

中国药膳精选2

酒 类 饮 料

彭铭泉 编著 ◎ 珠海出版社

秋
汇中国3000年传统食疗精华
良药可口
滋补强身

◆ 中国药膳精选 2

药

◆ 酒类饮料药膳 60 种 ◆

膳

彭铭泉 编著 / 珠海出版社

图书在版编(CIP)数据

酒类饮料药膳 60 种(中国药膳精选 2)/ 彭铭泉编著. —珠海: 珠海出版社,
2004. 1

ISBN7-80689-153-6

I. 酒... II. 彭... III. ①药酒—食物疗法 ②饮料—食物疗法 IV. R247. 1
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 101095 号

酒类饮料药膳 60 种

(中国药膳精选 2)

© 彭铭泉编著

终 审: 罗立群

责任编辑: 冯建华 胡昌雄

装帧设计: 冯建华

摄影: 王 红 杨 英 王超兮

电脑制作: 罗玉先

出版发行: 珠海出版社

社 址: 珠海市银桦路 566 号报业大厦三层

电 话: (0756) 2639330 邮政编码: 519002

网 址: <http://www.zhcb.com>

E-mail: zhcb@zhcb.com

印 刷: 珠海壹朗印刷有限公司

开 本: 850 × 1168mm 1/24

印 张: 3.25 字数: 15 千字 彩图: 110 幅

版 次: 2004 年 1 月第 1 版

2004 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 5000 册

ISBN7-80689-153-6/R·32

定 价: 18.00 元

版权所有 翻印必究

前言

药膳酒剂的历史较为悠久。在我国古代的甲骨文中就有“鬯其酒”的记载，就是指用芳香药材郁金酿黑黍制成的酒。

古代的“醫”字下半部是个“酉”（酒）字，可见，古人对酒在医疗上的应用是十分广泛的。酒具有通血脉、去寒气、行药势等功效。

药膳酒剂的制法，一般分冷浸法、热浸法和药米同酿等三种方法。冷浸法：就是把药料按比例浸泡在白酒中，经常摇动，一般在一周至一月则可饮用。热浸法：就是把药料和酒同煎一定时间，然后再冷却储存备用。药米同酿法：就是把药料或药汁与米同煮后，再加酒曲经过发酵制成含糖分较高的甜酒。

患肝肾疾病的人不能饮用药膳酒剂。饮用药酒时，一定要按规定剂量饮用，不可多饮。

药膳饮料是以质地轻薄或具有芳香挥发成分的药用植物的花、叶、果实、皮、茎枝、细根，经切薄或打成细末为原料，用沸水冲泡而成的具有保健疗效的液体。

药膳饮料对色、香、味的要求是：保持天然颜色和香气味道，不另加色素和调味品。

该书所写的药膳方剂，既有古方，又有创新；每个菜品、汤羹，既有配方、功效，又有制作方法，照方制作，可收到较好疗效。这些药膳菜肴、汤羹，所用药物在药店都可买到，所用辅料、肉类、蔬菜，在集贸市场易于取得，而自制方法一看就懂。该书知识性与实用性并重，重点突出，深入浅出，图文并茂，通俗易懂。希望该书成为您的朋友。

这里特别指出的是，凡属国家保护动、植物，应加以保护，不得随意取食。必须炮制的药物，请到中药店购买炮制好的再使用。

本书适用于一般家庭成员，保健工厂工作人员，餐厅酒店工作人员，医务人员，厨师，患者和药膳食疗爱好者阅读。

彭铭泉

2003年8月

于彭氏药膳研究所

目 录

前言	3	薏苡仁酒	23
概述	6	天门冬酒	24
黄精酒	8	对虾酒	25
桑椹酒	9	乌鸡酒	26
茵陈酒	10	地黄酒	27
百部酒	11	茯苓酒	28
灵芝人参酒	12	薯蓣酒	29
人参枸杞酒	13	温肺脐酒	30
三蛇酒	14	红花酒	31
橘红酒	16	丁香煮酒	32
菊花酒	17	青梅煮酒	33
白花蛇酒	18	丹参酒	34
灵芝丹参酒	19	黄药酒	35
巨胜酒	20	鹿茸酒	36
五加皮酒	21	海马酒	37
仙灵脾酒	22	多鞭酒	38

