

现代家庭

XIANDAIJIATINGYAOSHAN

主编

卢长庆（北京中医药大学教授、营养教研室主任）

藥膳



新华出版社



现代家庭

藥膳

ISBN 7-5011-5349-3



9 787501 153497 >

责任编辑：瑞 华
封面设计：吴 语

ISBN 7-5011-5349-3/G·1943

定价：28.80元

现代家庭药膳

北京中医药大学营养教研室 编

新华出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

现代家庭药膳·疾病防治药膳/北京中医药大学营养教研室编. —北京: 新华出版社, 2003.10

ISBN 7-5011-5349-3

I. 现... II. 北... III. ①食物疗法—食谱 ②. 食物疗法—文化中心 IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 059903 号

现代家庭药膳

北京中医药大学营养教研室 编

*

新华出版社出版发行

(北京宣武门西大街 57 号 邮编: 100803)

新华书店经销

北京市彩虹印刷厂印刷

850 × 1168 毫米 大 32 开 18 印张 470 千字

2003 年 10 月第二版 2003 年 10 月第一次印刷

印数: 1—5, 000 册

ISBN 7-5011-5349-3/G·1943 定价: 18.80 元



* * * * *
* 目 录 *
* * * * *

第一章 内分泌系统疾病防治药膳

- (1)
- 一、甲状腺肿大 (1)
- 芋艿丸 (1)
- 理气化痰丸 (1)
- 荸荠炖猪脍 (1)
- 昆布海藻煮黄豆 (2)
- 海带拌三丝 (2)
- 香椿米醋浸海带 (2)
- 红糖腌海带 (2)
- 醋泡海带JY。(3)
- 凉拌海蜇头 (3)
- 消瘦汤 (3)
- 海带紫菜汤 (3)
- 紫菜汤 (4)
- 海带紫菜燕窝汤 (4)
- 猪胰淡菜汤 (4)
- 海带鸭子汤 (5)
- 海藻郁金丹参汤 (5)
- 紫菜猪瘦肉汤 (5)
- 紫菜萝卜汤 (5)
- 绿豆海带陈皮粥 (6)
- 海珠散结茶 (6)
- 荔枝杏仁茶 (6)
- 紫明茶 (6)
- 消瘦红糖饮 (7)
- 海带茶 (7)
- 二、甲状腺机能亢进 (7)
- 袖子炖鸡 (7)
- 百仁全鸭 (7)
- 菊蚌怀珠 (8)
- 紫菜蛋卷 (9)
- 干烧杞麦冬笋 (9)
- 卤汁黄豆 (9)
- 凉拌蜇皮芹菜 (10)
- 生拌莲花白 (10)
- 酱油拌海参蛋 (10)
- 鱼香四季豆 (10)
- 栗子烧白菜 (11)
- 糖醋蜇皮冬笋 (11)
- 炒菇笋枸杞叶 (12)
- 枸杞南枣煲鸡蛋 (12)
- 萝卜卷 (12)
- 桂圆益心膏 (13)
- 蚝豉元鱼汤 (13)
- 紫菜淡菜汤 (13)



