

老婆靓汤

Fang bing zhi bing tang pu

防病治病

汤谱



健体强身

珠海出版社



北芪党参水鸭汤

材料：

北芪25克，防党参25克，淮山25克，水鸭1只，猪肉200克，姜2片。

做法：

1. 北芪、防党参、淮山洗净。
2. 水鸭处理干净，放入滚水内煮

5分钟，取出洗干净。

3. 猪肉洗净飞水。
4. 水9杯或适量煲滚，将北芪、防党参、淮山、水鸭、猪肉、姜片加入煲滚，改文火煲3小时，加入适量食盐调味。



花 胶 煲 鸡

材料：

花胶100克，瘦鸡1只，玉竹50克，红枣6粒，陈皮1/4片，姜2片，葱2条，酒1汤匙。

做法：

1. 花胶先用清水浸8—10小时，再与浸花胶水同煲30分钟，关火焗至水凉，取出。浸花胶用的器皿不能有油，否则花胶会溶掉。

2. 花胶浸软切块，水4杯煲滚加入姜1片、葱2条、酒1汤匙及花胶同煮10分钟，取出沥干水分。

3. 瘦鸡处理洗净，放入滚水内飞水，取出洗干。

4. 陈皮浸刮瓤。红枣洗净去核。玉竹洗净。

5. 水9杯或适量煲滚，加入花胶、瘦鸡、玉竹、红枣、陈皮、姜煲滚，改文火煲3小时，加适量食盐调味。



象拔蚌淮山老鸽汤

材料：

象拔蚌肉200克，淮山100克，圆肉1汤匙，瑶柱2粒，老鸽1只，陈皮1/4片，姜2片。

做法：

1. 象拔蚌肉洗干净，飞水。
2. 淮山、圆肉、瑶柱洗干净。

3. 老鸽处理干净，放入滚水内煮5分钟，取出再洗干净。
4. 陈皮浸软刮瓢。
5. 水9杯或适量煲滚后，将象拔蚌肉、淮山、元肉、瑶柱、老鸽、陈皮、姜片加入煲滚，改文火煲3小时，加适量食盐调味。



雪梨南北杏煲猪肉

材料：

雪梨2个，无花果4粒，南杏2汤匙，北杏1茶匙，猪肉600克，陈皮1/4片。

做法：

1. 雪梨洗净，连皮切开4份，去掉心。
2. 无花果、南北杏洗净。
3. 猪肉洗净，放入滚水内煮5分钟，取出洗干净，沥干水分。
4. 陈皮用清水浸软，刮去瓤。
5. 水9杯或适量煲滚，将雪梨、无花果、南杏、北杏、猪肉、陈皮放入煲内煲滚，改文火煲2个半小时，加盐调味。



蚝豉节瓜煲猪肉

材料：

蚝豉100克，猪肉600克，节瓜500克，淮山25克，蜜枣3粒，姜1片。

做法：

1. 蚝豉用热水浸软，洗净，用少量油炒香姜片及蚝豉，沥

油待用。

2. 猪肉飞水，过冷河。节瓜刮去表皮，洗净。

3. 取真空煲内锅，注入清水8杯煮滚，放入全部煲汤材料煮20分钟，将内锅移入外锅中，置3小时，取内锅煮15分钟，下盐调味即可，



云苓白术去湿汤

材料：

云苓50克，白术25克，扁豆衣25克，猪脊骨500克，蜜枣6粒，陈皮1角。

做法：

1. 猪脊骨放滚水内飞水，过冷河。陈皮用水浸软洗净。
2. 取真空煲内锅，注入清水8杯煮滚，放入全部煲汤材料，煮20分钟，将内锅移入外锅中，置3小时，取内锅煮20分钟，下盐调味即可。



