

# 東華三院 中醫保健 養生湯水推介



## 北芪白果豬肚湯



材料：	北芪 白果 龍眼肉 芡實 淮山 豬肚(胃)或豬小肚(膀胱) 胡椒粒 生薑	三錢 八粒 三錢 一兩 一兩 少許 二片
製作方法：	豬肚／豬小肚翻轉，用鹽及生粉搓洗乾淨，出水切粗條；白果去殼切碎炒熟；芡實及淮山沖洗後清水先浸一小時；全部材料放煲內，加適量清水，大火煲滾後轉文火煲二小時，加適量鹽調味即可飲用。	
功效：	北芪補氣升提，芡實、淮山、白果補腎固澀，豬肚或豬小肚健脾胃、補虛損。	
適用範圍：	適合虛寒體質（氣虛或陽虛）之患者飲用。	
服用須知：	陰虛或合併有尿道感染者不宜。	