蜜汁鸭梨	(13)	百合粥	(24)
蜜汁百合	(14)	沙参二冬茶	(24)
五味子桑椹桂圆糖	(14)	玉竹炒藕片	(25)
佛手糖	(15)	苡仁冬瓜脯	(25)
芡肉枣柿饼	(15)	玉竹煲兔肉	(26)
莲子茯苓门冬糕	(15)	黄精煲乌鸡	(26)
黑芝麻桑椹麻仁糕	(15)	山药玉竹鹌鹑肉汤	(26)
川参粥	(16)	苡仁百合蒸石斑	(27)
五味粥	(16)	蒲公英瘦肉汤	(27)
鲜蘑粥	(16)	苡仁青瓜拌海蜇	(27)
绿豆橙子饮	(17)	洋参生鱼汤	(28)
青果萝卜饮	(17)	百合西芹炒乳鸡	(28)
黄花菜马齿苋饮	(17)	山药苡仁炖猪胰	(28)
龙眼肉洋参饮	(17)	乌梅猪肺汤	(29)
桑椹桂圆饮	(18)	莲子百合蒸鳗	(29)
番茄西瓜汁	(18)	山药炖萝卜	(29)
桑椹百合汁	(18)	沙参天冬蒸鲫鱼	(30)
紫菜莼药子酒	(18)	百合沙参炖鱼翅	(30)
三、糖尿病	(19)	益胃汤	(30)
沙参燕窝	(21)	沙参马蹄炖猪肚	(31)
石斛炖猪肺	(21)	南沙参炖瘦猪肉	(31)
沙参燕窝	(22)	北沙参炖兔肉	(31)
石斛炖猪肺	(22)	山药猪肚粥	(32)
生地葛根炖猪尾	(22)	玉竹沙参蒸龟肉	(32)
天冬鲜藕煲兔肉	(23)	水鸭扁豆粥	(32)
五味子煲子鸡	(23)	红枣猪胰汤	(33)
沙参天冬炖老鸭	(23)	韭菜籽蒸猪肚	(33)
沙参莲子蒸鲍鱼	(24)	补阴养胃汤	(33)
川贝炖雪梨	(24)	百合党参猪肚汤	(34)



* * * * *

淮山南瓜汤 (34)

玉竹蒸水鱼 (34)

南瓜煮牛肉 (35)

天冬黄精蒸白鸽 (35)

南瓜苡仁米饭 (35)

苡仁莲米番茄汤 (36)

苡仁大蒜拌茄子 (36)

淮山枸杞粥 (36)

菟丝猪肝膏 (36)

枸杞炒芹菜 (37)

黄精蒸海参 (37)

枸杞韭菜炒虾仁 (37)

枸杞黄芪蒸子鸡 (38)

五味鸡块 (38)

山药炒猪腰 (38)

菟丝饼子 (39)

杞子黄芪蒸鳝片 (39)

山药枸杞滑鸡煲 (39)

黄芪山药腩片汤 (40)

天冬南瓜汤 (40)

黄芪番薯叶冬瓜汤 (41)

西芹白菜枸杞汤 (41)

萝卜羊肾汤 (41)

杞子腰片汤 (42)

荠菜早莲炖鱼翅 (42)

莲子萝卜苡仁粥 (42)

田螺桑椹粥 (42)

山药炒田螺 (43)

枸杞桂圆饭 (43)

玉竹杞子蒸乳鸽 (43)

玉竹扒豆腐 (44)

银耳鸽蛋汤 (44)

熟地党参炖鲍鱼 (44)

葛根山楂炖牛肉 (45)

生地麦冬炖猪肚 (45)

沙参烧鱼肚 (45)

山药玉竹黄瓜汤 (46)

砂仁萝卜炖猪肺 (46)

虫草豆蔻炖全鸡 (46)

豆蔻茯苓馒头 (47)

麦冬生地粥 (47)

羊腩粥 (47)

第二章 肾脏及泌尿系统疾病

防治药膳 (48)

一、慢性肾小球肾炎 (48)

淡豆豉蒸鲫鱼 (48)

赤豆冬瓜炖生鱼 (48)

马蹄煮猪腰 (49)

党参黄芪炖母鸡 (49)

虫草全鸭汤 (49)

红杞花旗参饮 (50)

马蹄炖带子 (50)

湘莲鲍鱼 (50)

翠皮爆鳝丝 (50)

地黄甜鸡 (51)

翠衣粥 (51)

木耳黄花汤 (52)



