

陈皮

产品名称	陈皮
公司名称	李禹（个体经营）
价格	1.00/50克
规格参数	
公司地址	安徽省亳州市谯城区
联系电话	18726766177

产品详情

陈皮又名橘皮、柑皮、红皮等，那么陈皮是什么？陈皮即可用于烹制菜肴，也是一味[中药](#)，具有通气的[健脾](#)、[燥湿](#)化痰、解腻留香、降逆止呕的功效。除此之外，陈皮的好处还有哪些呢？

中药陈皮是什么？

陈皮是柑桔等水果的果皮经干燥处理后所得到的干性果皮，其皮干燥后可放置陈久，故称陈皮，也称贵老。陈皮味苦，有[橘子](#)的清香，故常用于烹制某些特殊风味的菜肴，如“陈皮[生肉](#)”、“陈皮鸡丁”等。

陈皮的好处有哪些？

冬天喝点热汤，既美味又养生，在汤里放几片陈皮，不仅能改善味道，能起到缓解[胃部](#)不适、治疗[咳嗽](#)痰多的作用。陈皮，其实是我们平时所吃的橘子的皮，由于其放置的时间越久，其药效越强。中医学认为陈皮味辛苦、性温，具有温胃[散寒](#)、[理气](#)健脾的功效，适合胃部胀满、[消化不良](#)、[食欲不振](#)、咳嗽多痰等症状的人食用。现代研究表明，陈皮中含有大量挥发油、橙皮甙等成分，它所含的挥发油对胃肠道有温和刺激作用，可促进消化液的分泌，排除肠道内积气，增加食欲。煲汤时放入10克左右的陈皮即可。

陈皮除了具有上面的好处外，在食疗方面 also 具有很好的用处，以下是陈皮在膳食中的应用。

1、陈皮蜜汁[炸鸡翅](#)

将[鸡翅](#)用盐、料酒、[花椒](#)腌10分钟左右。把切好的[辣椒](#)、青豆用沸水焯熟捞

出待用；锅内放油将鸡翅炸成金黄色后捞

出，然后在锅中放入葱、姜

、辣椒炒香后，放入炸好的鸡翅加陈皮、冰糖、开水炖5分钟，然后加青豆、枸杞再煮1分钟即可。

2、陈皮蚝油火腿酱

将陈皮放入清水中浸泡

三小时、晾

干，切丝后放入80 高

温的花生油慢火油泡20分钟，然后加入瑶柱、

火腿、原晒虾

干、干葱混合油泡30分钟后停止加热，加入蚝油、精盐，搅拌均匀后常温下自然散热而成。

3、陈皮萝卜老鸭煲

加水适量，先用武火将陈皮、青萝卜、老鸭煲沸后，改为文火

煲约两个半小时，调入适量食盐和生油、葱、姜便可。还可以做陈皮兔、陈皮牛肉、陈皮鸭等各种菜。

健康提示：陈皮偏于温燥，有王咳无痰、口干舌燥等症状的阴虚体质者不宜多食

。此外，鲜橘皮不具备陈皮那样的药用功效，另外，因为鲜橘皮表面有农药和保鲜剂污染，这些化学制剂有损人体健康，因此，不可以用鲜橘皮来代替陈皮。

、陈皮萝卜老鸭煲

加水适量，先用武火将陈皮、青萝卜、老鸭煲沸后，改为文火

煲约两个半小时，调入适量食盐和生油、葱、姜便可。还可以做陈皮兔、陈皮牛肉、陈皮鸭等各种菜。

健康提示：陈皮偏于温燥，有王咳无痰、口干舌燥等症状的阴虚体质者不宜多食

。此外，鲜橘皮不具备陈皮那样的药用功效，另外，因为鲜橘皮表面有农药和保鲜剂污染，这些化学制剂有损人体健康，因此，不可以用鲜橘皮来代替陈皮。

心雨中药友情提醒大家购买后，一定要注意服用，因为，是药三分毒，这句话没错，凡事注意一下没坏处！