



**Způsob přípravy:** Připravte si cca 1/2 litru vody na vývar a použijte kousky dle potřeby. Vařte asi 30 minut na mírném ohni.

Vývar i s kousky je možno přidávat do jídel čínského charakteru.

Je potřeba dodržovat tradiční čínský způsob přípravy, to jest nepoužívat kovové předměty během celé doby přípravy, vařit ve skleněné či keramické nádobě, a k míchání a cezení použít dřevěné, případně umělohmotné předměty.

**Složení:** klouby kořene lotosu (*Nelumbo nucifera*)

**Dávkování:** maximální denní dávka je 5 g.

Země původu: Čína

---