

YAOSHANJIU PAOZHIFA

彭铭泉 主编

实用中国药膳丛书

SHIYONG ZHONGGUO YAOSHAN CONGSHU

药膳酒泡制法



成都时代出版社

药膳酒泡制法

主 编 彭铭泉

副主编 陈述坤

编 者 彭铭泉 陈述坤 赖得辉
彭斌 侯坤 彭莉 彭红
彭年东

成都时代出版社

图书在版编目(CIP)数据

药膳酒泡制法/彭铭泉主编. —成都:成都时代出版社 2003

(实用中国药膳丛书)

ISBN 7-80548-817-7

I. 药... II. 彭... III. 药酒—配制

IV. TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 000235 号

责任编辑:李亚林

策 划:陶启君

封面设计

:席维中

版式设计

责任校对:李洁平

·实用中国药膳丛书·
药膳酒泡制法
彭铭泉 主编

成都时代出版社出版发行

(成都市庆云南街 19 号 邮编:610017)

新华书店经销 成都金星彩色印务有限责任公司印刷

850mm×1168mm 32 开 12.75 印张 250 千字

2003 年 3 月第 1 版

2003 年 3 月第 1 次印刷

印数:1—3000 册

ISBN 7-80548-817-7/R·2

定价:18.80 元

电话:(028)86619530(综合类) 86613762(棋牌类) 86615250(发行部)

作者简介

彭铭泉,男,1933年出生于重庆市。大学文化,中医药膳教授。他从1980年开始从事中国药膳科研工作,在国内外有关报刊上发表药膳论文三百余篇,并出版药膳专著三十余部,其代表作有:《中华饮食文库》丛书中的《中国药膳大典》,系国家“八五”重点图书;《中国药膳大全》获“四川省优秀科普作品”一等奖;《中国药膳学》获四川省人民政府重大科技成果奖。这些作品连同他的其他七部药膳专著被成都市博物馆收藏;《大众药膳》荣获1984、1985年西北、西南地区优秀科技图书一等奖。此外,由日本株式会社永云社出版的《中国药膳菜谱》(日文)、台湾元气斋出版社出版的《愈吃愈聪明——简易美味药膳》、台湾文光图书有限公司出版的《中国药膳学》、香港星辉图书有限公司出版的《中老年保健药膳》等,均成为畅销书,深受国内外读者欢迎。

彭铭泉教授的卓越成就,在于发掘了我国食疗这一瑰宝,他对众多中医古籍精心研究,撰写了不少药膳专著,使我国中医学中零星的食物资料系统化、科学化、社会化、大众化,填补了中医学的一个空白。

彭教授不仅著书立说,他还把这些药膳理论用于临床和实践,于1980年创办了我国第一个药膳餐厅——成都同仁堂药膳餐厅,深受中外顾客赞赏;他的成果用于保健食品工业中,如排石饮、虫草鸡、双鞭壮阳汤、枸杞酒等,解除了许多病人的痛苦,一些产品还远销日本,深受欢迎。

1990年,彭教授应日本富士山医科大学邀请,赴日进行了为期3个月的学术交流和讲学活动;1992年,又应香港一洲集团有限公司庄永竞董事长邀请,赴香港讲学,并担任药膳高级顾问;同时,他还接收了日本、韩国、美国等十多个国家崇拜中国药膳的人为弟子,传授中国彭氏药膳的制作方法,把中国药膳这一宝贵文化遗产,传播到世界各地,此举深受海外人士的好评。

彭铭泉教授现任中国药膳研究会常务理事、中国中医药学会药膳专业委员会顾问、中国保健食品协会顾问、四川省药膳协会副会长、中国药膳学会成都分会主任委员、成都大学药膳专业客座教授。

序

药膳为食疗的一种。自古即有食医、疫医、疡医和兽医四医并称,而食医为之首。当时食医仅为宫廷安排膳食之需。今能普及于平民百姓,这也是既有继承,又有创新之举。

近代药膳专家彭铭泉教授,把药膳理论与临床实践相结合,不仅国内独创,而且名扬海外,在韩国、日本、东南亚以及我国港澳台地区也享有很高的声誉。

这次彭铭泉教授又以科普读物形式写成新著《实用中国药膳丛书》,有《高血压心脑血管病药膳》《糖尿病药膳》《肝·肺·癌病药膳》《性功能保健药膳》《药膳酒泡制法》和《四季养生药膳》,皆通俗易懂,易学易做。连贯起来具有系统性,分别单行具有独特性,是一套完整的不可多得的养身保健丛书。

