

主编 / 彭铭泉

健康药膳

快易通

JIANKANG YAOSHAN



便秘

食疗精粹



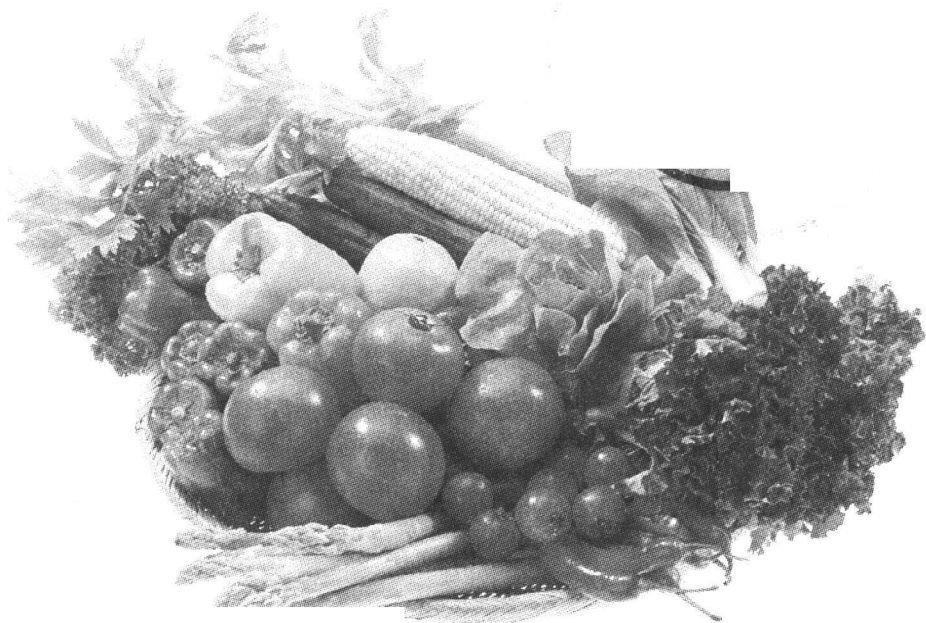
福建科学技术出版社

健康药膳 快易通

便秘

食疗精粹

主编 / 彭铭泉



福建科学技术出版社

主 编 彭铭泉
执行主编 彭年东
编 委 彭铭泉 彭年东 彭 红 彭 斌
彭 莉 郑晓姝 侯 坤 陈亚丁
侯雨灵 王素明

图书在版编目 (CIP) 数据

便秘食疗精粹/彭铭泉主编. —福州: 福建科学技术出版社, 2005. 5

(健康药膳快易通)

ISBN 7-5335-2573-6

I. 便… II. 彭… III. 便秘-食物疗法-食谱

IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 018386 号

书 名 便秘食疗精粹
健康药膳快易通
主 编 彭铭泉
出版发行 福建科学技术出版社 (福州市东水路 76 号, 邮编 350001)
网 址 www.fjstp.com
经 销 各地新华书店
排 版 福建科学技术出版社排版室
印 刷 福州晋安文化印刷厂
开 本 850 毫米×1168 毫米 1/32
印 张 4
插 页 8
字 数 86 千字
版 次 2005 年 5 月第 1 版
印 次 2005 年 5 月第 1 次印刷
印 数 1—5 000
书 号 ISBN 7-5335-2573-6/R·553
定 价 11.00 元

书中如有印装质量问题, 可直接向本社调换



★ 麻仁芝麻糕

★ 柏仁莲子糕





★ 芦荟海参面

★ 柏仁猪肝面





★ 芦荟杂菇汤

★ 红薯土茯苓面





★ 核桃猪肝汤

★ 核桃猪骨汤





★ 核桃拌芹菜

★ 桃杞四季豆





★ 核桃烧魔芋

★ 黄芪汽锅鸡





★ 柏仁炒白菜

★ 核桃苦瓜丝





★ 松仁玉米饼

★ 核桃爆腰花





★ 核桃花生饮

★ 首乌芝麻饮





★ 双仁猪肝煲

★ 参麦老鸭煲





★ 芦荟海参煲



★ 首乌猪肚煲



★ 核桃瘦肉煲

★ 苡槐猪蹄煲





★ 归芪母鸡汤

★ 双仁猪肉汤





★ 麻仁炖仔鸭

★ 蜂蜜无花果饮

