

结核病

食疗汤水

- 活色生香的美食
- 给结核病患者最真切的关怀



图书在版编目(CIP)数据

家庭食疗靓汤丛书/杜玉明编. —广州: 羊城晚报出版社, 2006. 2

ISBN 7-80651-438-4

I. 家… II. 杜… III. 风湿病-食物疗法-汤菜-菜谱

IV. ①R247. 1②TS972. 161

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第095252号

责任编辑 何砚华 吴伯衡 黄捷生

责任技编 汤卓英

策 划 阿 光

封面设计 刘 文

摄 影 Raymond (香港专业摄影师)

家庭食疗靓汤丛书—结核病食疗汤水

出版发行/ 羊城晚报出版社(广州市东风东路733号 邮编: 510085)

发行部电话: (020) 87776211转3824

经 销/ 广东新华发行集团

印 刷/ 广东省中山新华商务印刷有限公司

地 址/ 广东省中山市火炬开发区逸仙大道 (邮编: 528437)

规 格/ 787毫米×1092毫米 1/16 印张 6 字数 30千

版 次/ 2006年3月第1版 2006年3月第1次印刷

书 号/ ISBN 7-80651-438-4/TS·40

定 价/ 90.00 (共五册)

版权所有 违者必究

(如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

食疗汤水



 羊城晚报出版社

前

言



结核病是一种危害性极大的慢性消耗性疾病。对这样需要长期疗养的病症来说，饮食对营养的补充和免疫功能的增强有着不可低估的作用。只有日日依赖的饮食才有可能防微杜渐，从根本上补虚扶正，固本培元，所以说健康源于饮食，本书编者本着“医者父母心”的原则，寓医于食，寓补于食，以实用为宗旨，保证了取材大众化，制作简单易行，集科学性、实用性于一体编成此书，为广大读者奉上色香味俱全而又营养丰富，有针对疗效的46道靓汤，希望对患者有所帮助。您的健康就是我们的福音。



目录

CONTENTS



- | | | | |
|-------|---------|----|---------|
| 5 | 银耳白果羹 | 13 | 玉竹排骨汤 |
| 7 | 天门冬炖猪肘 | 15 | 洋参冬瓜鸭汤 |
| 9 | 磨菇瘦肉汤 | 17 | 白果百合牛肉汤 |
| 11 | 百合鲤鱼汤 | 19 | 参杞老鸽汤 |
| <hr/> | | | |
| 21 | 川贝雪梨猪肺汤 | 29 | 沙参虫草龟肉汤 |
| 23 | 莲藕花生瘦肉汤 | 31 | 桑白猪肺汤 |
| 25 | 白果老鸭汤 | 33 | 胡萝卜冰糖枣汤 |
| 27 | 地蚕猪肺汤 | 35 | 沙参麦冬瘦肉汤 |
| <hr/> | | | |
| 37 | 川贝鹌鹑汤 | 45 | 黄精瘦肉汤 |
| 39 | 沙参鸡蛋汤 | 47 | 雪梨黑豆汤 |
| 41 | 剑花瘦肉汤 | 49 | 南杏羊肺汤 |
| 43 | 四物乳鸽汤 | 51 | 淮山猪胰汤 |
| <hr/> | | | |
| 53 | 葛根猪肺汤 | 61 | 淮山板栗瘦肉汤 |
| 55 | 肉片白菜汤 | 63 | 虫草猪肺汤 |
| 57 | 红丝线瘦肉汤 | 65 | 银耳灵芝瘦肉汤 |
| 59 | 虫草山药乌鸡汤 | 67 | 马铃薯猪肉汤 |
| <hr/> | | | |
| 69 | 老鸭地黄虫草汤 | 77 | 莲子炖乳鸽 |
| 71 | 党参百合猪肺汤 | 79 | 沙参五味猪肺汤 |
| 73 | 苦瓜青果猪肚汤 | 81 | 虫草姜葱鹌鹑汤 |
| 75 | 柠檬叶猪肺汤 | 83 | 白及猪肺汤 |
| <hr/> | | | |
| 85 | 白及鹌鹑汤 | 93 | 沙参炖母鸡 |
| 87 | 沙参猪心猪肺汤 | 95 | 马齿苋瘦肉汤 |
| 89 | 山蓝瘦肉汤 | | |
| 91 | 银耳莲子赤豆汤 | | |