我与彭铭泉教授相识三十余年,对其钻研精神深为钦佩,其实践精神更胜我一筹。一日,我出差成都,打开电视正看到他在讲四季养身药膳,讲解清楚,通俗易懂,人人皆可按图索骥,若如法炮制,便可养身保健。

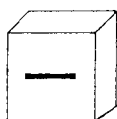
我曾为彭教授之专著题词曰:“药膳防病于未然,疗疾起于沉疴。”确为肺腑之言也。

中国中医研究院研究员
北京中医药大学名誉教授
谢海洲

目 录

一、药膳酒的制作方法	(1)
(一)药膳酒制作的准备	(1)
(二)药膳酒制作的方法	(2)
1.冷浸法	(2)
2.热浸法	(2)
3.隔水煮炖法和回流法	(2)
4.酿酒法	(2)
5.渗滤法	(3)
6.药食蒸馏法	(3)
(三)药膳酒的贮存保管	(3)
二、药膳酒用药物炮制方法	(4)
(一)炮制的目的	(4)
(二)炮制的方法	(5)
三、药膳酒的应用与注意事项	(11)
四、性功能障碍药膳酒方剂	(12)
(一)滋阴补肾药膳酒剂	(13)

(二)补肾壮阳药膳酒剂	(51)
五、抗老延年药膳酒方剂	(111)
六、祛风除湿药膳酒方剂	(148)
七、活血化淤药膳酒方剂	(223)
八、健脾养胃药膳酒方剂	(286)
九、治跌打损伤药膳酒方剂	(313)
十、妇女保健药膳酒方剂	(329)



药膳酒的制作方法

中国药膳酒,是在中医药和中国药膳学理论指导下,用酒和中药相配合,通过浸制加工而成的,具有防病治病、保健强身作用的色香味美的酒剂。这种酒剂在继承和发掘祖国药酒的基础上,不断得到总结和提高,现在更加理论化、系统化和科学化,更能适应国内外广大读者的需要。

(一) 药膳酒制作的准备

药膳酒制作前,首先要有药膳酒的配方。配方要根据其疾病的不同、病况、环境等选择;根据配方购买中药材,对中药材要进行炮制(另有“药膳酒用药物”介绍);一般选用白酒、黄酒、米酒或果酒;此外酒度计、糖度计(需加糖时用)、量杯、漏斗等,都应一一准备妥当。

购买酒时要慎重,千万不能买到假酒,否则会带来严重后果,轻者眼睛失明,重者死亡,其原因是假酒中含有很多甲醇的成分,饮用后,可能产生中毒。

(二)药膳酒制作的方法

1. 冷浸法

药膳酒冷浸法最适宜家庭制作,其方法是把药料按配方(药材与酒)比例,将药料放入陶瓷或瓦罐内(多时要用绢包扎),再倒入白酒或其他酒,密封盖口(用砂子盛入塑料袋内,外用红布包裹),待一周至一月即成。花类药材需浸制一周,根茎类药材需浸制二周,动物类药材需浸制三周至四周即可饮用。

药膳酒在浸泡中,头三天每天要用竹或棒搅拌,以便药材成分溶解到酒中。

2. 热浸法

热浸法一般是针对不易溶解于酒的中药材,必须经过加热,中药材的有效成分才溶解于酒中,因此,其制作方法是:首先将中药材切制好,放入砂(瓦)锅中,加入酒,用文火煎煮 25~30 分钟,停火,再放入容器内储存浸泡 1~2 周,再经过滤,装瓶即成。

3. 隔水煮炖法和回流法

隔水煮炖法是将中药材切制、炮制好后,放入小型砂(瓦)罐内,再加水适量,置于盛有水的大锅中,用小火炖煮 3~5 天即成。

此外,对不溶于水或难溶于乙醇的中药材,还可采用回流冷却提取法,把提取到的中药有效成分再与白酒或果酒混匀饮用。

4. 酿酒法

酿酒法是将中药材经炮制加工后,加入适量水煎煮,取其药液,掺入糯米(煮熟),再与酒曲拌匀,置于发酵容器内,加盖密封,保温(冬天 7~10 天,夏天 3~5 天),待发酵后,过滤,去渣即可饮用。

