

漢法苞徳塾資料	No. 028
区分	医古文
タイトル	粥について 李時珍『本草綱目』より
著者	八木素萌
作成日	

赤小豆粥	アズキ	利小便 消水腫脚気 辟邪癘
緑豆粥	リョクズ	解熱毒 止煩渴
薏苡仁粥	ハトムギ	除湿熱 利腸胃
菱實粉粥	ヒシの実	益腸胃 解内熱
油菜粥	アブラナなど	調中下気
菠薐菜粥	ホーレンソー	和中潤燥
芹菜粥	セロリ	去伏熱 利大小腸
芥菜粥	カラシナ	豁痰辟惡
韭菜粥	ニラ	温中暖下
葱豆支粥	ソーシ	発汗解肌
松子仁粥	マツの実	潤心肺 調大腸
枸杞子粥	クコの実	補精血 益腎気
胡麻粥	ゴマ	潤腸治痺
鯉魚汁粥	コイ	消水腫
薤白粥	ラッキョウ	治老人冷利
生薑粥	ショウガ	温中辟惡

注)：葱豆支→長ネギの白い部分+乾燥した納豆