- | | | | |
|--------------------|------|---------------|------|
| 翠衣香蕉皮茶 | (52) | 枸杞瘦肉汤 | (60) |
| 洋参鱼肚 | (52) | 玉米须煲蚌肉 | (61) |
| 茅根茶 | (52) | 洋参龙眼鸡汤 | (61) |
| 二、急性肾小球肾炎 | (53) | 青果炖鲍鱼 | (61) |
| 虫草金龟 | (53) | 冰糖鱼翅 | (61) |
| 赤小豆煲乌鱼 | (53) | 消暑利尿汤 | (62) |
| 薏苡仁蒸水鱼 | (54) | 赤豆鲤鱼汤 | (62) |
| 薏苡仁冬瓜盅 | (54) | 清脑羹 | (62) |
| 砂仁鲫鱼 | (54) | 牛奶燕窝羹 | (63) |
| 翠衣鳝片 | (55) | 银燕雪蛤 | (63) |
| 赤豆全鸭 | (55) | 清宫八珍糕 | (63) |
| 党参全鸭 | (55) | 荷叶凤脯 | (63) |
| 木耳黄花瘦肉汤 | (56) | 萝卜青果粥 | (64) |
| 冰糖银耳羹 | (56) | 马蹄荸荠粥 | (64) |
| 黄芪蒸鸡 | (56) | 三仙饮 | (64) |
| 淡菜皮蛋粥 | (56) | 四、间质性肾炎 | (65) |
| 百合丝瓜汤 | (57) | 龙马童子鸡 | (65) |
| 荸荠炖水鸭 | (57) | 砂仁煮大虾 | (65) |
| 龙眼煲生鱼 | (57) | 冰糖莲子饮 | (66) |
| 百合绿豆粥 | (58) | 白果猪肺汤 | (66) |
| 双花饮 | (58) | 芡实桂花汤 | (66) |
| 荸荠西芹鸽 | (58) | 寿星虾球 | (66) |
| 淮山水晶脯 | (58) | 白果莲子蒸鸡 | (67) |
| 苡仁雪梨拌花枝 | (59) | 百合炒双翠 | (67) |
| 三、急性少尿性肾小球肾炎 | (59) | 红花海石斑 | (67) |
| 淮山雪耳枣汤 | (60) | 百合炒带子 | (68) |
| 冰糖燕窝汤 | (60) | 淮山炒螺片 | (68) |
| 养颜益寿汤 | (60) | 西芹炒瘦肉 | (68) |
| | | 甘薯藕粉羹 | (69) |



- 山楂橘子羹 (69) 冬贝瘦肉汤 (78)
- 宁神安眠茶 (69) 大蒜煲冬瓜 (78)
- 五、坏死性肾乳头炎 (70) 党参鳙鱼汤 (78)
- 枸杞蒸乌鱼 (70) 杜仲冬菇煲猪腰 (78)
- 向日葵马蹄饮 (70) 冰糖银耳莲子羹 (79)
- 紫河车蒸鲍鱼 (70) 川贝粥 (79)
- 翠衣杞子炒黄鳝 (71) 菟丝饼 (79)
- 田七蒸鸡 (71) 马齿苋饮 (80)
- 白果枸杞蒸乌鸡 (71) 七、肾结石 (80)
- 山药红枣蒸水鱼 (72) 核桃鸭子 (80)
- 黄精红枣炖瘦肉 (72) 赤豆生鱼汤 (81)
- 枸杞核桃炒猪腰 (72) 核桃粥 (81)
- 沙参鱼翅 (72) 芝麻核桃羹 (81)
- 马蹄西芹炒肉丁 (73) 琼浆玉液 (81)
- 西芹杞子滑鸡煲 (73) 西洋参蒸鱼肚 (82)
- 枸杞松仁炒鲜虾 (73) 竹笋炒鸭肫 (82)
- 砂仁炒田螺 (74) 淮山红枣蒸鳗鱼 (82)
- 马蹄萝卜粥 (74) 生地猪尾汤 (83)
- 六、肾结核 (74) 葱苡蒸鸡 (83)
- 贝母鸭 (75) 五鲜饮 (83)
- 虫草全鸭 (75) 车前天皇饮 (84)
- 冰糖杏仁燕窝 (75) 冰糖桃胶饮 (84)
- 二白燕窝汤 (75) 苡仁粥 (84)
- 阿胶贝母鸡 (76) 荠菜百合粥 (84)
- 洋参八宝鸡汤 (76) 八、肾 虚 (85)
- 川贝蒸鲍鱼 (76) 雪花鸡汤 (85)
- 百合黄鱼肚 (77) 鹿鞭壮阳汤 (86)
- 冰糖白芨鱼翅 (77) 核桃虾仁粥 (86)
- 九仙水鱼汤 (77) 三鞭酒醉翁虾 (86)