5. 渗滤法

渗滤法适用于中药厂规模化生产,其方法是将药材粉碎成粉,用水湿润,然后装填到渗滤器内,每装一次药粉,随即摊匀,用平面物压平,上端加重力压好;然后开始加酒过滤,过滤出来的酒就是可以饮用的药酒。

6. 药食蒸馏法

方法同酒厂白酒或曲酒制作工艺,把药物与粮食共同蒸煮,发酵,蒸馏出药酒。比如,笔者与泸县酒厂研制的“苡仁酒”就是在粮食的基础上,加入苡仁,配制蒸馏所得“苡仁大曲”销售去日本,在日本市场非常走俏。

(三)药膳酒的贮存保管

药膳酒的贮存保管十分重要,若贮存保管不当,致使酒变质,影响治疗效果;药酒如果受污染,坚决不用,以防中毒。具体贮存保管方法是:

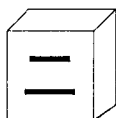
盛装药膳酒的容器最好选用陶瓷制作的、口小肚大的容器;少量药膳酒可用玻瓶盛装。无论何种容器,盖子必须盖严,以防漏气,失去药效。

盛装药膳酒的容器上要贴上标签,注明名称、功效、数量、制作时间、制作人姓名,以免混淆。

药厂或酒厂生产出来的药膳酒最好埋藏于土内,(罐口露出),使药酒溶酯更加完全,味道更加醇美。

存放药膳酒时,不能靠近汽油、煤油、天然气及有刺激性气味的物品,以防错食或使药膳酒变质、变味。

药膳酒贮藏仓库的室温,应保持在 15℃~20℃ 为宜。



药膳酒用药物炮制方法

(一)炮制的目的

药膳酒在制作前,都必须对所用的药物(或食物)进行炮制;使其符合防病治病及药膳酒的需要,制作出药效好药酒。其炮制目的是:

1. 降低或消除药物毒性或副作用。为了保证药膳酒应用的安全,必须在制作前对具有毒性或副作用的药物进行炮制处理,以降低或消除毒性或副作用。如半夏生服能使人呕吐、咽喉肿痛、失声等,经炮制后可减轻这些毒性反应。

2. 转变药物的性能,使之有选择地发挥作用。不同的药物,有不同的性味,为了应用的需要,须通过炮制转变药物的性能。如生地性寒味甘、苦,具清热凉血、养阴生津之功,而炮制成熟地则性温,专施补血滋阴之效。

3. 提高药物的效用。如茯苓经乳制后可增强滋补及回枯生血的作用。香附醋制后有助于引药入肝,更有利于治疗肝经疾病。“天麻鱼头”中的天麻,以川芎、茯苓、米泔水炮制后,再放入米饭中

蒸,可增强天麻的疗效。

4. 分开药物的不同部位,有区别地发挥各自的作用。有些药物因所用的部位不同,其效用也各异。如莲子具有补脾止泻、益肾固精的作用;而莲心则清心之热邪;莲房用于止血去湿。

5. 矫臭矫味,增强药酒的鲜味。某些药物有特殊的不良气味,不易为人们所接受。

6. 除去杂质和异物,保证药膳酒纯净。药物往往都带有一定量的泥沙杂质。因此在制酒前需要通过严格的分离、清洗,达到一定的净度。

7. 保证药膳酒的质量,利于工业生产。为了避免某些含挥发性成分的药物受热后有效成分的损失,以及机械化生产的需要,对某些药物采用现代科学技术提取有效成分,分离制成一定的剂型,以保证药膳酒质量稳定,用量准确,同时有利于工业化生产。如将当归、白术、肉桂用蒸馏法制成芳香水,银花制取银花露,冬虫夏草提汁等。