粟米红萝卜响螺汤

材料：

新鲜粟米2支，红萝卜400克，急冻响螺头600克，瘦肉400克，姜1片。

做法：

1. 响螺头解冻，放滚水内烫一会，取出刮去污物，取出肠脏后洗净。

2. 瘦肉洗净，飞水。红萝卜去皮，切块。粟米撕去外皮洗净。

3. 取真空煲内锅，注入清水8杯煮滚，放入全部材料煮滚。再煮20分钟，将内锅移入外锅中，置3小时，取内锅煮20分钟，以食盐调味即成。



金针鱼头浓汤

材料：

大鱼头1个，瘦肉200克，金针50克，姜2片。

做法：

1. 金针用水浸软，洗净。瘦肉洗净，切片。
2. 鱼头去鳃开边，洗净。烧

热少量油，下姜片及将鱼头略煎，沥油。

3. 取真空煲内锅，注入清水6杯煮滚，放入鱼头、瘦肉片、金针和姜片煮15分钟，将内锅移入外锅中，置2小时，取内锅煮15分钟，加盐调味即可。



目 录

第一篇 水产类疗疾汤

- 雪梨南杏仁海蜇汤..... (3)
- 龟板海参汤..... (3)
- 杏仁川贝水鱼汤..... (4)
- 芫荽葱白鱼片汤..... (5)
- 川芎白芷炖鱼头..... (6)
- 柿饼百合鲫鱼汤..... (6)
- 地骨皮牡蛎汤..... (7)
- 肉苁蓉海参汤..... (8)
- 干姜细辛紫河车汤..... (9)
- 半枝莲田螺汤..... (10)
- 辛夷花鱼头汤..... (11)
- 党参龙眼肉黄鳝汤..... (11)
- 燻豆首乌塘虱鱼汤..... (12)
- 荜拨藁本鲍鱼汤..... (13)



- 锁阳龟肉汤····· (14)
- 枸杞根龟肉汤····· (15)
- 川芎黄鳝汤····· (16)
- 胡桃雪耳炖海参····· (17)
- 田七芡实龟肉汤····· (18)
- 薏苡仁水蛇羹····· (18)
- 番茄豆腐鱼丸汤····· (19)
- 人参黄芪炖生鱼····· (20)
- 山药枸杞炖水鱼····· (21)
- 茺蔚子螺肉汤····· (22)
- 桑叶桑椹蚌肉汤····· (22)
- 珍珠母蚌肉汤····· (23)
- 黄精天冬龟肉汤····· (24)
- 枸杞菟丝子泥鳅汤····· (25)
- 黑燻豆黄鳝汤····· (25)
- 红参冬葵子生鱼汤····· (26)
- 川芎首乌鱼头汤····· (27)
- 决明鲍鱼汤····· (28)
- 覆盆子鲍鱼汤····· (28)
- 茜草乌龟汤····· (29)
- 芡实泥鳅鱼汤····· (30)
- 花生章鱼汤····· (31)
- 淡菜墨鱼汤····· (31)
- 淡菜芡实墨鱼汤····· (32)
- 黄芪苧麻根鲤鱼汤····· (33)
- 葛根鲢鱼汤····· (34)





枸杞子鱼鳔羹·····	(34)
芫荽鱼片汤·····	(34)
淮山鸡内金鳝鱼汤·····	(35)
党参红枣鳝鱼汤·····	(36)
黄芪鳝鱼羹·····	(37)
橘皮胡椒鲫鱼汤·····	(37)
草薹鲫鱼汤·····	(38)
山楂山药鲤鱼汤·····	(39)
首乌炖海参·····	(39)
玉米须蚌肉汤·····	(40)
车前草蚌肉汤·····	(41)
首乌炖水鱼·····	(42)
龙眼肉炖水鱼·····	(42)
溪黄草泥鳅汤·····	(43)
蒲公英泥鳅汤·····	(44)
丁葵草生鱼汤·····	(45)
半边莲鲫鱼汤·····	(45)
夏枯草海蜇汤·····	(46)
首乌龟肉汤·····	(47)
田七炖金钱龟·····	(48)
玉米蚌肉汤·····	(49)
海参虾肉汤·····	(49)
参茸枸杞子炖龟肉·····	(50)
黄芪薏苡仁乌龟汤·····	(51)
熟地枸杞子炖鳖鱼·····	(52)
黑豆胡桃仁塘虱鱼汤·····	(52)



黑豆鲤鱼汤·····	(53)
冬瓜鳢鱼汤·····	(54)
山药芡实炖鱼肚·····	(55)
海藻蛎肉汤·····	(55)
桑叶螺肉汤·····	(56)
玄参龟肉汤·····	(57)
黄芪桂皮鲈鱼汤·····	(58)
百合红枣龟肉汤·····	(59)
川芎白芷炖鱼头·····	(59)
茼蒿鱼丸汤·····	(60)



第二篇 家禽类疗疾汤



苏叶生姜鸡蛋汤·····	(63)
香花菜鸡蛋汤·····	(63)
藿香苏叶鸡蛋汤·····	(64)
苏叶杏仁鸡蛋汤·····	(65)
冬虫夏草炖水鸭·····	(65)
鸭梨杏仁鹅肉汤·····	(66)
苍耳子乳鸽汤·····	(67)
藿香菖蒲鸡肉汤·····	(68)
五加皮乌骨鸡汤·····	(68)



