

八寶素湯

成份:

- 蓮子一兩
- 眉豆一兩
- 栗子肉一兩
- 核桃一兩
- 花生一兩
- 陳皮一片
- 蓮藕一條
- 紅蘿蔔一條
- 紅棗十粒



平喘止咳潤肺化痰湯

材料:

- 鱧魚肉一兩
- 川貝五錢
- 海底椰一兩
- 陳皮一片
- 茨實一兩
- 山藥一兩
- 杏仁五錢
- 桑白皮五錢
- 橘紅一兩
- 瘦肉適量
- 薑三片



增強免疫力提高抗病能力湯水

材料:

- 蟲草花一兩
- 雪耳二個
- 靈芝五錢
- 龍眼肉一兩
- 杞子一兩
- 紅棗十粒
- 雞肉瘦肉適量
- 薑三片



羊肚菌排骨湯

材料:

- 羊肚菌一兩
- 茨實一兩
- 一兩
- 排骨適量
- 紅棗十粒
- 薑三片



降糖尿湯水

材料:

- 山藥一兩
- 玉米一兩
- 玉米鬚一兩
- 蓮子一兩
- 茨實一兩
- 紅蘿蔔一條
- 雞肉適量



止夜尿湯水

材料:

- 蓮子一兩
- 合桃一兩
- 山藥一兩
- 茨實一兩
- 腰果一兩
- 栗子肉一兩
- 茯苓五錢
- 龍眼肉五錢
- 紅棗十粒
- 瘦肉適量



潤腸通便湯水

材料:

- 木瓜一個
- 洋薏米一兩
- 北芪一兩
- 紅蓮子一兩
- 雪耳兩個
- 排骨適量
- 薑三片



海底椰潤肺止咳湯

材料:

- 海底椰一兩
- 杏仁一兩
- 茨實一兩
- 百合一兩
- 栗子肉二兩
- 陳皮一片
- 川貝三錢
- 瘦肉適量

