

น้ำว่านกาบหอย

ว่านกาบหอยเป็นไม้ประดับใบสีม่วง ใช้ใบทำน้ำดื่ม

วิธีทำ : 1. ล้างใบว่านกาบหอยให้สะอาด

2. หั่นใบว่านกาบหอยขนาด 1/2 นิ้ว

3. ต้มใบว่านกาบหอยให้เดือด 15 นาที

4. กรองใบว่านกาบหอยด้วยผ้าขาวบาง

5. ใส่มะนาว น้ำตาลทรายและเติมเกลือป่น

6. กรองน้ำอีกครั้ง

7. เวลาเสิร์ฟ ใส่น้ำแข็ง ช่วยดับกระหายได้ ดื่มตอนร้อนจะช่วยบรรเทาอาการไอ เจ็บคอ



ประโยชน์ที่ร่างกายจะได้รับ

คุณค่าทางยา มีสรรพคุณแก้ร้อนในกระหายน้ำ แก้ไอ แก้เจ็บคอ