

濃縮梅汁製作

- ✓ 梅精一瓶
- ✓ 溫水一杯(8 oz)
- ✓ 黑糖少許(適個人情況). 如有血糖問題(糖尿病)者, 建議使用有機代糖.

作法:

1. 將梅精挖出 倒入果汁機中
2. 倒入溫水一杯
3. 加少許黑糖
4. 將 1-3 倒入果汁機中打勻即可
5. 請將濃縮梅汁倒入玻璃瓶中冷藏 (因有加水所以濃縮精需要放入冰箱)

每次喝 用一湯匙的梅汁 加入一杯的溫水或冰水 亦可將濃縮梅汁用於烹飪上



Meiganic International

Chino Hills, CA 91709

Phone: 909-393-3988 Fax: 909-393-3788 Website: www.meiganic.com