

A Gotowanie wstępne (先煎)

Sposób przygotowania:

Gotuj te zioła przez 20–30 minut (niektóre specjalne zioła wymagają gotowania przez ponad godzinę).

Następnie dodaj pozostałe zioła i gotuj razem.



Tojad czarny



Kalcynowana ostryga

B Gotowanie na końcu (后下)

Sposób przygotowania:

Dodaj te zioła 5–10 minut przed końcem gotowania pierwszego wywaru, a następnie gotuj razem z resztą.



Mentha haplocalyx



Agastache rugosa

C Gotowanie w torebce (包煎)

Sposób przygotowania:

Umieść te zioła w woreczku z gazy i gotuj razem z pozostałymi ziołami.



Nasiona drzewa
Oroxylium



Zarniki paproci
Lygodium

D Gotowanie oddzielne (另煎)

Sposób przygotowania:

Gotuj te zioła oddzielnie. Zazwyczaj wymaga to dłuższego czasu, od 1 do 2 godzin.



Kordyceps



Żeń-szeń

E Rozpuszczanie (烔化)

Sposób przygotowania:

Dodaj te zioła do gorącego, świeżo ugotowanego wywaru, poczekaj aż się rozpuszczą i wypij.



Żelatyna
z pancerza żółwia
(Guiban Jiao, 龟板胶)



Żelatyna ze skóry osła
(E Jiao, 阿膠)

F Rozpuszczanie w płynie (冲服)

Sposób przygotowania:

Po prostu rozpuść te zioła w odpowiedniej ilości wody lub wywaru i wypij.



Panax notoginseng



Sok z imbiru

Aby uzyskać bardziej szczegółowe informacje, proszę sprawdzić podany link lub QR kod:

