

食物寒凉温热属性功效速查全书 超值全彩白金版



作者：魏倩编著

出版社：北京：金盾出版社

出版日期：2015.05

总页数：427

介绍：因为食物有酸、辛、苦、甘、咸五味，有寒、凉、温、热四个属性，只有摄入的食物与自己的体质状况保持一致，才能起到养生保健的作用。本书以此为基础，详细介绍各种常见食材的性味、营养成分、食疗功效、使用宜忌等，以便人们自身体质特点选择相应的食物，以调整人体气血阴阳，从而达到食疗养生的目……

说明：登录教客网 (<https://www.jiaoke.com/book/detail/13919248.html>) 查找全本阅读方式

食物寒凉温热属性功效速查全书 超值全彩白金版 评论地址：
<https://www.jiaokey.com/book/detail/13919248.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/13919248.html>

书名：食物寒凉温热属性功效速查全书 超值全彩白金版