黄花菜饮	39	羊乳饮	55
雪梨饮	40	牛乳饮	56
甘蔗马蹄饮	41	螃蟹饮	57
山楂麦芽饮	42	龙眼洋参饮	58
青皮麦芽饮	43	龙眼枣仁饮	59
桂皮山楂饮	44	黑豆小麦饮	60
双核饮	45	人参核桃饮	61
双花饮	46	黄花菜马齿苋饮	62
丁香酸梅汤	47	一味薯蓣饮	63
蜂蜜香油汤	48	五汁饮	64
五神汤	49	三草饮	66
七鲜汤	50	香椽浆	67
太子奶饮	51	柿叶饮	68
灵芝薄荷饮	52	黑豆红花饮	69
鲜奶玉露	53	附：药膳常用药物	
山里核桃茶	54		

概 述

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古代药酒的基础上，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。根据配方购买中药材，然后对中药材进行炮制；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（可用沙子盛入塑料袋内，外用红布包裹），待一周至一月即成。花类药材需浸制一周，根茎类药材需浸制两周，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，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 日，夏天 3~5 日），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”销售到日本，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；少量药膳酒可用玻璃瓶盛装。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 $15^{\circ}\text{C} \sim 20^{\circ}\text{C}$ 为宜。

(四) 注意事项

药膳酒是我国中医药的瑰宝，适用范围广，既可疗疾，又可保健；既可美容润肤，又可抗老延年；既可外用，又可内服。服用方便，吸收快，疗效高，且制作简便，又便于保存。因此，广泛利用药膳酒，开发药膳酒有很好的前景。虽然药膳酒好处很多，但饮用时必须注意以下事项：

1. 饮用药膳酒治病时，必须遵照医生吩咐的酒名、次数、数量饮用。
2. 饮用药膳酒养生、保健、美容时，要有限量，不宜多饮。特别是人参、鹿茸酒，热性大，过量会使人流鼻血。
3. 糖尿病、心血管病、高血压病患者，不宜饮用药膳酒，以免加重病情。若饮用治疗性药酒，必须遵医嘱。
4. 儿童、孕妇、乳母、经常流鼻血（鼻衄）、心脏病、肾炎、肝炎、肝硬化，溃疡、肺结核等患者严禁饮用药膳酒，以防意外事故发生。
5. 外用药酒不得内服。比如，过去饮用的雄黄酒，毒性大，饮用易中毒，不能饮用。
6. 饮用药膳酒时，要在饭后或睡眠前饮用，若能将酒温服更妙。
7. 药膳酒在治疗疾病时，要根据病情选用。

黄精酒

■ 配 方 ■

黄精·····	20 克
白酒·····	500 克

制作:

① 将黄精洗净，切片，装入纱布袋内，扎紧口，放入酒罐内。

② 将白酒倒入酒罐内，浸泡30天后，即可饮用。

功效: 益脾祛湿，乌发，润血燥。适用于面肢浮肿，发枯变白，肌肤干燥易痒，心烦急躁而少眠等症。



桑 椹 酒



■ 配 方 ■

鲜桑椹·····	100 克
白酒·····	500 克

制作:

- ① 将桑椹洗净，捣汁，装入纱布袋内，扎紧口，放入酒罐中。
- ② 将白酒倒入酒罐中，盖好盖，浸泡 3 天后，即可饮用。

功效: 利水消肿。适用于因肾阴不足、水热内阻而引起的下肢浮肿，小便不利，关节作痛，耳鸣，目眩，口渴，舌苔发白等症。



茵陈酒

■ 配 方 ■

茵陈蒿……………250 克
秫米（高粱米）……适量
酒曲……………适量

制作：

① 先将茵陈蒿炙黄，切成1厘米长的细节，置锅内熬成汁，每次加水适量，共熬三次，去渣，合并煎液。

② 将秫米淘洗干净，放入药液内，加水适量，煮成七成熟，用竹箕沥干水分。

③ 将煮过的秫米放蒸锅内，待上圆气时取出，稍晾冷，即将酒曲均匀放入秫米饭中。

④ 将秫米装入瓷坛内，四周用棉絮等保温，发酵5~7天即可（夏天时间短，冬天时间要长）。

功效：祛风湿，缓筋急。适用于风湿阻滞引起的筋骨挛急等症。

百部酒



■ 配 方 ■

百部	60 克
白酒	500 克

制作:

① 将百部洗净，切片，放在热锅内炒制，然后装入纱布袋，扎紧口，放入酒罐中。

② 将白酒倒入酒罐中，盖好盖，浸泡 7 天后，即可饮用。

功效: 润肺止咳。适用于肺病咳嗽，气阴虚，干咳少痰，面色苍白，时而畏寒，骨蒸手足心热等症。



灵芝人参酒

■ 配 方 ■

菌灵芝·····	75 克
人 参·····	25 克
冰 糖·····	500 克
白 酒·····	1500 克

制作:

- ① 将菌灵芝洗净，切薄片，人参切斜片。
- ② 将菌灵芝片、人参片装入酒坛内，加白酒 500 克，加冰糖三分之一，浸泡 5 天，每天搅动一次，滤出浸液；再加入白酒 500 克，冰糖三分之一，同上法浸泡；第三次同上法。
- ③ 合并三次滤液，静置 3 天，滤取上清液饮用。

功效: 益肺气，利口鼻，强志壮胆。适用于肺癆久咳，痰盛，肺虚气喘。

人参枸杞酒

配 方

人参	20 克
枸杞子	350 克
熟地黄	100 克
冰糖	400 克
白酒	10 公斤

制作:

① 人参去芦头，用湿布润软，切片；枸杞除去杂质，装纱布袋内，扎紧口。

② 将冰糖放入锅中，用适量水加热溶化至沸，微炼至黄色时，趁热用纱布过滤去渣。

③ 将白酒装入酒坛内，再将人参片和枸杞布袋放入酒中，加盖密封，浸泡 10~15 天，每日翻动搅拌一次，泡至参杞色淡味薄，用纱布滤除沉淀，加入冰糖汁搅匀，再过滤澄清，即可饮用。

功效：大补元气，安神固脱，滋肝明目。适用于劳伤虚损，少食倦怠，惊悸健忘，头痛眩晕，阳萎，腰膝酸痛等症。



三蛇酒

■ 配 方 ■

乌梢蛇·····	150 克
大白花蛇·····	20 克
脆蛇·····	10 克
生地黄·····	50 克
冰糖·····	500 克
白酒·····	10 公斤

制作:

① 将三种蛇剥去头，用酒洗润，切短节，干燥；生地黄洗净，切碎。

② 将冰糖置锅中，加入适量的水，置火上加热溶化，待糖液变成黄色时，停止加热，趁热用纱布过滤去渣。

③ 将白酒装入酒坛中，再将炮制好的三种蛇和生地黄倒入酒中，加盖封严。浸泡 10~15 天，每天搅拌一次，到期后开坛过滤澄清，加入冰糖汁，充分拌匀，再滤一遍，即可饮用。

功效: 祛风湿，透筋骨，定惊痫。适用于风湿瘫痪，骨节疼痛，四肢麻木，半身不遂，须发脱落等症。





橘 红 酒

■ 配 方 ■

橘红	30 克
白酒	500 克

制作:

① 将橘红洗净，切成2厘米宽的块，装入纱布袋内，扎紧口，放入酒罐中。

② 将白酒倒入罐中，盖好盖，浸泡7天后，即可饮用。

功效: 化痰止咳。适用于慢性气管炎，哮喘等症。

