

《本草纲目》纯天然食材养生速查全书



作者：孙志慧编著

出版社：天津：天津科学技术出版社

出版日期：2014.01

总页数：349

介绍：本书精选了《本草纲目》中最推崇的近百种百姓餐桌常见的纯天然食材，介绍了食材的食疗功效及食疗方法。本书分上下两篇，上篇为水果干果篇，介绍了山楂、木瓜、银杏、枇杷等水果，下篇为蔬菜，介绍了白菜、芹菜、茼蒿、苋菜、洋葱等蔬菜。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14170855.html>）查找全本阅读方式

《本草纲目》纯天然食材养生速查全书 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14170855.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14170855.html>

书名：《本草纲目》纯天然食材养生速查全书