

中医辨证食疗益补丛书

中医食疗

肝胆病

益补汤



香 附



续 断



熟 地

清肝明目 益补汤

周 凡 主 编

广西科学技术出版社

清肝明目益补汤

周 凡 主 编

*

广西科学技术出版社出版

广西新华书店发行

广西语文印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 8.5 字数 200 000

2003 年 12 月第1版 2003 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7- 80619- 668- 4 / R· 84

总定价：152.00 元(共八册)

本册定价：19.00元

目 录

清热解毒祛湿篇

淮山太子参田鸡粥	(3)
蔊菜茴香猪肚汤	(4)
芫荽豉豆腐鱼头汤	(5)
白瓜咸蛋汤	(5)
薤菜车前猪腰汤	(6)
车前田螺汤	(7)
慈姑螺蛳汤	(8)
绿豆芽蛤蜊汤	(8)
冬瓜蛭肉汤	(9)
车前滑石冰糖汤	(10)
西洋参冬瓜野鸭汤	(11)
白菜牛百叶汤	(12)
粉葛鲮鱼汤	(12)
西瓜皮荷叶海蜇汤	(13)
酸甜二花茶	(14)
桑叶木棉花饮	(15)
苦瓜瘦肉汤	(15)
丝瓜瘦肉汤	(16)
冬瓜薏米糖水	(17)
绿豆土茯苓糖水	(17)
绿豆糖水	(18)

◇◇清肝明目益补汤◇◇

生地瘦肉汤	(19)
金银花生地汤	(19)
绿豆甘草糖水	(20)
金银花红豆汤	(21)
土茯苓乌龟汤	(21)
三豆排脓汤	(22)
北芪杞子乳鸽汤	(22)
糯米绿豆粥	(23)
苡米冬瓜蛇舌草汤	(24)
柏子仁炖猪肝	(24)
荔枝干肉炖莲子	(25)
韭菜淡菜汤	(26)
芝麻苧菊瘦肉汤	(26)
山楂决明瘦肉汤	(27)
青箱子鱼片汤	(28)
莲藕清血汤	(28)
瑶柱粉肠汤	(29)
玉米须乌龟汤	(30)
生蚝桑寄生汤	(30)
鸡肉燕窝羹	(31)
鸡骨草煲蜜枣	(32)
芹菜清痘汤	(33)
清肝热祛黄汤	(33)
暑热肝炎马齿苋汤	(34)
绿豆茶叶冰糖汤	(35)
凤尾草海带汤	(35)
火炭母猪红汤	(36)
鸡骨草煲田螺汤	(36)
凤尾蕨苡仁汤	(37)
车前草煲猪小肚汤	(38)
茵陈绿豆汤	(38)
丝瓜蛋花汤	(39)
番薯糖水	(39)

荠菜鱼头汤	(40)
双花清热糖水	(41)
绿豆老鸭汤	(41)
灯芯花苦瓜汤	(42)
莲藕排骨汤	(42)
绿豆理肝汤	(43)
鲩鱼冬瓜汤	(44)
甘草鸡蛋白羹	(44)
白花蛇舌草田鸡汤	(45)
升麻黑豆蛇肉汤	(46)
大叶紫珠煮鸡蛋	(47)
大蒜炖生鱼	(47)
大蒜蒸西瓜	(48)
山楂荷叶茶	(49)
车前草猪小肚汤	(50)
白背叶根猪骨汤	(50)
芝麻蜜糊	(51)
芹菜猪瘦肉汤	(52)
赤小豆冬瓜生鱼汤	(53)
茵陈鲜蘑菇粥	(54)
栀子仁粥	(54)
白茯苓粥	(55)
芹菜蜜汁	(56)
猪骨料醋汁	(56)
白花蛇舌草蜜露	(57)
田基黄鸡蛋汤	(58)
茵陈蚬肉汤	(58)
玉米须蚌肉汤	(59)
车前草蚌肉汤	(60)
山药车前粥	(61)
绿豆大蒜	(61)
鸡蛋地耳草汤	(62)
鲤鱼赤豆陈皮汤	(63)

◇◇清肝明目益补汤◇◇

生菜鲮鱼球粥	(63)
白玉猪小肚汤	(64)
木棉花瘦肉汤	(65)
豆腐鳅鱼汤	(66)
葱白鸡肉粥	(66)
芥菜牛肉汤	(67)

养阴补阳护肝篇

白鸽杞精汤	(69)
猪胰淡菜汤	(71)
枸杞雏鸽汤	(72)
首乌黑豆汤	(73)
鹌鹑枸杞汤	(73)
枸杞养肝汤	(74)
龙枸燕窝汤	(75)
甲鱼补肾汤	(76)
何首乌煨鸭汤	(77)
团鱼二子汤	(77)
鳖甲鱼山药杞子汤	(78)
杜仲龟肉汤	(79)
桑椹苡蓉汤	(80)
猫肉杞子黄精汤	(80)
参地猪肝汤	(81)
兔肝杞贞汤	(82)
麻仁桑椹粥	(82)
黑芝麻粥	(83)
枸杞麦门冬粥	(84)
鲜奶芝麻粥	(84)
杞枣木耳粥	(85)
桑椹粥	(86)