- | | | | |
|------------------|------|----------------|-------|
| 海龙鸡 | (87) | 茯苓鲤鱼汤 | (95) |
| 菟丝鲜菇烩海参 | (87) | 虾皮豆腐玉米须汤 | (95) |
| 桑椹芝麻糕 | (87) | 荠菜地栗汤 | (95) |
| 龟板鸡 | (88) | 嫩玉米汤 | (95) |
| 苡蓉杜仲鸽 | (88) | 清脑汤 | (96) |
| 破故纸蒸猪腰 | (88) | 鲤鱼山楂鸡蛋汤 | (96) |
| 巴戟龙虾 | (89) | 核桃山楂菊花汤 | (97) |
| 枸杞核桃茶 | (89) | 琼花虾仁汤 | (97) |
| 芝麻核桃粥 | (89) | 莲子龙须猪肉汤 | (97) |
| 九、肾病综合征 | (90) | 玉米西瓜香蕉汤 | (98) |
| 大蒜蒸西瓜 | (90) | 海鲜豆腐汤 | (98) |
| 赤小豆冬瓜葱头煲乌鱼 | (90) | 薏米鸡汤 | (98) |
| 鳝鱼芹菜炒翠衣 | (90) | 枸杞糯米饭 | (99) |
| 滋阴海带丝 | (90) | 狗肉小麦仁粥 | (99) |
| 冬菇蚊节瓜 | (91) | 茅根豆粥 | (99) |
| 冬瓜腰片汤 | (91) | 十、泌尿系感染 | (99) |
| 花生猪尾汤 | (91) | 马蹄炖水鸭 | (99) |
| 蒜头花生汤 | (91) | 冬瓜鲤鱼盅 | (100) |
| 巴戟苡蓉鸡肠汤 | (92) | 双耳黄花肉片 | (100) |
| 仙茅金樱鸡肉汤 | (92) | 地胆草煲猪肉 | (100) |
| 山药扁豆芡实汤 | (92) | 翠衣炒鱼片 | (101) |
| 参芪葵子生鱼汤 | (92) | 牛肉冬瓜羹 | (101) |
| 锁阳苓肉鹌鹑汤 | (93) | 凤尾草米泔汤 | (101) |
| 葱蒜黑鱼冬瓜汤 | (93) | 野苋车前汤 | (101) |
| 三瓜姜皮汤 | (93) | 车前绿豆汤 | (102) |
| 五味杜仲炖羊肾汤 | (93) | 葵菜粥 | (102) |
| 黄芪鲤鱼姜汤 | (94) | 导赤粥 | (102) |
| 芡实鱼头汤 | (94) | 玉米粥 | (103) |
| 知母柴胡团鱼汤 | (94) | 玉米须甘草车前粥 | (103) |



