

## Ngưu Cốt

Theo Đông y Ngưu cốt (Xương bò) có vị ngọt, tính hơi ấm, không độc, tác dụng bổ huyết ích gân xương... chữa gân xương mềm yếu, chữa loãng, trẻ em còi... Dưới dạng phối hợp cà rốt, củ cải, khoai môn, bí đỏ, củ sen hầm ăn hoặc với đậu, gạo nấu cháo đều tốt.



## Ngưu Cốt

Ngày viết: 11/01/2018 Lượt xem: 73