

Qiu Li Zhou

Herfst peer congee

Ingrediënten

- 2 in partjes gesneden, geschilde verse peren
- 50 gram rijst
- 50 gram kleeftijst
- 10 gram kandij



Bereiding

- Breng de rijst en de kleeftijst aan de kook in 1000ml water en laat het 20min zachtjes sudderen. Voeg de peer toe en laat nog eens 20 min sudderen. Voeg daarna de kandij toe.

Eigenschappen

- Zoet en koel

Meridianen

- Long en Milt



Functies

- Bevochtigt de longen
- Transformeert slijm

Indicaties

- Beschermt de algehele gezondheid bij hoesten als gevolg van longkanker, chronische bronchitis en long ontsteking.