(二)炮制的方法

常用的炮制方法有:净选、浸润、切制、炮炙四种。

1. 净选

选取药物的应用部分,除去杂质和非药用部分,以适应药膳酒的要求,根据药物的不同情况,可选用下列方法处理。

(1)挑选或筛选:拣除或筛去药物中的泥沙、杂质,除去虫蛀、霉变品等。

(2)刮:刮去表面的粗皮和附生的杂物。如杜仲、肉桂刮去粗皮等。

(3)火燎:将药物在火焰上短时烧燎,使药物表面绒毛迅速受

热焦化,而药物内部不受影响、再刮除焦化的绒毛或须根。如狗脊、鹿茸火燎后刮去茸毛等。

(4)去壳:去壳的方法因物而异,为了药物用量准确,常在临用时砸破去壳,以净仁投料。如白果、核桃等去壳取仁,柯子、乌梅去核取肉,动物去蹄壳爪掌等。

(5)碾:是碾去药物外表非药用部分,或将药物、食物干燥后碾成粗粒或细粉。如刺蒺藜、苍耳子炒碾去刺,又如人参、淮山药研成细粉等。

2. 浸润

浸润是药物炮制最常用的水制法。药物炮制是否得当,水制关系极大。由于许多有效成分大都能溶于水,若处理不当,很易造成药物有效成分损失,因此,凡是需水制处理的,都应根据动、植物品种的不同性质、特点,分别予以处理。当泡则泡,当快洗的不应久洗,以保证药膳酒质佳效高。常用的水制法有洗、泡、润、漂等。

(1)洗:用清水或温水除去药物表面附着的泥土或其他不洁物。绝大多数药物都要经过本法处理后,再经其他方法炮制处理,再切制成所需要的规格。

(2)泡:将质地较坚硬的药物放在水中浸泡一定时间,使其吸入适量水分,达到软化目的。泡的时间的长短,应视药物的大小、质地以及季节、温度而定。一般质坚体粗大者宜久泡,体细小者宜少泡。春冬气温低时宜久泡,夏秋气温高时宜少泡。总之,在水泡药物过程中,必须注意泡的时间不宜太长,避免药物在泡的过程中,其有效成分流失而降低效能。

(3)润:对不宜用水浸泡的药物采用水润使之软化。无论是淋润、泡润,还是伏润、露润,都是使用液体辅料或水分徐徐渗入药物组织的内部,以达到既软化药物又不影响质量的目的。

①水润:如清水润燕窝、虫草、贝母,温水润发蘑菇、银耳等。

②奶汁浸润:将药物用奶汁如牛奶、羊奶浸润。

③米泔水浸润:将药物用米泔水浸润,其目的是去燥性而和中。如米泔水润苍术、天麻等。

④药汁浸润:药汁浸润是药物制药膳酒制作方法之一;如吴萸汁浸黄连等。

⑤米汤浸润:将药物用米汤浸润;如米汤润天冬、茯苓等。

⑥碱水浸润:采用饱和石灰水或用5%碳酸钠溶液浸泡;如碱水润发鹿筋、鹿鞭等。

(4)漂:对某些有毒性或有异味的药物,采用水漂使其在水中停留较长的时间或加其他辅料以减低毒性,如半夏等。处理时间根据药物的性质及季节气候的不同,决定漂的时间长短和换水次数。冬春每日换水1次,夏秋每日换水2~3次;一般漂3~10天即可。

另外有些药物,为了便于保存而用盐浸渍,因而使药物中含有大量的盐分,在应用前需要将盐分漂去,如盐肉苁蓉等。有的应漂去血腥臭,如紫河车等。有的应漂去苦涩味。

(5)焯:将药物置沸水中微煮,以便能搓去种皮为度,如杏仁、扁豆去皮等。用焯法可去血水、膻臭味,如熊掌、鹿筋、牛鞭等。

3. 切制

将净选软化后的药物根据其质地不同及泡酒要求等情况,切制成一定规格的片、块、丁、节、丝等,或按需要制成一定的形状,供药膳酒制作用。切制的基本要求是:

(1)切制必须适合泡酒的要求。由于泡酒的方法多种多样,因而切制的形状、大小、厚薄应根据需要而定。

(2)切制时要注意掌握刀工技巧,所切制的块、片、丁、丝、条或其他形状,都应整齐划一、粗细均匀、厚薄一致、长短相等。

4. 炮炙

经过净选、浸渍、切制后的药物,由于需要的不同,须依法炮炙。按照加热的温度和辅料的不同可分为炒制、煮制、蒸制、炙制。

(1)炒制:将药物、食物置锅内加热,不断翻动,炒至所需的火候。通常有以下几种方法:

