

Qie Zi Er Mi Zhou

Aubergine, rijst en gierst congee

Ingrediënten

- 100 gram aubergine
- 25 gram rijst
- 25 gram gierst



Bereiding

- Was de aubergine en snij in stukken (ongeschild). Breng samen met de rijst en gierst aan de kook in 1500 ml water. Laat daarna 45 minuten zachtjes sudderen.

Eigenschappen

- Zoet, neutraal en licht astringerend

Meridianen

- Milt, Nier en Dunne darm



Functies

- Aubergine bezit tumor remmende eigenschappen
- Gecombineerd met rijst en gierst verdrijft het bloedstases
- Is pijnstillend
- Vermindert zwelling
- Remt kanker

Indicaties

- Hoge bloeddruk
- Hoog cholesterol gehalte
- Aderverkalking
- Ziekte aan de slagaderen
- Kanker
- Aambeien met bloed in de ontlasting



Shan Zha Zhou

Hagendoorn fruit congee

Ingrediënten

- 20gram vers hagendoorn fruit of 10 gram gedroogd en geweld
- 100 gram rijst



Bereiding

- Was en ontpit het fruit. Breng samen met de rijst in 1000ml water aan de kook en laat 45min zachtjes sudderen.

Eigenschappen

- Zuur, zoet, astringerend en neutraal

Meridianen

- Milt, Maag en Dikke darm



Functies

- Verhoogt de eetlust
- Stopt diarree
- Versterkt het bloed
- Verdrijft bloedstase

Indicaties

- Helpt spijsvertering en verdrijft voedselstagnatie om chronische pijn
- Slechte eetlust
- Abdominale distentie en slechte peristaltiek bij kanker patiënten
- Hoge bloeddruk
- Hoog cholesterol door aderverkalking
- Hart- en vaatziekten
- Indigestie en galstenen
- Algemene gezondheid
- Remt kanker



Yi Mi Zhou

Hato mugí congee

Ingrediënten

- 30 gram coix seeds, job's teers, yi yi ren, hato mugí
- 30 gram aduki bonen



Bereiding

- Week de aduki bonen na wassen in water en spoel de volgende dag af. Breng aan de kook in 500 ml water en sudder 1 uur. Voeg dan de coix seeds toe en breng weer aan de kook en sudder 2 uur.

Eigenschappen

- Zoet, neutraal, flauw

Meridianen

- Milt



Functies

- Draagt bij aan vitale energie
- Heeft anti-kanker eigenschappen
- Beweegt de waterhuishouding
- Filtert damp
- Klaart hitte
- Verdrijft pus

Indicaties

- Blaas-, maag-, baarmoederhals-, borst- en darmkanker en wordt gebruikt als supplement tijdens de chemo therapie.

