

خواص میوه‌ها و سبزیجات

www.ketab.ir

سرشناسه: مجیدی، سیدرسول، ۱۳۲۴ -
 عنوان و نام پدیدآور: خواص میوه‌ها و سبزیجات/ نویسنده سیدرسول مجیدی.
 مشخصات نشر: قم: بحر الانوار، ۱۳۹۲.
 مشخصات ظاهری: ۲۲۴ ص: ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
 شابک: ۹۶۰۰۹۷۸-۶۵۵۳-۱۳-۹
 وضعیت فهرست نویسی: فیا
 موضوع: میوه‌ها -- مصارف درمانی
 موضوع: سبزی‌ها -- مصارف درمانی
 موضوع: گیاه‌درمانی
 رده بندی کنگره: ۵۵۷TX/۹۳م/۱۳۹۲
 رده بندی دیویی: ۶۴۱/۳۳
 شماره کتابشناسی ملی: ۳۲۱۶۲۹۱

شناسنامه:
 نویسنده: سیدرسول مجیدی
 عنوان کتاب: خواص میوه‌ها و سبزیجات
 ناشر: بحر الانوار
 چاپ: شریعت
 نوبت چاپ: اول
 تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه
 تاریخ چاپ: زمستان ۱۳۹۲
 قیمت: ۹۵۰۰ تومان

مراکز پخش

۰۹۱۲۷۵۹۴۹۳۹	قم: پخش کتاب کاغد
۰۹۱۵۸۰۶۰۵۲۰	مشهد: پخش کتاب انصاری
۰۹۱۲۵۵۹۴۴۶۲	تهران: پخش فرزاد

فهرست مطالب

۱۳.....	انجیر.....
۱۴.....	انار.....
۱۶.....	انگور.....
۱۹.....	آلبالو.....
۲۱.....	آلو بخارا.....
۲۲.....	انبه.....
۲۴.....	آلوسياه.....
۲۵.....	آناناس.....
۲۶.....	ازگیل.....
۲۸.....	به.....
۳۱.....	بالنگ.....
۳۳.....	بادام درختی.....
۳۵.....	بادام تلخ.....
۳۶.....	بادام زمینی.....
۳۷.....	بادام هندی.....
۴۰.....	پرتقال.....
۴۳.....	تمشک.....
۴۳.....	خرما.....
۴۶.....	توت سفید.....
۴۸.....	شاه توت.....
۴۸.....	خیار.....
۴۹.....	خرمالو.....
۵۲.....	خریزه.....
۵۴.....	زالزالک.....
۵۵.....	زیتون.....

۶ خواص میوه‌ها و سبزیجات

۵۸.....	زغال اخته.....
۵۹.....	زردآلو.....
۶۳.....	تمر هندی.....
۶۵.....	سیب.....
۶۷.....	موز.....
۶۹.....	شلیل.....
۷۱.....	شفتالو.....
۷۲.....	عناب.....
۷۴.....	عسل.....
۷۷.....	گلابی.....
۷۸.....	هلو.....
۸۰.....	کیوی.....
۸۲.....	گریپ فروت.....
۸۴.....	توت فرنگی.....
۸۵.....	نارگیل.....
۸۷.....	نارنگی.....
۸۹.....	نارنج.....
۹۱.....	گیلاس.....
۹۲.....	ریواس.....
۹۶.....	گرمک.....
۹۸.....	لیمو شیرین.....
۹۹.....	لیموترش.....
۱۰۱.....	هندوانه.....
۱۰۲.....	سنبلیله.....
۱۰۳.....	گل گاوزبان.....
۱۰۵.....	ترخون.....
۱۰۶.....	آویشن.....

فهرست مطالب ۷

۱۰۷.....	تره‌فرنگی
۱۰۹.....	شاهی
۱۱۰.....	بامیه
۱۱۱.....	شوید
۱۱۴.....	شنبلیله
۱۱۵.....	جعفری
۱۱۶.....	ریحان
۱۱۸.....	گشنیز
۱۱۹.....	نعناع
۱۲۱.....	کاسنی
۱۲۳.....	کاهو
۱۲۴.....	گوجه‌سبز
۱۲۵.....	کدو حلوائی
۱۲۸.....	هویج ایرانی یا زردک
۱۳۰.....	سیر
۱۳۲.....	کلم برگ
۱۳۳.....	کلم قمری
۱۳۴.....	فلفل قرمز
۱۳۶.....	مرزه
۱۳۸.....	اسفناج
۱۳۹.....	کرفس
۱۴۰.....	شلغم
۱۴۳.....	فلفل دلمه‌ای
۱۴۴.....	خرفه
۱۴۶.....	پونه
۱۴۸.....	پیازچه
۱۵۰.....	پیاز

۱۵۲	 بادمجان
۱۵۳	 کدو
۱۵۴	 سیب زمینی
۱۵۷	 باقلا
۱۵۹	 چغندر قرمز (لو)
۱۶۱	 لوبیا سبز
۱۶۳	 گوجه فرنگی
۱۶۶	 گل کلم
۱۶۷	 شاه تره
۱۷۴	 انواع ترب
۱۷۱	 لپه
۱۷۳	 لوبیا قرمز
۱۷۵	 عدس
۱۷۶	 نخود
۱۷۷	 لوبیا چشم بلبلی
۱۷۹	 گندم
۱۸۲	 زرشک
۱۸۴	 سماق
۱۸۵	 کنجد
۱۸۷	 جو
۱۸۹	 سیاه دانه
۱۹۱	 خاکشیر
۱۹۳	 زعفران
۱۹۵	 ذرت
۱۹۷	 برنج
۱۹۸	 سنجد
۲۰۰	 زنجبیل

۲۰۳	 پسته
۲۰۵	 فندق
۲۰۷	 گردو
۲۰۹	 کاسنی
۲۱۱	 سبزیجات و میوه‌جاتی که برای کلیه مفید است
۲۱۴	 سبزیجات و میوه‌جاتی که برای تقرس مفید است
۲۱۵	 سبزیجات و میوه‌جاتی که برای کبد مفید است
۲۱۶	 سبزیجات و میوه‌جات ملین و بذره‌ای آنها
۲۱۸	 سبزیجات و میوه‌جات لاغر کننده
۲۱۹	 سبزیجات و میوه‌جات باق‌کننده
۲۲۰	 سبزیجات و میوه‌جاتی که برای آسم مفید است
۲۲۱	 سبزیجات و میوه‌جاتی که برای قند مفید است

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين وصلى الله على محمد وآله الطاهرين

مقدمه

آنچه بنده را واداشت که کتابی را که هم اکنون در پیش دارید به رشته‌ی تحریر در آورم آن بود که در اثر بیماری که منجر به دو عمل جراحی شد و مدت سه ماه این کتابت به طول انجامید و دکتر دستور داد که چند نکته را جهت بهبود کسالت رعایت کنم که از آن جمله لیت مزاج بود که همین امر باعث شد که مطالعات در این زمینه داشته باشم و به بررسی میوه‌جات و سبزی‌جاتی بپردازیم که این خصوصیت در آنها می‌باشد، لذا در طول سه ماه این کتاب را نوشتم. و نام آن را «خواص میوه‌جات و سبزیجات از منظر طب قدیم و جدید» گذاشتم. امید است که خوانندگان گرامی که از این کتاب جهت درمان بیماری‌های خود استفاده می‌نمایند، مرا از دعای خیر خود فراموش نسازند...

سید رسول مجیدی