

黨參北芪紅棗雞湯

功效：

健脾益胃、補中益氣、養血安神。

材料：(四人份量)

| | |
|----|-----|
| 雞 | 1隻 |
| 黨參 | 30克 |
| 北芪 | 20克 |
| 紅棗 | 3粒 |
| 生薑 | 2片 |

製法：

1. 將黨參和北芪洗淨浸泡至軟身以便出味，再剪成小塊。
2. 紅棗洗淨去核。
3. 雞去頭去尾，切件洗淨，用薑葱汆水，完成後瀝去水份備用。
4. 所有材料放進鍋中注入2公升沸水，大火煮沸後以小火煮2小時。