* * * * *

真酥粥	(103)	凤仙当归酒	(110)
梗酥粥	(103)	麻根消肿酒	(110)
酥粥	(103)	山茶花酒	(111)
十一、泌尿系结石	(104)	合欢花酒	(111)
丹皮龟	(104)	凤尾蕉花酒	(111)
竹笋炖鸭肫	(104)	化癥止痛酒	(111)
薏苡仁蒸鸡	(104)	闪挫止痛酒	(112)
胡桃肉炒韭菜	(105)	跌打药酒	(112)
花生莲子	(105)	少林八仙酒	(112)
鱼鳞汤	(105)	桃仁生地酒	(113)
核桃糖	(106)	内伤白酒	(113)
金钱草粥	(106)	三七酒	(113)
胡桃海金粥	(106)	鸡血酒	(113)
三金排石粥	(106)	寄奴酒	(114)
赤小豆内金粥	(107)	跌打药方酒	(114)
茅根灵仙粥	(107)	竹七酒	(114)
茅根赤豆粥	(107)	二、骨折	(115)
三金茶	(107)	壮筋鸡	(115)
排石茶	(108)	北菇凤爪汤	(115)
萆薢茶	(108)	焙全蟹	(115)
核桃茶	(108)	玫瑰红花汤	(115)
金钱草茶	(108)	消肿汤	(116)
钱草玉米茶	(108)	当归猪脰汤	(116)
第三章 外科疾病防治药膳		牛肉红枣汤	(116)
.....	(110)	三七当归鸽子汤	(116)
一、跌打损伤	(110)	当归川断排骨汤	(117)
焙丝瓜末	(110)	猪骨黄豆汤	(117)
螃蟹壳黄瓜子	(110)	枸杞生姜排骨汤	(117)
		红花赤芍桃仁粥	(118)



- | | |
|---------------------|---------------------|
| 红枣莲子脊骨粥 (118) | 三草红糖蛋 (126) |
| 蟹肉粥 (118) | 四仙猪骨汤 (126) |
| 接骨消肿饮 (118) | 大飞杨草豆腐汤 (126) |
| 红花赤小豆饮 (119) | 梅花粥 (127) |
| 玫瑰川芎饮 (119) | 栀子仁粥 (127) |
| 续筋接骨酒 (119) | 蒲金粥 (127) |
| 壮筋补血酒 (119) | 蒲公英粥 (127) |
| 三、脉管炎 (120) | 蟾蜍水蛇粥 (128) |
| 参芪薏苡 (120) | 香附糙米粥 (128) |
| 温阳狗肉 (120) | 糙米莱汁粥 (128) |
| 罐焖仔鸡 (120) | 豉粥 (128) |
| 七品蒸鸭 (121) | 核桃肉粉 (129) |
| 毛冬青炖猪蹄 (121) | 油菜橘皮饮 (129) |
| 牛筋祛瘀汤 (121) | 银花陈皮饮 (129) |
| 鹿角胶熟地汤 (122) | 合欢甘草金针饮 (129) |
| 木耳紫菜鸡蛋汤 (122) | 野菊花茶 (129) |
| 黑豆活血粥 (122) | 菊花甘草茶 (130) |
| 枸杞红枣山药粥 (123) | 王不留行茶 (130) |
| 藕花饮 (123) | 银花地丁茶 (130) |
| 乌蛇通脉酒 (123) | 牛蒡子叶茶 (130) |
| 脉管炎酒 (123) | 公英酒 (130) |
| 祛寒通络酒 (124) | 蒲金酒 (131) |
| 通脉管药酒 (124) | 鲜橙汁冲米酒 (131) |
| 蜈蚣鹿蝎蒜酒 (124) | 丝瓜络酒 (131) |
| 丹参通络酒 (125) | 五、胆囊炎 (131) |
| 四、乳腺炎 (125) | 利胆丸 (131) |
| 公英虾肉 (125) | 丹参郁金蜜 (132) |
| 苍耳炒鸡蛋 (125) | 玉米须炖蚌肉 (132) |
| 芫花煮鸡蛋 (125) | 金钱银花炖瘦肉 (132) |