杞子金钱龟粥	(87)
何首乌粥	(87)
发菜蚝豉粥	(88)
山茱萸肉粥	(89)
淡菜粥	(89)
当归地黄饮	(90)
石斛枸杞汤	(91)
滋水清肝饮	(91)
滋燥养营汤	(92)
小茴香当归黑豆鸭蛋汤	(93)
黄芪杞子汤	(94)
龟鹤延年汤	(94)
胡椒杞子当归乳鸽汤	(95)
肉桂鸡肝汤	(96)
艾叶胡椒汤	(97)
鸡肝粥	(97)
吴茱萸粥	(98)
荔枝粥	(99)
姜附艾叶粥	(99)
菱角姜附粥	(100)
桂皮山楂粥	(101)
胡椒粥	(101)
肉养丸	(102)
暖肝煎	(103)
天台乌药散	(103)
导气汤	(104)
乌头汤	(104)
沙参玉竹老鸭汤	(105)
西洋菜蜜枣瘦肉汤	(106)
椰子炖鸡	(106)
丝瓜茶汤	(107)
鸡骨草红枣汤	(108)
黄精鸡膏	(108)

◆◆清肝明目益补汤◆◆

五味红枣蜜露·····	(109)
首乌炖海参·····	(110)
甲鱼蜂蜜·····	(111)
茭白汤·····	(111)
独脚金炖猴肉·····	(112)
党参淮山兔肉汤·····	(115)
北芪红枣鹌鹑汤·····	(116)
姜枣圆肉炖黄鳝·····	(116)
莲子芡实沙虫汤·····	(117)
番茄鱼丸汤·····	(118)
花生大蒜排骨汤·····	(118)
红萝卜马铃薯猪骨汤·····	(119)
黄豆蚝豉猪骨汤·····	(120)
莲子瑶柱瘦肉汤·····	(121)
淮山扁豆猪*汤·····	(122)
核桃炖牛肉·····	(122)
莲藕红枣牛骨汤·····	(123)
萝卜煲牛百叶·····	(124)
腊鸭肾煲粥·····	(125)
苡米扁豆粥·····	(125)
山药枸杞炖羊头汤·····	(126)
白芍白术猪肉汤·····	(127)
香菇鸡肝汤·····	(128)
黄芪灵芝猪肉汤·····	(129)
人参鳖甲白鸽汤·····	(129)
金针菜黄豆猪蹄汤·····	(130)
黄豆红枣猪脚筋汤·····	(131)
炖椰肉杞子鸡·····	(132)
黄芪陈皮粥·····	(132)
黄芪薏仁粥·····	(133)
黄芪木瓜粥·····	(134)
黄鳝小米粥·····	(134)
鲜奶核桃粥·····	(135)

补肝健脾汤·····	(136)
独活寄生汤·····	(136)
乌鸡乌贼当归汤·····	(137)
杞子老鸭汤·····	(138)
乌发汤·····	(139)
治小儿脚痿行迟汤·····	(140)
首乌小米粥·····	(140)
猪血鱼片粥·····	(141)
首乌红枣粥·····	(142)
豆芽牛肉丸粥·····	(142)
三七首乌粥·····	(143)
酸枣仁粥·····	(144)
地归首乌粥·····	(145)
芍药甘草粥·····	(145)
生发汤·····	(146)
补肝汤·····	(147)
人参滋血汤·····	(147)
调肝汤·····	(148)
柠檬鸭肫乳鸽汤·····	(149)
青皮麦芽饮·····	(150)
佛花茶·····	(150)
玫瑰花菊花糖茶·····	(151)
金佛柴胡粥·····	(152)
合欢花粥·····	(152)
佛手柑粥·····	(153)
梅花粥·····	(154)
合欢花菊花粥·····	(155)
白背木耳汤·····	(155)
虫草海参乳鸽汤·····	(156)
参芪鳅鱼汤·····	(157)
党参延胡兔肉汤·····	(158)
洋参百合田鸡汤·····	(158)
红枣丹参田鸡汤·····	(159)

◇◇清肝明目益补汤◇◇

圆肉杞子白鸽汤·····	(160)
党参郁金瘦肉汤·····	(160)
芝麻枸杞饴糖汤·····	(161)
菠菜羊肝汤·····	(162)
丝瓜蘑菇瘦肉汤·····	(162)
合欢花猪肝瘦肉汤·····	(163)
养肝食疗粥·····	(164)
甘薯粟米粥·····	(164)
红枣花生红糖汤·····	(165)
黄芪粥·····	(165)
当归鸡汤·····	(166)
首乌红枣鸡蛋汤·····	(167)
丹参田鸡汤·····	(167)
猪肉赤豆汤·····	(168)
鲤鱼陈皮煲·····	(169)
鸡蛋鸡冠花·····	(169)
旱莲猪肝·····	(170)
淮山杞子炖田鸡·····	(171)
柔肝顺气汤·····	(171)
保肝汤·····	(172)
滋阴防眩汤·····	(173)
疏肝益气汤·····	(173)
柔肝汤·····	(174)
温胆泥鳅汤·····	(175)
薏米瓜皮鲫鱼汤·····	(175)
砂仁豆腐猪肝汤·····	(176)
合欢蒜苗瘦肉汤·····	(177)
北芪灵芝兔肉汤·····	(178)
杞子猪肝鸭肾汤·····	(179)
牛奶姜汁韭菜汤·····	(179)
番茄猪肝汤·····	(180)
桂圆淮山水鱼汤·····	(181)
玫瑰花茶·····	(181)

