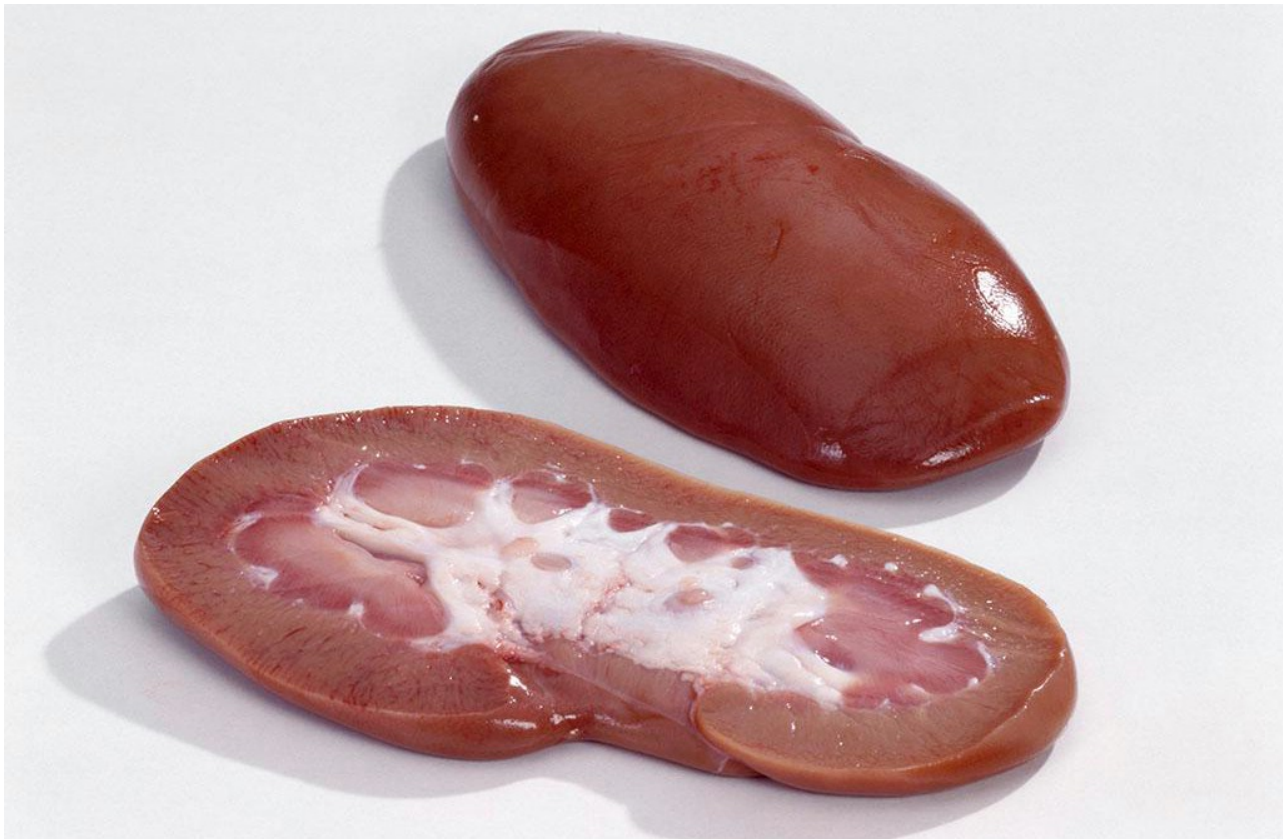


## Trư Thận

Trư thận (Bầu dục lợn) có tác dụng bổ thận, ích khí, giảm đau, lợi bàng quang chữa bạch biến, ù tai, đau lưng, phù thũng, di tinh và ra mồ hôi trộm. Bầu dục lợn là nguyên liệu quen thuộc trong nhiều món ăn. Bầu dục lợn chứa nhiều protid, lipid, canxi, phospho, sắt và các steroid...



Trư Thận

### 1. Đau lưng, di tinh

Canh súp bầu dục, sơn thù, hồ đào: Sơn thù du 10g, [Hồ đào nhục](#) 15g, bầu dục 1 đôi. Bầu dục làm sạch, mở rạch, cho dược liệu vào khâu kín, hầm nhừ, thêm gia vị.

### 2. Bị thận hư, đau lưng, mỗi gối

Bầu dục tẩm đỗ trọng nướng: Bầu dục 1 - 2 quả, bột [Đỗ trọng](#) 20 - 30g, hạt tiêu xay và muối vừa ăn. Bầu dục làm sạch, rạch miệng, tẩm ướp bột đỗ

trọng, bột tiêu, muối, dùng lá sen gói lại, nướng chín, ăn khi đói với một chén rượu khai vị.

### 3. Thận hư di tinh

Bầu dục tẩm bột phụ tử nướng: Bầu dục 1 - 2 quả, [Phụ tử](#) 3g. Bầu dục làm sạch, mở rạch, tẩm ướp với phụ tử tán mịn, dùng giấy bản thấm ướt bao gói, đem lùi cho chín, ăn khi đói, chiêu với một chén rượu.

### 4. Thận hư, đau lưng, ù tai, điếc tai, di tinh, di niệu, tiêu chảy dài ngày

Bầu dục hầm bổ cốt chi: Bầu dục 1 quả, [Bổ cốt chi](#) 10g. Bầu dục làm sạch, cùng cho vào nồi, hầm chín, thêm muối, gia vị ăn.

### 5. Lỵ dài ngày không khỏi

Bầu dục tẩm cốt toái bổ nướng: Bầu dục 1 quả, bột [Cốt toái bổ](#) 20 - 30g. Rạch mở bầu dục, bóc bỏ màng trong, cho bột cốt toái bổ vào, đem nướng chín.

### 6. Nam giới bị thận hư, di tinh, di niệu, tiêu chảy kéo dài

Bầu dục nướng tẩm bột phụ tử.

### 7. Người cao tuổi ù tai, điếc tai

Cháo bầu dục: Bầu dục 1 bộ, [Đảng sâm](#) 15g, [Phòng phong](#) 15g, gạo tẻ hoặc nếp 100g. Bầu dục làm sạch, thái lát để sẵn cùng với hành hoa, hẹ tươi lượng thích hợp. Đảng sâm, phòng phong sắc lấy nước, bỏ bã; nấu với gạo thành cháo. Xào bầu dục với hành, hẹ và thêm gia vị vừa ăn; cho vào cháo, đun lại cho sôi là được.

Canh bầu dục xuyên tiêu: Bầu dục 1 quả, [Trần bì](#) tán mịn 2g, [Xuyên tiêu](#) 30 hạt đập vụn. Bầu dục bóc màng, rửa sạch, thái lát; trộn trần bì, xuyên tiêu; nấu canh ăn khi đói

### 8. Thận hư, đau mỗi cột sống thắt lưng

Bầu dục hầm Tang ký sinh: Bầu dục 1 quả, [Tang ký sinh](#) 50g. Tang ký sinh nấu lấy nước, bỏ bã; bầu dục làm sạch, thái lát, đem nấu với nước tang ký sinh, thêm gia vị.

### 9. Chữa chứng thận hư đau lưng

Bầu dục lợn 1 cái thái nhỏ, ướp vào muối, bỏ nước tanh rồi trộn với 12g đỗ trọng nghiền bột, tiêm ăn.

Ngày viết: 12/01/2018 Lượt xem: 158