- 乌梅虎杖蜜 (133) 茵陈玉米须茶 (140)
- 消石散 (133) 七、颈淋巴结核 (140)
- 香附鸡金粉 (133) 煮芋苡 (140)
- 山羊角陈皮汤 (133) 水煮牡蛎 (140)
- 车前茵陈汤 (134) 癞蛤蟆鸡蛋 (140)
- 蚯蚓葱白汤 (134) 蜗牛炖猪精肉 (141)
- 公英薏草薏米粥 (134) 糖醋海带丝 (141)
- 茵陈薏米粥 (134) 荔枝炖海带 (141)
- 金玉梅苡饮 (135) 海蜇皮炖荸荠 (142)
- 蒲公英玉米须饮 (135) 芙蓉海底松 (142)
- 大黄龙胆甘草饮 (135) 白梅花煮鸡蛋 (142)
- 茵陈车前冬瓜仁饮 (135) 千日红花煮鸡蛋 (143)
- 萝卜橘皮车前饮 (135) 月季夏枯草膏 (143)
- 川楝子元胡饮 (136) 槐头糯米粉 (143)
- 麦苗叶茶 (136) 月季花鲫鱼汤 (143)
- 金钱败酱茵陈茶 (136) 猪肉蚝豉汤 (144)
- 凤尾草茶 (136) 紫菜萝卜汤 (144)
- 平肝清热茶 (136) 猪肉海藻汤 (145)
- 雄花茶 (137) 八、风湿性关节炎 (145)
- 六、胆石症 (137) 龙虎凤 (145)
- 麻油胡桃 (137) 雪凤鹿筋汤 (145)
- 四味饮 (137) 附片蒸狗肉 (146)
- 金钱浮石瓦楞子饮 (138) 五加皮炖瘦肉 (146)
- 内金山楂麦芽饮 (138) 三丝蛇羹 (146)
- 黄芩茵陈橘皮饮 (138) 烩蛇羹 (147)
- 消胆结石茶 (138) 乌蛇汤 (147)
- 利胆消石茶 (139) 蛤什蟆蛇羹 (148)
- 利胆消炎茶 (139) 鸡茸鲛鱼汤 (148)
- 金钱草虎杖茶 (139) 鹿蹄汤 (148)



- | | | | |
|--------------|-------|------------------|-------|
| 木瓜羊肉汤 | (149) | 余蚬黄 | (156) |
| 木瓜汤 | (149) | 柳叶枣汤 | (157) |
| 重阳糕 | (149) | 荠菜番茄粥 | (157) |
| 栗子糕 | (150) | 菊花饮 | (157) |
| 玫瑰酒酿饼 | (150) | 紫草根饮 | (158) |
| 酒曲包子 | (150) | 金银菊花饮 | (158) |
| 核桃酪 | (151) | 野菊八仙饮 | (158) |
| 牛膝粥 | (151) | 赤豆牛膝黄柏茶 | (158) |
| 松叶粥 | (151) | 十、癰、疔、疮、疖肿 | (159) |
| 桂心酒粥 | (152) | 葱炖猪蹄 | (159) |
| 羊蹄葜根粥 | (152) | 猪肉地苓汤 | (159) |
| 石莼粥 | (152) | 芸香绿豆 | (159) |
| 川乌头粥 | (152) | 芹菜海带拌鸭丝 | (159) |
| 薏米葱白粥 | (152) | 绿豆银花汤 | (160) |
| 柳枝木瓜粥 | (153) | 升麻黄芪鸡汤 | (160) |
| 松节酒 | (153) | 公英地丁绿豆汤 | (160) |
| 老鹳草酒 | (153) | 苦瓜豆腐汤 | (160) |
| 青风藤酒 | (153) | 参苓扁豆粥 | (161) |
| 五加皮酒 | (154) | 双花粥 | (161) |
| 海风藤酒 | (154) | 仙鹤米粥 | (161) |
| 凤仙花酒 | (154) | 连翘佩兰薏米粥 | (161) |
| 威灵仙酒 | (154) | 槐花胡桃泥 | (162) |
| 桑枝酒 | (155) | 蜜糖银花露 | (162) |
| 牛膝酒 | (155) | 蟹壳山甲皂角粉 | (162) |
| 蚂蚁酒 | (155) | 金银花甘草双豆饮 | (162) |
| 雪莲花蜈蚣酒 | (156) | 三花天葵公英饮 | (162) |
| 九、丹 毒 | (156) | 银花速溶饮 | (163) |
| 丝瓜炖豆腐 | (156) | 公英忍冬饮 | (163) |
| 绿豆炖藕 | (156) | 马齿苋银花饮 | (163) |