茉莉花糖水·····	(182)
番茄煮牛肉·····	(183)
蘑菇猪瘦肉汤·····	(183)
生蚝猪瘦肉汤·····	(184)
丝瓜络汤·····	(185)
玉竹瘦肉汤·····	(185)

养肝清肝明目篇

天冬生地猪肝汤·····	(189)
鲜菊猪肝汤·····	(190)
草决明丹参瘦肉汤·····	(190)
枸杞子猪肝瘦肉汤·····	(191)
清炖蚌肉·····	(192)
鸡肝泥蚬汤·····	(193)
枸杞叶猪肝汤·····	(194)
银耳枸杞鸡肝汤·····	(195)
银菊山楂汤·····	(195)
大豆芽菜鱼尾汤·····	(196)
丝瓜猪肝瘦肉汤·····	(197)
大枣枸杞鸡蛋汤·····	(197)
番茄牛肉汤·····	(198)
番薯牛肝汤·····	(199)
崩大碗草瘦肉汤·····	(199)
枸杞子肉片蛋花汤·····	(200)
枸杞子鸡肝鱼片粥·····	(201)
车前草粥·····	(201)
强补猪肝汤·····	(202)
石决明绿豆粥·····	(203)
黑芝麻饴糖露·····	(203)
女贞子蜂蜜露·····	(204)

◇◇清肝明目益补汤◇◇

谷精草炖猪肝·····	(205)
珍珠豆腐焖鲍鱼·····	(205)
石斛田鸡汤·····	(206)
茺蔚子螺肉汤·····	(207)
桑叶桑椹蚌肉汤·····	(207)
珍珠母蚌肉汤·····	(208)
银杞明目靛汤·····	(209)
猪肉杞子汤·····	(210)
珍珠救盲汤·····	(210)
丝瓜虾皮猪肝汤·····	(211)
石斛杞菊汤·····	(212)
青葙子鱼片汤·····	(212)
桑叶猪肝汤·····	(213)
鸡肝明目汤·····	(214)
疳积草猪肝汤·····	(215)
独脚金猪肝汤·····	(215)
枸杞叶猪肝汤·····	(216)
鱼鳔菟丝子粥·····	(216)
菊苗粥·····	(217)
菊花粥·····	(218)
枸杞叶明目粥·····	(218)
青葙生地粥·····	(219)
决明菊花粥·····	(220)
五加芽粥·····	(220)
桑芽粥·····	(221)
明目粥·····	(222)
栀菊粥·····	(222)
生牡蛎芹菜粥·····	(223)
杞叶粳米粥·····	(224)
熟地黄汤·····	(224)
芎归补血汤·····	(225)
滋阴明目汤·····	(226)
明目益肝补肾汤·····	(226)

谷精草羊肝汤·····	(227)
鸡屎藤米糊·····	(228)
兔肝煮粥·····	(228)
珍珠草猪肝汤·····	(229)
草决明兔肝汤·····	(230)
草决明蒸鸡肝·····	(230)
桑椹糖水·····	(231)
菟丝子鸡肝粥·····	(232)
葱白猪肝鸡蛋汤·····	(233)
蜜糖蒸鸡肝·····	(234)
蕤仁牛肝汤·····	(234)
红杞羊肝汤·····	(235)
乌豆杞子猪肝汤·····	(236)
决明麦芽糖粥·····	(236)
枸杞子粥·····	(237)
枸杞子大枣鸡蛋·····	(238)
生地绿豆煲鲍鱼·····	(238)
鲜山药羊肝粥·····	(239)
枸杞山芋肉粥·····	(240)
龙眼芝麻粥·····	(240)
四物杞枣肝片汤·····	(241)
猪肝菠菜明目汤·····	(242)
家常肝膏汤·····	(243)
猪肝菠菜汤·····	(244)
鸡肝草决明蛋汤·····	(245)
银杞明目汤·····	(245)
兔肝鸡蛋汤·····	(246)
猪肝枸杞鸡蛋汤·····	(247)
鲍鱼黄精归枣汤·····	(247)
肝菜汤·····	(248)
当归杞子汤·····	(249)
四物炖鸡汤·····	(250)
大枣桑椹粥·····	(251)

◇◇清肝明目益补汤◇◇

红白萝卜汁·····	(251)
红萝卜汁·····	(252)
马蹄白萝卜汁·····	(253)
番茄汁·····	(253)



清热润燥

祛湿篇



