

## 伝統薬探訪



橋本七度煎(はしもと七どせん)

寒さが厳しい昨今、背筋がゾクゾクして「風邪かな?」と思っただけで「橋本七度煎」がおすすめです。

十三種類の生薬の相乗作用で体を温め、代謝を高めて弱った胃を助けます。

効能は感冒、頭痛、のぼせ、腹痛、食欲不振、暑気あたり、血の道、神経痛と、風邪以外にも幅広く使えます。

妊産婦や薬に過敏な方も安心してお茶代わりに飲めます。

名前の「七度煎」とは一袋で七回煎じて飲めるところから。

ティーバッグ式に振り出して飲むので便利でお得で安全な伝統薬です。



## 酔生夢談



昨年、娘が苦勞の末にようやく自動車運転免許を取得しました。軽度の発達障害を持つ娘は、文章を読んで理解することが少し苦手です。

学科試験の問題を所定の時間内に解くのは娘にとって至難の業。

何度も試験に落ち、もう諦めてしまおうのでは...と心配したものです。

それで、試験勉強に励む娘の集中力を高め、勉強したことがきちんと脳に定着する手助けになればと、西洋人参と香口ゼア、さらに杞菊地黄丸を飲ませました。

結果、みごと合格!

娘の後日談。

「これを飲んで問題を解いてるよね、あつ、これ教科書に書いてあった!って、ちゃんとつながるんよ。」

受験生のみなさん、最後まで

ベストを尽くして頑張れ!

## 旬の薬膳

大根餅 (中国の旧正月料理)

板谷秀子の薬膳料理教室より引用

材料 (4~5人分)

- 米粉(上新粉で代用可) 300g
- 大根 10センチ幅の輪切り
- 干し貝柱 2個 (400ccの水で一晩もどす)
- 干しエビ 10片 (水で一晩もどす)
- 焼豚スライス 10枚 (細くスライスする)
- 干し椎茸 2枚 (水でもどしておく)
- 塩・ごま油・醤油各大きじ1

作り方

① 乾物は前夜からもどしておく。(もどし汁は使うので捨てないこと)

② もどした貝柱はほぐす。干しエビはきざむ。焼豚は細く切る。椎茸はせん切りにしておく。

③ 大根はマッチ棒状に切る。熱湯に一分ぐららせてザルに上げて冷ます。

④ ボウルに米粉を入れ、干し貝柱・干しエビのもどし汁で練る。(耳たぶぐらいの柔らかさ)

⑤ 塩大きじ1、②で切った具材と③の大根を④に加えて混ぜ、よく練る。(具材がパラパラ落ちる程度)

⑥ 蒸し型にクッキングペーパーを敷き、蒸し器に入れて強火で10分、中火にして30分蒸す。

⑦ あら熱が取れたらラップに包み、冷蔵庫でひと晩寝かせる。

⑧ ⑦を1センチ幅の板状に切り、熱したフライパンに油をひいて両面をこんがり焼く。(中火で4~5分)

⑨ ごま油と醤油各大きじ1を合わせたものを鍋肌に回し入れ、香りをつけて仕上げる。



今年の春節(旧正月)は二月七日です。



高血圧傾向の随伴症状：頭痛・頭重・肩こり・めまい・動悸などに 血液サラサラ 冠元顆粒