川芎三七鸡肉汤·····	(69)
冬虫夏草山药鸭肉汤·····	(70)
钻地风鸽肉汤·····	(71)
川乌黑豆鸡肉汤·····	(71)
三七鸡肉汤·····	(72)
密枣鸡肉汤·····	(73)
土茯苓鸭肉汤·····	(73)
当归乌贼鹌鹑汤·····	(74)
夏枯草海带鸽肉汤·····	(75)
黄花菜木耳鸡肉汤·····	(75)
杏仁川贝老鸭汤·····	(76)
鱼胶炖水鸭·····	(77)
肉苁蓉鹌鹑汤·····	(77)
五加皮鹌鹑汤·····	(78)
锁阳萸肉鹌鹑汤·····	(79)
沙蒺藜鸡肉汤·····	(80)
夏枯草鸡肉汤·····	(80)
灵芝龙眼肉鸡肉汤·····	(81)
三七红参鸡肉汤·····	(82)
冬虫夏草鹿霜鸡肉汤·····	(83)
当归熟地鸡肉汤·····	(83)
枸杞叶鸡肝汤·····	(84)
桑寄生黑豆鸡蛋汤·····	(85)
仙茅仙灵脾炖乳鸽·····	(86)
当归黄芪乌鸡汤·····	(86)
首乌黄芪乌鸡汤·····	(87)



- 当归鹿茸炖鸡·····(88)
- 莲子仙茅炖乌鸡·····(89)
- 党参黄芪炖乌鸡·····(89)
- 鹿茸炖乌鸡·····(90)
- 麦芽山楂鸡蛋羹·····(91)
- 黄芪鹌鹑汤·····(92)
- 高良姜香附鸡肉汤·····(92)
- 栗子竹丝鸡汤·····(93)
- 胡椒根鸡肉汤·····(94)
- 砂仁鹅肉汤·····(95)
- 山楂鹅肉汤·····(96)
- 首乌红枣鸡蛋汤·····(96)
- 田七洋参炖鸡肉·····(97)
- 人参附子炖鸡肉·····(98)
- 粟米鸡茸羹·····(99)
- 海参鸭肉汤·····(99)
- 山药玉竹白鸽汤·····(100)
- 人参石膏鸡肉汤·····(101)
- 洋参鸡肉汤·····(101)
- 当归首乌鸡肉汤·····(102)
- 寄生首乌鸡蛋糖水·····(103)
- 百合鸡子黄汤·····(103)
- 沙参玉竹炖蜆鸭·····(104)





第三篇 畜肉类疗疾汤

冬虫夏草百合炖胎盘·····	(107)
柴葛瘦肉汤·····	(107)
苦瓜莲叶瘦肉汤·····	(108)
岗梅根瘦肉汤·····	(109)
西洋菜瘦肉汤·····	(109)
剑花瘦肉汤·····	(110)
百合雪耳瘦肉汤·····	(111)
沙参麦冬瘦肉汤·····	(112)
生姜杏仁猪肺汤·····	(112)
白菜干猪肺汤·····	(113)
鱼腥草猪肺汤·····	(114)
桑白地骨皮猪肺汤·····	(115)
罗汉果猪肺汤·····	(115)
地蚕猪肺汤·····	(116)
雪梨川贝猪肺汤·····	(117)
山萸肉熟地猫肉汤·····	(118)
白术白芍兔肉汤·····	(118)
党参苕拔兔肉汤·····	(119)
花生生地兔肉汤·····	(120)
党参附子狗肉汤·····	(121)
白果罗汉果瘦肉汤·····	(121)



山药茯苓猪肚汤·····	(122)
肉豆蔻猪肚汤·····	(123)
莲子芡实牛肚汤·····	(124)
黄芪川芎羊肉汤·····	(124)
鹿茸川芎羊肉汤·····	(125)
附子桂枝鹿肉汤·····	(126)
巴戟狗肉汤·····	(127)
狗脊骨仁仲汤·····	(128)
仙茅瘦肉汤·····	(129)
木瓜猪脚汤·····	(129)
接骨木猪骨汤·····	(130)
附子鹿筋汤·····	(131)
续断鹿筋汤·····	(132)
鹿衔草鹿肉汤·····	(132)
胡萝卜马蹄竹蔗汤·····	(133)
马铃薯红枣兔肉汤·····	(134)
石上柏瘦肉汤·····	(135)
蜗牛瘦肉汤·····	(135)
白果参竹炖瘦肉·····	(136)
白胡椒猪肚汤·····	(137)
莲子薏仁猪腩汤·····	(138)
细辛狗肉汤·····	(138)
附子泽泻狗肉汤·····	(139)
五加萸肉猪耳汤·····	(140)
鹿角牛膝猪腰汤·····	(141)
黄芪党参牛肉汤·····	(142)

