

新闻标题：大麦茶合适哪一阶段哪一人群饮用？

新闻出处：

新闻内容： 大麦茶在日韩十分盛行，韩国家庭大多以大麦茶为首要茶饮，在日本握挡店喝大麦茶，用以肃清吃生鱼片后口中的异味。中国人冬天考究进补，饮食往往以鸡鸭鱼肉为主，在大快朵颐后，喝一杯浓浓的大麦茶，不只可以去油腻，还能促进消化。并且，热腾腾的大麦茶具有养胃、暖胃的效果，合适各类春秋段的人群饮用。除此之外，大麦茶还不会弄脏您的茶具，污染您的牙齿，长时间饮用大麦茶能起到养颜、减肥的结果。散装的大麦茶可以用锅煮着喝，一把大麦茶加上两升水，煮15分钟左右。假如是袋装的大麦茶，用滚水冲泡即可。休养生息：女人养生应该由内而外，传统养生认为睡觉是第一大补。民间有好多俗语：“一夜好睡，精神百倍；彻夜难睡，浑身疲惫。”“睡个好觉，有如吃个母鸡。”睡觉为什么如此重要？那就是老子讲的“一阴一阳谓之道。”晚间睡觉是休养生息，养精蓄锐；白天工作学习是能量的释放。阴阳各半，缺一不可。想了解更多请关注大麦茶批发官网<http://www.maibaosp.com>