- | | | | |
|---------------|-------|----------------|-------|
| 银茶饮 | (163) | 葱衣汤 | (170) |
| 当归皂刺饮 | (164) | 红皮蒜柑核汤 | (170) |
| 银翘黄芪饮 | (164) | 芫花玄胡粉 | (171) |
| 银花绿豆茶 | (164) | 过江龙鸡蛋汤 | (171) |
| 蒲公英茶 | (164) | 向日葵秆汤 | (171) |
| 菊花脑茶 | (164) | 小羊肉汤 | (171) |
| 银花露茶 | (165) | 荔枝核粥 | (172) |
| 马齿苋茶 | (165) | 枳壳鸡蛋汤 | (172) |
| 芙蓉花茶 | (165) | 苹果麦仁汤 | (172) |
| 烧酒冲枸杞汁 | (165) | 茴香红糖粥 | (172) |
| 苦菜姜汁 | (166) | 双核茶 | (173) |
| 枸杞叶白糖汁 | (166) | 茴香茶 | (173) |
| 石榴酒 | (166) | 茴香香乳茶 | (173) |
| 十一、疝 气 | (166) | 荔枝茶 | (173) |
| 焙麻雀 | (166) | 青果石榴茶 | (173) |
| 纸煨麻雀 | (167) | 茄蒂汁 | (174) |
| 茴香小雀 | (167) | 十二、痔 疮 | (174) |
| 茴香喜蛋 | (167) | 鲤鱼脍方 | (174) |
| 焙鲫鱼鲮 | (167) | 香椿鱼 | (174) |
| 袖子鸡蛋 | (168) | 清蒸黄鳝 | (174) |
| 桂花羊肉 | (168) | 白糖炖鱼肚 | (175) |
| 小茴香红烧蛋 | (168) | 姜蚌肉 | (175) |
| 陈醋煮鸡蛋 | (168) | 荞麦猪苦胆丸 | (175) |
| 楝脂二香脾 | (169) | 猪脏丸 | (175) |
| 猪肉茴香九子 | (169) | 白芨大蒜炖乌鲤鱼 | (176) |
| 马茴香拌豆腐 | (169) | 槐花蜂蜜膏 | (176) |
| 茴香炖猪膀胱 | (170) | 陈石榴煲猪肉 | (176) |
| 羊羴九鸡蛋汤 | (170) | 醋煮赤豆 | (176) |
| 当归羊肉茴香汤 | (170) | 烤鳗鲷片 | (177) |



