

丹參福氣茶

隨手就可輕鬆泡飲的鮮丹參茶，讓保養健身也變得很容易！以桂圓和紅棗柔化當歸充滿个性的本草味；讓整碗茶散發令人印象深刻的甜冽滋味。搭配小點心又可化油去膩，實為午茶的不二選擇。

材料

主料
新鮮當歸條……………20 g
桂圓肉……………60 g
紅棗……………10粒
蓮子……………15粒
水……………1200 cc

調味料
冰糖……………適量

作法

1. 將新鮮當歸洗淨後，加入所有材料和調味料煮滾；再轉換小火再煮15分鐘
2. 再入冰糖，即可盛碗食用



莊忠銘
銘師父相仔轉負責人

二人份