银耳白果羹



用料

银耳
白果
冰糖

5克
10枚
适量



做法

1 银耳用温水浸泡 1 小时，洗净；白果敲碎，去壳取仁，撕去皮膜，切去两头，捅去心，用开水烫去苦味。

2 将银耳、白果仁、冰糖同放入煲内，加水适量，先用武火烧开，改用文火煨至烂熟即可。

3 温热饮用。每日 1~2 次，连服 6 日左右。



功效

滋补润肺，止咳定喘。适用于肺结核、老年性慢性支气管炎所致的虚劳咳嗽、痰中带血、哮喘等症。

天门冬炖猪肘





用料

鲜天门冬
去骨猪肘
黄酒
葱段
姜丝

50克
400克
适量
适量
适量



做法

1 天门冬洗净，切片；猪肘去毛、洗净，切成块状。

2 将猪肘投入沸水中焯去血水。

3 将全部用料放入炖盅内，加适量清水，旺火烧沸，撇去浮沫，改小火炖至猪肉熟烂，加盐、胡椒粉调味即成。吃肉饮汤。



功效

肘烂味美，补中益气，滋阴润燥，滋补肺肾。

蘑菇瘦肉汤



用料

鲜蘑菇
猪瘦肉
香菜末
姜丝
葱末

120克
60克
适量
适量
适量



做法

1 鲜蘑菇去杂洗净，切成小片；瘦猪肉洗净，切丝。

2 锅内加水适量，下猪瘦肉丝、姜丝，大火烧沸后，改用文火煮15分钟。

3 放入蘑菇、葱末再煮片刻，调入香菜末、精盐、味精、胡椒粉、香油即成。每日1~2剂，连服20~30天。



功效

此汤可减轻肺结核患者的症状，强壮体质，有利于病体的康复。

百合鲤鱼汤





用料

鲤鱼
百合
葱段
姜片
黄酒

1尾
20克
适量
适量
适量



做法

1 鲤鱼剖净留鳞，在鱼身两面斜切3刀；百合洗净，纳入鱼腹腔中。

2 烧热油锅，下鲤鱼煎至两面呈金黄色。

3 加入清水适量，烧开后，加入葱段、姜片、黄酒和精盐，加盖，用小火煮至鱼肉熟透，下味精调匀即可。



功效

适用于咳嗽气喘，肺结核痰中带血，虚烦惊悸，四肢浮肿。

玉竹排骨汤





用料

玉竹	200克
排骨	200克
黄酒	适量
葱段	适量
生姜片	适量



做法

1 玉竹去掉杂质、毛须，洗净，斜刀切成块；排骨洗净，切段。

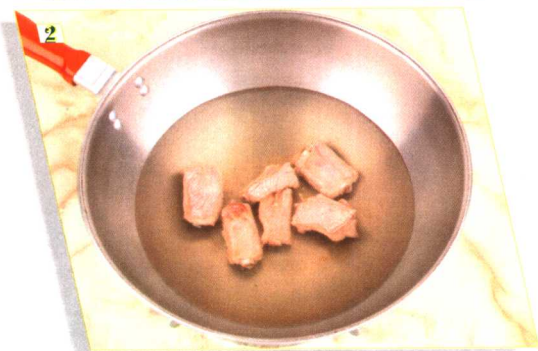
2 锅中放适量清水烧开，投入排骨段焯约3分钟，取出。

3 将全部用料放入煲中，加清水适量，烧沸后，改小火煲约1小时，加精盐、味精即成。



功效

汤浓味醇，益气利肺。



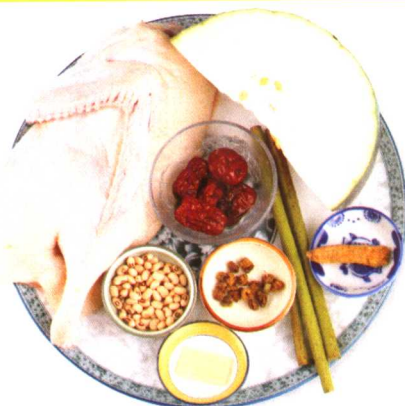
洋参冬瓜鸭汤





用料

光鸭	500克
西洋参	25克
冬瓜	550克
石斛	60克
眉豆	90克
荷梗(鲜)	90克
红枣	20克
生姜	1片



做法

1 西洋参略洗切片；冬瓜、石斛、眉豆、荷梗、生姜、红枣(去核)洗净；光鸭洗净，去内脏，切块。

2 将鸭块放入沸水锅中氽去血水，取出用清水冲洗干净。

3 将全部用料放入炖盅，加适量清水，大火煮沸后，改小火炖2小时，加入食盐、鸡精调味供用。



功效

清热益气，止咳化痰。
适用于秋季肺结核属肺阴不足者。

