

二级玉树冬虫夏草 何小鲜沪地周边直送

产品名称	二级玉树冬虫夏草 何小鲜沪地周边直送
公司名称	上海源草健康科技有限公司
价格	3288.00/10g
规格参数	品牌:何小鲜 等级:臻品二级 每克2.4条 产地:青海玉树
公司地址	上海市奉贤区程普路377号2幢0013室(注册地址)
联系电话	17802122280

产品详情

何小鲜产地直发，上海市直送到家，让您买得安心！

何小鲜带你吃冬虫夏草

一、泡茶虫草2克，用80℃开水浸泡数分钟后饮用。可反复冲泡饮用，最后，取出虫草食用。亦可根据个人口味，加入西洋参片1克和枸杞子1克，混合冲泡，或与普洱、铁观音等茶叶一起冲泡。

二、煲汤

1、虫草水鸭汤：虫草10-15克、水鸭1只、生姜5片。制法：水鸭去毛去内脏并洗净，将瑞虫草连同生姜一起放入鸭腹中炖2-4小时，加盐调味食用。

2、虫草花胶炖乳鸽：虫草5-10克、花胶35克、乳鸽1只、生姜片4片。制法：乳鸽去毛去内脏并洗净，花胶浸发后切片，将全部原料一起放入炖盅内，加水炖2-4小时，加盐调味食用。

3、虫草乌鸡汤：虫草10-15克、乌鸡1只、瘦肉100克、红枣8枚。制法：乌鸡去毛洗净并切块，与其它原料一起放入炖盅内隔水炖2-4小时，加盐调味食用。

4、虫草川贝炖雪梨：虫草5-10克、川贝8克、雪梨1个。制法：雪梨削皮去心并切块，将全部原料一起放入炖盅内隔水炖2小时，取汤饮用。

三、蒸食

1、虫草蒸鸡：虫草5-10克、鸡1只、姜、葱少许。制法：将鸡斩块，姜切丝，葱切碎，用适量温水将虫草浸软后，连同鸡块等所有原料一起置于盘子内蒸熟即可食用。

2、虫草蒸肉饼：虫草5-10克、猪肉300克。制法：用少量温水将虫草浸软后，连同猪肉一起剁碎，加入适量食盐后做成肉饼，蒸熟后食用。

四、煲粥

虫草10克、瘦猪肉50克、大米(小米)100克。制法：猪肉切成细片，

将虫草与小米、猪肉用中火煲至水开，转为慢火煲约1-2小时，加盐调味食用。

五、泡酒

虫草60克、高度粮食酒10公斤、用酒坛于阴凉处浸泡1-3个月后饮用。每次25-50毫升，睡前饮用效果更佳。