

2023抖音石斛/枫斗类目如何报白上架？

产品名称	2023抖音石斛/枫斗类目如何报白上架？
公司名称	捷企办互联网服务有限公司
价格	.00/件
规格参数	
公司地址	中国（浙江）自由贸易试验区金华市义乌市北苑街道万达路9号701室（自主申报）（注册地址）
联系电话	17338425246 17338425246

产品详情

在生活起居中，铁皮石斛如何来吃呢，那不一样的吃法又如何来推动我们身心健康，它在食材上能够如何充分发挥它的功效呢。铁皮石斛具备滋阴降火，滋阴清热的作用，是一种服用使用价值很高中药材保健产品。下边我们就一起来看一下石斛的功效与作用有什么吧。

石斛怎么吃

1、直接生吃

取新鲜石斛多个，彻底清洗通道细嚼就可以，*初味甘而微黏，待到清爽可口，余渣咽下就可以。

2、熬汤

(1)取新鲜石斛，将其清洗，并另外除去一部分老根。(2)将洗干净的铁皮石斛剁碎或拍破，以后放水到锅中(依据自身喝粥占比置放适当的水)。(3)用慢火先煎制30分钟。(4)以后再放进1-2克高丽参再煮30分钟就可以进行。(5)留意：可反复煎制2-3次，连渣服用。近现代名中医张锡纯说：“石斛*耐久度煎，应锯断先煎，得真味”。

3、煮茶

(1)取药房里买回来的铁皮石斛，清洗除去残渣。(2)切片状或拍破成颗粒物。(3)煮90度以上沸水冲调后。(4)过上4-5分钟就可以食用。(5)可反复冲调，连渣服用。

4、熬料膏药

(1)将铁皮石斛清洗去残渣后。(2)剁碎或拍破。(3)放水难熬(可加别的中草药材)，水的占比是3:1，就是3碗水熬一碗水4)连煎2次，弃渣后用文火萃取，再加老冰糖，再次熬做成泥状引入。

5、浸泡蜂酒

(1)清洗除去残渣。(2)切片状或拍破成碎粒。(3)以单味或和别的原材料一起渗入40度以上酒中，不用其他调味品。(4)3月后就可以服用。