

# 養生茶

## 材 料 >

軍功田媽媽魚腥草茶1包/10公克、桂圓肉8個、  
枸杞10公克、紅棗5個、開水250cc

## 作 法 >

將所有材料放到水中煮開，熄火再加入魚腥草茶包，泡3~5分鐘即可飲用。

冠軍——台中市農會軍功家政第二班



經典美饌

5