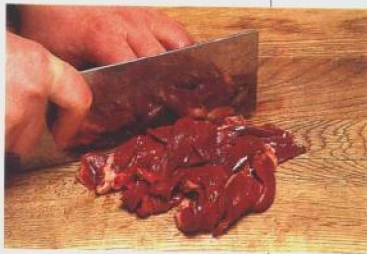


● 制 法

猪心洗净。

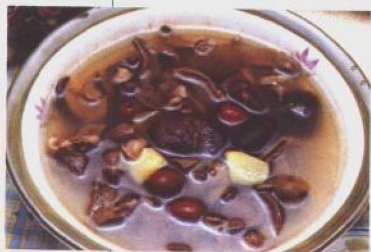


将洗净的猪心切薄片。



● 功 效

补气血，养心。适用于治疗
冠心病。



将猪心片与红枣一同放入沙锅内，先用大火煮沸，再用文火炖至猪心熟烂即成。



川穹蛤蜊汤



● 用 料

蛤蜊肉 200 克，
川芎 10 克，
土豆、调料各适量。



● 制 法

将川芎洗净，加适量水煎
取约 50 毫升的汤汁。



● 功 效

活血，养血，安神。适用于
治疗冠心病、心绞痛等缺血
性心脏病。

将土豆去皮，洗净，切片。



将土豆片放入锅内，倒入
川芎汁和适量水，煮至土
豆将熟时，把用盐水洗过
的蛤蜊肉放入锅中，煮约
15 分钟，放入葱等调味品
即可。



大枣冬菇汤



● 用 料

大红枣 15 枚，
冬菇 15 个，
生姜、花生油、料酒、食盐、味精各适量。



● 制 法

将冬菇加水浸泡，洗净泥沙。



红枣洗净。



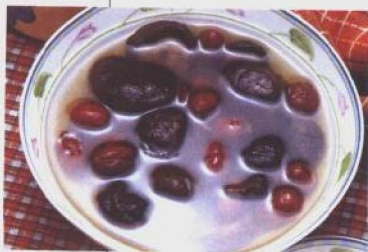
将洗净的红枣去核。



● 功 效

益气活血。适用于治疗冠心病、高血压病。

将清水、冬菇、红枣、食盐、味精、料酒、生姜片、热花生油少许一起放入蒸碗内盖严，上笼蒸60分钟，出笼即可。



鲍鱼芦笋汤

