

黄酒泡东阿阿胶方法

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/zhishi/a/171113847659110.html>

范文网，为你加油喝彩！

2024年3月23日发(作者：遇见你之后)



黄酒泡东阿阿胶方法

黄酒泡东阿阿胶是比较受欢迎的一种食物，也是比较有营养的，那么那么你想知道黄酒泡东阿阿胶方法吗?想知道的话就随店铺一起来看看黄酒泡东阿阿胶方法吧!

黄酒泡东阿阿胶方法

方法一：将阿胶、黄酒3放入锅内，隔水加盖蒸约两至三小时，待其全部溶化后取出即可。每日一至两次，每次服两匙，此法适用于一般血虚症。

方法二：

黄酒和阿胶按1:1比例泡几个小时，下锅蒸(也可加上红枣、芝麻等)，一般泡好融化了会结成了膏状，很方便保存。放冰箱保鲜就可以了。

补血的效果非常快。早上空腹挖一勺泡热水喝，记得要坚持哦。

夏天吃多容易上火，加点冰糖一起泡就好了。

黄酒泡东阿阿胶方法有什么?怎么做?

方法三：

半斤阿胶，用半斤黄酒泡，蒸的时候加半斤冰糖，100ml水。不

过冰糖的情况也可以根据自己的情况来增减，阿胶用黄酒泡2天左右的样子，然后加水放在锅里蒸，差不多蒸1个小时左右就可以了。

黄酒泡东阿阿胶的注意事项

用黄酒泡阿胶的时候还可以选用国内最好的黄酒来泡制，度数要高一点的比较好

可以在蒸煮阿胶时，根据个人需求加入红枣、黑芝麻、桂圆、冰糖等

黄酒的功效

- 1、黄酒功效之活血祛寒，通经活络 在冬季，喝黄酒宜饮。在黄酒中加几片姜片煮后饮用，既可活血祛寒，通经活络，还能有效抵御寒冷的刺激，预防感冒。需要注意的是，黄酒虽然酒精度低，但饮用时也要适量，一般以每餐100—200克为宜。
- 2、黄酒功效之抗衰护心 在啤酒、葡萄酒、黄酒、白酒组成的“四大家族”中，当数黄酒营养价值最高，而其酒精含量仅为15%~16%，是名副其实的美味低度酒。作为我国最古老的饮料酒，其蛋白质的含量较高，并含有21种氨基酸及大量b族维生素，经常饮用对妇女美容、老年人抗衰老较为适宜。我们都知道，人体内的无机盐是构成机体组织和维护正常生理功能所必需的，黄酒中已检测出的无机盐有18种之多，包括钙、镁、钾、磷等常量元素和铁、铜、锌、硒等微量元素。其中镁既是人体内糖、脂肪、蛋白质代谢和细胞呼吸酶系统不可缺少的辅助因子。也是维护肌肉神经兴奋性和心脏正常功能，保护心血管系统所必需的。人体缺镁时，易发生血管硬化、心肌损害

等疾病。而硒的作用主要是消除体内产生过多的活性氧自由基，因而具有提高机体免疫力、抗衰老、抗癌、保护心血管和心肌健康的作用。已有的研究成果表明，人体的克山病、癌症、心脑血管疾病、糖尿病、不育症等40余种病症均与缺硒有关。因此，适量饮用黄酒，对心脏有保护作用。

3、黄酒功效之减肥、美容、抗衰老 黄酒的热量非常高，喝多了肯定会胖。但是适当的饮酒可以加速血液循环和新陈代谢，还有利于减肥。黄酒中含有大量糖分、有机酸、氨基酸和各种维生素，具有较高的营养价值。由于黄酒是以大米为原料，经过长时间的糖化、发酵制成的，原料中的淀粉和蛋白质被酶分解成为小分子的物质，易被人体消化吸收，因此，人们也把黄酒列为营养饮料酒。黄酒的度数较低，口味大众化，尤其对女性美容、老年人抗衰老有一定功效，比较适合日常饮用。但也要节制，例如度数在15度左右的黄酒，每日饮用量别超过8两;度数在17度左右的，每天饮用量别超过6两。

4、黄酒功效之药用价值 药引是引药归经的俗称，指某些药物能引导其它药物的药力到达病变部位或某一经脉，起“向导”的作用进行针对性治疗。它们不仅与汤剂配合，更广泛地和成药相配合在一起应用。另外，“药引子”还有增强疗效、解毒、矫味、保护胃肠道等作用。在一张处方中，需不需要药引子，由医生根据病情而定，一

