



2025/01/08 公開

## お麩の薬膳的効能と使い方

お麩は小麦粉のデンプン質を除いたものです。良質なタンパク質が摂取できます。薬膳では食欲不振の時などに使われています。

### ○お麩の薬膳的効能

- ・余分な熱を取り除く
- ・胃腸を元気にする
- ・イライラを緩和する
- ・渴きを止める

### ○こんな子におすすめ

熱感がありイライラしやすい、口が渇く、食欲不振の子に。

### ○調理方法

お水で戻し、ご飯やスープにトッピング。

### ○注意したい事

体が冷えている、下痢をしている時は控えめに。

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。