

壹仁堂：女人能吃，男人能吃，小孩能吃，老人能吃，燕窝全家都吃

产品名称	壹仁堂：女人能吃，男人能吃，小孩能吃，老人能吃，燕窝全家都吃
公司名称	武汉壹仁堂健康科技有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	武昌区和平大道1178号武汉理工大学余家头校区教工食堂
联系电话	18007161178 18163314999

产品详情

吃燕窝根本不需要那么烦恼！它从来都不是女性的专属，而是名副其实的家庭滋补佳品！不同的人群食用有不用用的滋补效果，为全家人的美丽和健康保驾护航。一家人怎么吃燕窝？

一碗燕窝，全家都能补！一家人怎么吃燕窝？初次吃燕窝的人总会有这样的疑问：我家小孩能吃吗？给我老公吃是不是太浪费了？老人可以不可以吃啊？.....

一：吃燕窝的女人，她们的肌肤变得白皙细嫩，她们的身材变得婀娜多姿。她们即使不用化妆品，也能自信的出街，走在路上，还总被帅哥搭讪。每次都要花时间去应付这些追求者！

女人养颜抗衰这样吃

红枣银耳燕窝

材料：

燕窝3-5克

银耳半朵

红枣5-8颗

冰糖适量

做法：

1.燕窝泡发好，挑去杂质细毛，沥干水分备用；红枣去核，银耳用水浸泡开。

2.燕窝放进炖盅内，倒入纯净水，隔水慢炖20-25分钟，

3.银耳、红枣放进锅中，加入少量水煮约30分钟，放适量冰糖调味。

4.将银耳红枣糖水盛入碗里，待稍凉后，加入炖好的燕窝，拌匀即可食用。

二：吃燕窝的男人，他们会变得越来越精神饱满，他们会变得越来越精力充沛。老公爱吃燕窝，如果老婆燕窝吃少了，肌肤不够白嫩，捉不住老公的心，不怕被他跑掉吗？

男人壮阳益气这样吃

燕窝海参粥

海参一只

粳米适量

葱花、盐、味精适量

1.燕窝泡发好，挑去杂质细毛，沥干水分备用；海参泡发后洗净切成颗粒备用。

3.粳米放进锅中，加入适量水煮沸，再文火煮45分钟。

4.加入炖好的燕窝和海参，调味放葱花即可。

三：吃燕窝的老人，他们不容易生病，他们不容易衰老。广场上全是他们翩翩起舞的身影，年轻人活动的空间都少了许多呢！

老人增强体质这样吃

枸杞燕窝

枸杞适量

1.燕窝泡发好，挑去杂质细毛，沥干水分备用。

2.燕窝放进炖盅内，倒入纯净水，加入枸杞隔水慢炖20-25分钟，放适量冰糖调味即可。

四：吃燕窝的孩子，他们拥有聪明的头脑，他们拥有强壮的身体。他们记忆能力强，他们学习效率高，再也不用担心孩子的学校成绩，更不用花钱请家教了！

小孩补脑益智这样吃

燕窝核桃露

燕窝1.5-2克

核桃肉100克

牛奶适量

- 1.燕窝泡发好，仔细挑去细毛和杂质，沥干水分备用。
- 2.将核桃肉和牛奶放进料理机中，打成浆后把杂质过滤掉备用。
- 3.燕窝放进炖盅内，加入纯净水，隔水慢炖25-30分钟左右。
- 4.将牛奶核桃露微温，盛入炖好的燕窝中，拌匀即可食用。

五：吃燕窝的孕妈，改善了妊娠期孕吐，改善了妊娠纹产生。在别家孕妈吐得七荤八素的时候，她们已经用燕窝，把自己宝宝调养得健康白嫩，这才是真正的“赢在起跑线上”！

孕妇孕期这样吃

淮山枸杞炖燕窝

淮山适量

- 1.燕窝泡发好，用镊子挑去毛和杂质，撕开沥干水分备用，淮山和枸杞稍微浸泡冲洗。
- 2.把淮山放进炖盅内，隔水慢炖40-50分钟。
- 3.燕窝和枸杞放进炖盅里，慢炖20-25分钟，出锅前5分钟放入炖好的淮山，出锅后放冰糖即可食用。

六：吃燕窝的产妇，比别人更快恢复元气，比别人更快恢复体型，就连皮肤都比以前光滑透亮。隔壁大妈都不禁羡慕嫉妒：这人肯定怀了个假孕！

产妇产后修复这样吃

黑糯米燕窝

黑糯米适量

1.燕窝泡发好，挑去杂质与细毛，沥干水分备用；黑糯米洗净，放进容器中加入清水浸泡3小时。

2.泡发好的燕窝放进炖盅里，加入纯净水，隔水慢炖20-25分钟。

3.泡好的黑糯米放进锅中，加入清水大火煮至水沸腾，转小火煮30-40分钟，放入冰糖调味。

4.把煮好的黑糯米糖水盛入碗中，待稍凉后，加入炖好的燕窝，拌匀即可食用。

七：吃燕窝的熬夜者，会减少疲劳感，吃燕窝的失眠者，会提高睡眠质量。晚上睡得太香，第二天上班精神饱满干劲足，失眠者促进睡眠这样吃，

牛奶炖燕窝

做法：1.燕窝泡发好，挑去杂质细毛，沥干水分备用。

2.燕窝放进炖盅内，倒入纯净水，隔水慢炖20-25分钟，出锅前放适量冰糖，再加入牛奶即可食用。

一碗燕窝，全家都能补！一家人怎么吃燕窝？不同的人，根据自己的身体情况，选择适合自己的养生方法，坚持并有计划的吃燕窝，才是有益健康的养生之道。

推荐阅读：

燕窝的功效与作用

好的燕窝一般需要多少钱

同仁堂燕窝价格

燕窝批发的价格

燕条一般什么价格

即食燕窝的做法

燕窝能美容