般不需要病家自己去配制。黄酒不仅能将药物的有效成分溶解出来，易于人体吸收，还能借以引导药效到达需要治疗的部位。在唐代，我国第一部药典《新修本草》规定了米酒入药。李时珍在《本草纲目》上说：“诸酒醇醪不同，惟米酒入药用”。米酒即是黄酒，它具有通血脉，肠胃，润皮肤、养脾气、扶肝，除风下气等治疗作用。由此可知，历来人们用黄酒作酒基制成养生和医用治病的酒，而且说明黄酒与中药药剂有一种天然的糅合因子或亲和性。白酒虽对中药溶解效果较好，但饮用时刺激较大，不善饮酒者易出现腹泻、瘙痒等现象。啤酒则酒精度太低，不利于中药有效成分的溶出。而黄酒酒精度适中，是较为理想的药引子。

5、黄酒功效之烹饪时祛腥膻、解油腻 黄酒在烹饪中的主要功

效为祛腥膻、解油腻。烹调时加入适量的黄酒，能使造成腥膻味的物质溶解于热酒精中，随着酒精挥发而被带走。黄酒的酯香、醇香同菜肴的香气十分和谐，用于烹饪不仅为菜肴增香，而且通过乙醇挥发，把食物固有的香气诱导挥发出来，使菜肴香气四溢、满座芬芳。黄酒中还含有多种多糖类物质和各种维生素，具有很高的营养价值，用于烹饪能增添鲜味，使菜肴具有芳香浓郁的滋味。在烹饪肉、禽、蛋等菜肴时，调入黄酒能渗透到食物组织内部，溶解微量的有机物质，从而令菜肴更可口。黄酒功效之促进子宫收缩 舒经活络 黄酒又

称米酒，是水谷之精，性热。产后少量饮用此酒可祛风活血、避邪逐秽、有利于恶露的排出、促进子宫收缩、对产后受风等有舒经活络之用。除此之外，利用黄酒还可以做出味美并具有一定医疗作用的食物，例如黄酒和桂圆或荔枝、红枣、核桃、人参同煮，不仅味美，而且具有一定益补气血之功效，对体质虚弱，元气损耗等有明显疗效，这种功能优势更是其他酒类饮品无法比拟的。但饮用过量容易上火，并且可通过乳汁影响婴儿。饮用时间不宜超过1周，以免使恶露排出增多，持续时间过长，不利于早日恢复。

6、黄酒功效之辅助医疗 黄酒多用糯米制成。黄酒在酿造过程中，注意保持了糯米原有的多种营养成分，还有它所产生的糖化胶质等，这些物质都有益于人体健康。在辅助医疗方面，黄酒不同的饮用方法有着不同的疗效作用。例如凉喝黄酒，有消食化积、镇静的作用，对消化不良、厌食、心跳过速、烦躁等有显著的疗效，烫热喝的黄酒，能驱寒祛湿，对腰背痛、手足麻木和震颤、风湿性关节炎及跌打损伤患者有益。

7、黄酒的保健功效 经现代科学研究证明，黄酒苏里玛酒含有二十多种氨基酸和多种维生素，其中八种是人体必需氨基酸，氨基酸的含量是啤酒的11倍，葡萄酒的2倍，其发热量是啤酒的5倍，葡萄酒的1.5倍。产品经华中农业大学生命科学院进行的保健功能检测实验

证实，苏里玛酒除含有丰富的氨基酸和有机酸外，还含天然的双歧因子，通过小白鼠的喂养实验，证明苏里玛酒在增强抗疲劳、增强性能力和抑制肿瘤方面有明显效果。营养学家已经证实：饮用黄酒苏里玛酒具有通经络、厚胃肠、养脾扶肝、增进食欲、消除疲劳等诸多益处，长饮者会感到胃口舒适，食欲振作，睡眠香甜，周身发热，气色红润，头发黑，光亮有神。另外经华中农业大学生命科学院进行的保健功能检测实验证实，苏里玛酒在抗疲劳、抗肿瘤和提高性能力方面有明显功效。至今，许多人已经把苏里玛酒作为养身的乳汁，为二十一世界时尚饮品，最佳养生补品，每日必饮。

黄酒泡东阿阿胶方法 将本文的Word文档下载到电脑，方便收藏

和打印 推荐度：点击下载文档文档为doc格式



更多 在线阅览 请访问 https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发