

野山茶油食用方法，茶油厂家供应

产品名称	野山茶油食用方法，茶油厂家供应
公司名称	连平县上坪镇岸兴油坊
价格	68.00/斤
规格参数	岸兴:岸兴
公司地址	连平县上坪镇惠兴街
联系电话	15899959739

产品详情

野山茶油食用方法：（如若喜欢，感谢收藏）

一、传统做法。

客家人传统食用证明，长期食用山茶油是健胃、消食、清火的佳食用油。

茶油拌面：空腹食用有利于呵护肠胃（腹泻、绞肠痧）。

苦茶油拌饭：一瓢酱油一瓢苦茶油就是香喷喷的米饭。

茶油凉拌生鸡蛋：取茶油一汤匙，凉拌生鸡蛋1~2只，生饮有利于止咳及润喉。

茶油加姜丝炒鸡肉：有利于清肝润肺、消红褪肿。

茶油爆炒淮山]：长期食用，有利于补气、健脾。

茶油擂茶：生津止渴、提神，长期饮用，可预防和控制糖尿病。

茶油清炖土鸡汤：有利于产妇坐月子时帮助恢复母体，促进婴儿正常发育的佳补品。

茶油素炒红皮菜：经常食有利于预防糖尿病，孕妇产前抽筋，减少妊娠纹。

茶油炒腰花、杜仲：妇女产后坐月子食用有利于预防日后腰酸背痛。

茶油炖蛋羹：每日一小碗，有利于改善婴幼儿体内血液循环，能促进大脑发育。

二、食谱做法。

糖尿病：取适量茶油炒蕃石榴嫩叶，每天早上食用一次。

高血压及降低胆固醇：取两汤匙山茶油拌白米饭，每天早上食用。

脚抽筋：取适量山茶油炒瘦猪肉，加生姜一片，炒熟之后，倒开水加青菜。

孕妇产后：用山茶油炒菜，可清肝解毒，清除怀孕期间小腹脂肪，恢复身材。

心脏病、水肿：取适量纯正山茶油煎含羞草，拌青壳鸭蛋。

便秘：用10~15毫克山茶油加蜂蜜，每天早晚各服一次，连服3~5天可治老年便秘。

皮肉外伤出血：用山茶油加黄豆煮荷包蛋吃，可防止伤口发炎，加快愈合。

月子鸡-茶油米酒鸡：

主料：鸡半只、姜30克 配料：清水5碗、茶油3汤匙、米酒半瓶

做法：1、将鸡洗净去内脏，切1/2只备用。2、把鸡斩成3公分大的块状，姜切片备用。3、用3汤匙的茶油热锅后，加入姜片爆香。4、将鸡块倒入锅内翻炒数下。5、加入5碗清水及半瓶米酒于锅内。6、用中火焖煮至熟透即起锅。

营养价值：活血、祛风、催奶，是产妇月子中的好食谱。

用于煎、炒、烹、炸、凉拌食物的野生原料，未经农药化肥污染低温压榨、未经溶剂处理、未使用任何添加剂，不含黄曲霉素、胆固醇、油性稳定、油烟少，不饱和脂肪酸比橄榄油高出10个百分点。

茶树是宝，经加工后，不仅可作烹调油，还有很多好处，《农息居饮食谱》中记载茶油可润燥、清热和利头目；《农政全书》中有茶油可疗痔疮、退湿热的记录；《纲目拾遗》说，茶油可润肠、清胃和解毒杀菌。

在中国民间产茶油的地方，产妇坐月子时，吃茶油有助于妇婴的营养吸收，促进消化。另外，茶油对头发也可以起到很好的养护作用。

《随之居饮食谱》这样说茶油，“茶油烹调肴馔，日用皆宜，蒸熟食之，泽发生光，诸油惟此为轻清，故诸病不忌。”显然，我们的老祖宗早把茶油视为延年益寿和养颜美容的佳品。很多化妆品也强调有茶油成分，以表示化妆品的天然性和独特功效。

不少人受到掉发、分叉、头发干燥、白头发或头皮屑困扰，不妨试试天然制品茶油--涂用茶油、用茶油护发。洗头时，可在温水里加一点茶油。另外，也可以用茶油彻底按摩。

当然，食用方法何其多，大家平时也可以多上网搜搜。

茶油厂家供应，感谢认准岸兴油坊。