①清炒法:本法不加辅料,根据需要又分为炒黄、炒香、炒焦等,通过掌握炒的时间和火候给予控制。

①炒黄:将药物放入锅内用文火加热,不断翻动,炒至香脆,其表面呈淡黄色或比原色稍深。其目的是使之体质松脆,便于粉碎和煎出药性,并能去除不良气味。如炒鸡内金,文火炒至酥泡卷曲、有腥气溢出为度。

②炒香:将药物放于锅内,用文火炒至有爆裂声和有香气为度。如炒芝麻等。

③炒焦:将药物放入锅内,用中火翻炒至外黑为度。如糊米、焦山楂等。

②麸炒法:先将锅加热,倒入麦麸,不断翻炒至微冒烟,加入药物急速翻动,炒至表面显微黄色或较原色稍深为度。取出筛去麦麸,冷却后收存。采用此法可减少药物中的油脂或燥烈的性味,避免引起呕吐,可以增强健脾益胃作用。如炒川芎、白术等。

③米炒法:将大米或糯米与药物同置锅内,加热拌炒,使全部药物受热均匀,以米炒至黄色为度。其目的是增强健脾和胃作用,如米炒党参。

④盐或砂炒法:先将经过油制的河砂或粗盐,倾入锅内炒烫,再加入药物炒至表面鼓起并酥脆为度,筛去砂或盐,其目的是使骨质、甲壳、蹄筋、干肉皮或质地坚硬的药物经过砂或盐炒,除去腥气或使药物酥松,易于泡酒。

(2)煮制:按照药物的不同性质和炮制要求,将其与辅料置于

锅中加水共煮(水淹过药面),煮至水尽透心或反复煮制等。煮制的目的是消除毒性、刺激性或涩味,减少副作用。煮制时要注意两点:①煮制时间的长短,应根据药物而定,一般煮至中心无白色或刚透心为度。②加水量的多少,需要吸干浓汁的,用水量不宜太多;需煮透心的,加水量不宜过少。

另外,加入其他辅料和药物同煮,目的是转变其性能,便于二次炮制或泡酒。如煮制远志,取净远志 500 克加甘草 30 克捣成泥同煮,加水量以淹过药面为度,煮至水干,拣去甘草后取出干燥即得。

(3)蒸制:将药物置于适当容器中,蒸至透心或达到规定的要求。如蒸黄精、何首乌等。

为了便于保存,易于干燥,采收的某些新鲜药物应经过蒸制,一般蒸至冒圆汽透心,以免在干燥过程中霉变而降低疗效。如蒸制鲜白果、鲜女贞等。

(4)炙法:将药物和液体辅料共同加热,使辅料进入药物内部的制作方法。

①酒炙法:根据药物的不同,按比例取食用白酒或黄酒,加入适量的清水,将药物拌匀稍闷;待酒被吸尽时,倒入锅内徐徐加热,用文火炒至变色为度。如酒炒白芍,取白芍片 500 克,加白酒 30 克,加适量的清水,将药拌匀稍闷,用文火炒至微黄色为度。

②盐炙法:将食盐用适量清水溶解后澄清,把药物拌匀稍闷,待盐水被吸尽,晾至微干,炒至微黑为度。也可先将药物炒至一定程度时,再喷淋盐水炒干。如盐炒杜仲,取杜仲 500 克,加食盐 10 克,加水溶化拌匀稍闷,待被吸尽,倾入锅中加热炒至表面焦黑为度。

③油炙:取食用植物油放入锅内加热,加入药物炸至酥脆为度。油炙可以使药物体质酥脆,易于打碎,泡制时增强其功用。

④药汁炙：根据药物的不同，用辅料熬汁或用酒、醋等液体辅料，将药物浸透后，再按具体要求分别用炒、蒸、煮、漂等方法炮制。药汁炙可以改变药物性能，增强疗效。如药汁炙黄精，取黄精 500 克，洗净后切厚片；用黑豆 50 克熬取浓汁后与黄精同煮，豆汁以平药面为度，沸后用文火煮至水尽，取出晾至半干，入甑蒸至圆汽后，再续蒸 6 小时；取出晒至半干，将甑脚水拌入，再蒸至圆汽后 4 小时，取出干燥即得。

⑤醋炙：如延胡索经醋炙后，其有效成分生物碱能形成盐而易溶解于水，因此，能加强活血、理气、镇痛的作用。