

煎じ薬の作り方

- 用意するもの：土瓶・耐熱ガラス
※金属(特に鉄器)は不向き

「1日1袋」を毎日煎じる

- ①耐水性の土瓶を用意し、水を600mlと薬1日分をその中へ入れます。
 - ②弱火で水が約半分になるまで煮詰めます。40分が理想的です。
※ふきこぼれ防止のため、フタはしません。
※すぐこげてしまうので弱火～中火でコトコト煮だします。
 - ③温かいうちに、湯飲みに注いだら出来あがり。下に溜まった生薬は茶こし等で取り、上澄みだけを服用しましょう。
煎した後の液は必ず冷蔵庫で保管してください。
- ※冷めてしまったら、電子レンジで(20-30秒)温めなおし飲んでもらって問題ありません。

保管方法
湿気を防ぎ、
冷蔵庫で
保管してく
ださい。

