

Trà Xích Tiếu Đậu

Nhắc tới các loại đậu tốt cho sức khỏe, người ta thường nhớ đến đậu xanh với công dụng mát gan, giải độc nhưng ít ai ngờ rằng, đậu đỏ mới thực sự là "vua giải độc" trong các loại đậu. Đậu đỏ có vị ngọt, tính ấm, có tác dụng thanh nhiệt, lợi tiểu, dưỡng huyết, giải độc.

Thành phần: 100% đậu đỏ hạt nhỏ đãi sạch - không chất bảo quản, không hóa chất tổng hợp

Xuất xứ: Việt Nam

Công dụng:

- Đậu đỏ rất giàu vitamin nhóm B và mang tính kiềm nên có tác dụng nhuận tràng, thông ruột, giải độc cho ruột và gan hiệu quả. Ngoài ra, lớp vỏ ngoài màng đậu đỏ cũng chứa nhiều chất xơ có tác dụng kích thích nhu động ruột rất tốt, nhờ đó giúp loại bỏ được các chất cặn bã bám ở thành ruột, làm sạch ruột. Thích hợp cho người mắc các bệnh về đường ruột, gan, người thường uống rượu bia.
- Bổ thận, tráng dương, giải nhiệt. Nước đậu đỏ sắc thật đặc còn giúp an thần, ngủ ngon. Thích hợp cho người già khó ngủ, thận yếu, thận suy, viêm thận, viêm bàng quang.

Cách rang đậu đỏ để uống:

- Đậu đỏ trước khi rang phải ngâm trong nước sôi 5 phút rồi vớt đậu ra rang, đến khi hạt đậu nâu teo lại là chín (đậu không chín uống bị tanh và sinh bụng), xong rồi đổ ra thố đậy kín để nguội (theo Sổ tay Dưỡng Sinh trang 35).
- Nấu 3 muỗng canh trà đậu với 750ml nước để sôi 10 phút hoặc bỏ trà đậu vào bình thủy chưng nước sôi vào hầm 15 phút. Có thể nấu, hầm chung với trà gạo lứt, dùng uống ấm cả ngày. Dùng kết hợp với trà gạo lứt để làm tăng dương khí của cơ thể và bồi bổ gan thận.



Công Ty TNHH TM SX Quy Nguyên
857 Phạm Văn Đồng, Khu Phố 4,
P. Linh Tây, Q. Thủ Đức, TP. HCM
Email: info@quynguyen.com - info@quynguyen.org
Điện thoại: 0916 848 922

Thực phẩm này không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc chữa bệnh.

Roasted Adzuki Bean Tea

When talking about beans, mung bean is commonly used to detoxify liver but is surprised to know that adzuki bean is "the king of detoxification" among bean types. According Orient medicine, adzuki bean is warm property and mildly sweet, good for heat-relieving, uretic, blood tonic and body detoxification.

Ingredients: 100% red adzuki beans – no preservatives, no chemicals.

Origin: Vietnam

Health benefits:

- Red adzuki bean is rich of vitamin B, having alkaline-forming properties, so it works as a natural laxative to relieve constipation and detoxify intestines and liver. Besides, the high content of fiber in the red outer of adzuki bean can help to stimulate the bowel movement and ability of colon and intestinal cleansing. It is suitable for people who often drinks alcohol and who has problem of gastrointestinal health.
- It is a kidney and yan tonic, having a heat-relieving effect. The high concentration of adzuki bean tea can provide a good sleep and cure insomnia. So it is recommended for older people who feel hard to get sleep, have weak kidney function, kidney failure, kidney inflammation, cystitis.

Method to roast beans for making tea:

- Soak adzuki bean in boiling water for 5 min then drain off. Roast the beans at medium heat until evenly cooked which is indicated by shrunk beans (uncooked bean has a stinking flavor and cause bloated stomach). Cool down the roasted bean in a container with a cover. (Macrobiotic Booklet, p.35)
- To brew tea, add 3 tbsp of roasted beans into 750 ml water and bring to a boil for 10 min. Another way is to add the roasted beans and boiling water into a thermos bottle and infuse for 15 min. It is possible to brew adzuki beans with brown rice and serve warm all day long. The purpose of this combination is to enhance yan energy and support liver and kidney tonic.



Quy Nguyen Trading and Production Co.,Ltd
857 Pham Van Dong Street, Quarter 4,
Linh Tay Ward, Thu Duc District, HCM City
E: info@quynguyen.com - info@quynguyen.org
T: 0916 848 922

This food is not a medication, it does not have the effect of replacing medication.