- | | | | |
|----------------|-------|---------------|-------|
| 黄酒煮猪皮 | (177) | 木耳芝麻茶 | (183) |
| 炖香蕉 | (177) | 槐叶茶 | (184) |
| 苦参红糖鸡蛋 | (177) | 刘寄奴茶 | (184) |
| 清蒸鳝鱼羹 | (177) | 金针菜糖茶 | (184) |
| 无花果炖瘦肉 | (178) | 十三、脱 肛 | (185) |
| 僵蚕莲藕汤 | (178) | 绿豆糯米猪肠 | (185) |
| 木耳柿饼汤 | (178) | 黄花菜木耳汤 | (185) |
| 丝瓜猪瘦肉汤 | (178) | 陈醋煮大枣 | (185) |
| 猪肚砂枳汤 | (179) | 芋头花炖肉 | (185) |
| 薤汁蜜膏 | (179) | 炒田螺 | (186) |
| 槐花荆芥粉 | (179) | 黄芪枳壳炖带鱼 | (186) |
| 蜥蜴鸡蛋粉 | (179) | 枳芪鲫鱼 | (186) |
| 海参阿胶粉 | (180) | 首乌煨鸡 | (187) |
| 槐花山栀粉 | (180) | 参芪清蒸羊肉 | (187) |
| 凌霄花粉 | (180) | 石榴皮蜜膏 | (188) |
| 苦酒赤豆散 | (180) | 鳝鱼薏米汤 | (188) |
| 凌霄槐花糯米粥 | (180) | 猪肉海参汤 | (188) |
| 苍耳粥 | (181) | 黄芪羊肉汤 | (188) |
| 山茶花糯米粥 | (181) | 猪肠马齿苋汤 | (189) |
| 阿胶糯米粥 | (181) | 煅虎鱼健脾汤 | (189) |
| 桑椹糯米粥 | (181) | 黄芪鲫鱼汤 | (189) |
| 牛脾粥 | (182) | 芡实乌龟汤 | (189) |
| 桑仁糯米大枣粥 | (182) | 带鱼益气汤 | (190) |
| 石榴槐花饮 | (182) | | |
| 金针红糖饮 | (182) | | |
| 槐叶茶 | (182) | | |
| 木槿花茶 | (183) | | |
| 宝珠茶 | (183) | | |
| 槐叶枸杞野菊花茶 | (183) | | |

第四章 五官科疾病防治药膳

- | | |
|----------------|-------|
| | (191) |
| 一、眼科疾病 | (191) |
| (一)急性结膜炎 | (191) |
| 合欢花蒸猪肝 | (191) |



苦瓜末	(191)	清肝明目茶	(199)
羊胆膏	(191)	菊花龙井茶	(199)
猪胰荠苳汤	(192)	莲花黄柏茶	(199)
白菊黄豆汤	(192)	银耳冰糖茶	(199)
白木耳青茶汤	(192)	(二)夜盲症	(200)
野菊花菠菜籽汤	(192)	朱砂蒸鸡肝	(200)
桑叶猪肝汤	(192)	菠菜炒猪血	(200)
决明海带汤	(193)	胡萝卜炖猪肝	(200)
马齿苋黄花汤	(193)	谷精夜明砂蒸鸡肝	(200)
苦瓜汤	(193)	首乌猪肝	(201)
精菊羊肝汤	(193)	红番薯叶煮羊肝	(201)
蚌肉羹	(194)	酱醋羊肝	(201)
杞叶芹菜粥	(194)	明目散	(201)
竹叶地黄粥	(194)	猪肝豆豉葱白蛋汤	(202)
马齿苋黄花粥	(194)	猪肝杞蛋汤	(202)
明目粥	(195)	鱼肝鸡蛋豆豉汤	(202)
白菊黄豆粥	(195)	双花鸡肝汤	(202)
合欢花菊花粥	(195)	兔肝鸡蛋汤	(203)
决明菊花粥	(196)	猪肝萝卜汤	(203)
马兰银花饮	(196)	苍术牛肝汤	(203)
槐菊饮	(196)	夜明砂肝汤	(203)
金莲菊花甘草饮	(196)	猪肝蛋粥	(203)
野菊花四瓣草茶	(197)	乌鸡肝羹	(204)
消炎明目茶	(197)	(三)近视眼	(204)
枸杞明目茶	(197)	菟丝子鸡蛋方	(204)
蒙蒺决明茶	(198)	枸杞鸡蛋方	(204)
黄芩茶	(198)	楮实菟丝肉片	(205)
密蒙花茶	(198)	芝麻胡桃奶	(205)
决明菊花山楂茶	(198)	龙眼磁石饮	(205)