

主编 / 彭铭泉

健康药膳 快易通



失眠

食疗精粹



福建科学技术出版社

健康药膳 快易通

失

眠

食疗精粹

主编 / 彭铭泉



福建科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

失眠食疗精粹/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 7-5335-2587-6

I. 失… II. 彭… III. 失眠-食物疗法-食谱
IV. TS972. 161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 034114 号

- 书 名** 失眠食疗精粹
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** 人民日报社福州印务中心
- 开 本** 850 毫米×1168 毫米 1/32
- 印 张** 4. 125
- 插 页** 8
- 字 数** 87 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—4 000
- 书 号** ISBN 7-5335-2587-6/R · 561
- 定 价** 11. 00 元

书中如有印装质量问题, 可直接向本社调换



★ 参芪茯神饮



★ 阿胶生地饮



★ 枣莲绿豆粥

★ 百合大米粥





★ 红枣莲子包

★ 桂花杏仁冻





★ 珍珠乳鸽煲

★ 灵芝鲫鱼煲





★ 枣泥酿豆腐

★ 柏仁煮花生





★ 人參炖团鱼

★ 桂圆海参汤





★ 鹿茸海马鸡



★ 玉竹炖水鸭



★ 黑豆双仁汤

★ 银耳桑椹汤





★ 莲子蒸仔鸡

★ 红参蒸乌鸡





★ 虫草炖乳鸽

★ 首乌煮鸡蛋





★ 参归猪肝汤

★ 桂花莲子羹





★ 合欢烧海参

★ 黑豆煮桂圆





★ 党参仔鸡煲

★ 枣仁鸡心煲





★ 桂圓猪肉饼

★ 芝麻蜂蜜糕

