

Cháo hoa Cúc

Tác Giả: Tráng Văn

Thứ Sáu, 15 Tháng 7 Năm 2011 16:53

Có nháng lúc cåm giác ngäi bä nóng Mät đä ghèn, ăn uáng cháng tháy ngon



Cháo hoa cúc giäi nhiät nghe hay hän
Là các loäi thuäc Tây mä thäng bäo.

Hoa cúc träng, lá dâu, hä cô thäo
Räa xong đun trong näc khoäng näa giä
Läc bä bã, và giä läi näc cä
Đem näu väi gäo tä cùng đäu vän

Theo đông y, hoa cúc vä : ngät/đäng
Tính häi hàn, thanh nhiät giúp mát gan
Chäa: mät đä, chóng mät cũng khá nhanh
Dùng liên tiäp mät tuän tác däng tät.

Cháo chín nhä näm näm thì dä tä
Xäi đäng phän cät yäu càng mát thêm
Ai nhuän träng, tuyät đäi tránh không nên
Ăn nhiäu nhä, coi cháng Tào Tháo rät.

20100529