

## Trư Nhục

Trư nhục (Thịt nạc lợn) có vị ngọt, mặn, tính bình; vào tỳ vị thận. Có tác dụng [tư âm nhuận táo](#). Dùng cho các trường hợp nhiễm khuẩn, sốt cao, mất nước, ho khan, táo bón, đái tháo đường, suy kiệt thiếu dưỡng. Dùng 100 - 500g; nấu, hầm, chiên, nướng, quay, rang.



## Trư Nhục

1. Trị đau đầu hoa mắt chóng mặt, cơ thể suy nhược, huyết hư thiếu máu, sau khi bị bệnh dài ngày, mỗi mệt gây yếu (bổ âm, bổ huyết, bổ can thận).

Canh thịt lợn, [kỷ tử](#): Thịt lợn nạc 200g, Kỷ tử 15g, [Đương quy](#) 20g, [Đại táo](#) 10 quả, thêm nước gia vị nấu thành canh, vớt bỏ bã đương quy.

2. Bệnh sốt cao mất nước

Nước thịt lợn hầm: Thịt lợn tươi 500g thái lát to cho nước, đun to lửa, hớt bỏ váng bã, gạn lấy nước, thêm muối tiêu, gia vị, để nguội cho uống.

Ngày viết: 12/01/2018 Lượt xem: 72