

紫砂炖盅 隔水炖盅 电炖锅小熊DDZ-101

产品名称	紫砂炖盅 隔水炖盅 电炖锅小熊DDZ-101
公司名称	广州邦优达电子科技有限公司
价格	90.00/台
规格参数	品牌:小熊 型号:DDZ-101
公司地址	广州市增城区新塘镇汇美新村汇美东路44号首层
联系电话	86 020 32980176 15602327060

产品详情

品牌 小熊 型号 DDZ-101

电炖盅之（食谱）

1.红枣糯米粥使用小熊隔水电炖盅，使用高挡炖3个小时

红枣：含有蛋白质、脂肪、糖类、有机酸、维生素a、维生素c、微量钙多种氨基酸等丰富的营养成份。中医认为红枣有健脾益胃、补气养血、养血安神、缓和药性等作用。

糯米：富含b族维生素，能温暖脾胃，补益中气。对脾胃虚寒、食欲不振、腹胀腹泻有一定缓解作用，是一种温和的滋补品。2.冰糖红枣炖燕窝

能养阴生津，是适合全家在秋日共享的滋补甜品。

材料：红枣4粒(洗净去核)，燕窝4克，冰糖8克。

做法：1.将浸发好的燕窝连水、红枣、冰糖，一同倒入电炖盅内(水的分量以稍稍高于燕窝的表面为准)；2.慢炖3个小时，查看炖盅内的燕窝，如呈晶莹通透状，并发出蛋白清香，即大功告成。3.肉粥压力大,生活没规律,不按点吃饭.....这些作为上班族习以为常的生活细节某一天突然变成胃胀、不适，偶尔还会胃痉挛，这代表着你可能已经处于胃病的前期，如果不注意保养，胃病就离你不远了。

当出现了上述胃病前期症状时，不必惊慌，也别忙着吃药，可采取肉粥养胃的方法。只需坚持吃两周的肉粥，胃部不适便能痊愈。之所以吃肉粥，是因为一来不至于缺乏营养，二来可以通过肉食来刺激肠胃的蠕动，调动肠胃的工作积极性，更有利于缓解胃部不适。

在肉粥中，羊肉粥和鸭肉粥是很好的选择。羊肉粥可益气血，补虚损，暖脾胃，将新鲜羊肉150~250克与粳米适量同煮即可，可供早晚餐或上午加餐用，秋冬服用最好。

鸭肉粥是用鸭肉汁和粳米煮成，具有滋阴养胃、利水消肿的功效。做时先泡好莲子，鸭肉用盐和老酒（或者绍兴黄酒）放入冰箱腌制两个小时左右，然后用少量油炒鸭肉沥去油，或是煮出鸭汤，加入粳米和莲子熬粥。熬好后，撒上少许葱花即可。

4.淮山红薯糖水

原料：红薯一只（约150克），红枣数枚，淮山片适量，姜两片（受了风寒，可以加些姜），冰糖适量
做法：1.将红薯、红枣、淮山片、姜同放入炖盅内，注入适量清水，加入适量冰糖，慢炖3个小时即可。

5.山药牛腩煲
牛腩500克、山药1根、胡萝卜1根、姜3片、白胡椒粒1茶匙、料酒1茶匙、桂皮1片、香叶3片，八角3枚、陈皮1片

做法：1.将牛腩洗净，切成3cm大小的块，用沸水烫过洗净；2.胡萝卜洗净去皮切滚刀块，山药去皮洗净切滚刀块；3.内胆里放入牛腩块和各种香料，加入胡萝卜、山药和清水，快炖3个小时；4.吃时加盐及鸡精调味即可。

山药：是营养很丰富的食物，具有很高的药用价值，味甘、性平，入肺、脾、肾经；不燥不腻；具有健脾补肺、益胃补肾、固肾益精、聪耳明目、助五脏、强筋骨、长志安神、延年益寿的功效。

在制作山药时，需要注意：

- 1.山药切开后需立即浸泡在盐水中，以防止氧化发黑。
- 2.新鲜山药切开时会有黏液，可以先用清水加少许醋洗，这样可减少黏液。
- 3.山药皮容易导致皮肤过敏，所以在削皮时要戴上手套。

6.三宝土鸡汤

原料：山药一根 红枣七颗 栗子十颗 土鸡半只

配料：姜片八片，大葱一根

做法：1.土鸡切块用流动水冲洗干净后，放入冷水锅中大火加热，开锅后将血沫水倒出不要（如果用热水焯鸡会让肉表面蛋白质瞬间凝固，不利于营养的释放）；2.将焯好的鸡块用水冲洗净表面的浮沫，放入炖盅内胆里加入姜片，山药，红枣及栗子慢炖3个小时即可；3.吃的时候在碗内放盐和葱。

7.黄豆花生煲猪蹄
材料：猪蹄1只、花生米100克、黄豆100克、龙眼肉15克、陈皮1片（去猪蹄腥味，还行气健脾、燥湿化痰）、姜片2片、盐适量
做法：1.花生、黄豆用清水洗净，浸软待用。龙眼肉、陈皮洗净待用2.猪蹄斩大件（让肉档工作人员完成），去杂毛洗净，放沸水中氽5分钟，捞出洗净待用3.炖盅内胆里放入适量清水，放入除盐以外所有材料，快炖3小时，捞出陈皮弃之，用盐和葱花调味即可4.用剁椒和葱花调制的小料蘸猪蹄吃，更好吃。