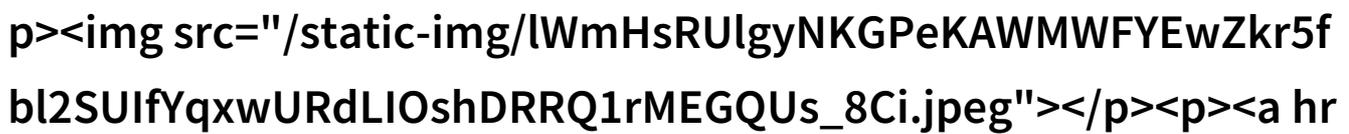


温饮黄酒美容养颜护心脏

黄酒中含有丰富的矿物质、低聚糖等，具有保护心脏、美容养颜、舒经活血等功效。凉喝具有消食化积、镇静等作用，但从健康角度来说还是烫一下喝更好，因为在烫热的过程中，黄酒中所含的少量对健康有害的物质，如甲醇、醛、醚类物质等，会随着温度的升高而挥发掉。此外，黄酒烫热喝还具有驱寒除湿、活血化淤的功效，对腰背疼痛、手足麻木和震颤、风湿性关节炎及跌打损伤患者有一定疗效。温饮的方法一般分为两种：一种是将盛酒器放入热水中烫热；另一种是隔火加温。烫酒时温度不要过高，否则酒精挥发，会失去其醇香，一般将黄酒隔水烫到70℃左右。如果在黄酒中加入姜丝或话梅，会使酒液更醇美，营养效果更好。一般来说，人们可先把酒隔水烫到70℃左右，然后等其冷却到38℃左右再饮用，因为此时喝酒味更加甘爽醇厚、芬芳浓郁。



[下载本文pdf文件](/pdf/1659-温饮黄酒美容养颜护心脏.pdf)