2019/12/10 公開

うなぎの薬膳的効能と使い方

うなぎの旬は１０月～１２月。
薬膳では元気を補いたい時などに使われています。

○うなぎの薬膳的効能

・元気を補う
・血を補う
・血の巡りを良くする
・筋骨を丈夫にする

○こんな子におススメ

疲れやすい、貧血ぎみ、足腰の弱りを感じる子に。

○調理方法

柔らかく煮てご飯にトッピングする。

○注意したい事

蒲焼きになっているものは塩分が濃いので避けてください。
目立つ骨は取り除いてから与えましょう。

記事監修：日本ペット中医学研究会 https://j-pcm.com/
食材を与える場合は体調を考慮しながら与えるようにしてください。