

Phụ nữ khi có tuổi, “chuyện ấy” không còn mặn mà, nhiệt tình như thời trẻ nữa. Hiện tượng đó khiến nhiều ông chồng không chịu nổi dù vợ yêu vẫn luôn đi ăn “nem”. Vợ thì thắc mắc sao các bà vẫn không tìm tòi, học hỏi, khám phá công nghệ mới để làm có đũa trong tay của mình, đó là chế biến các món ăn vừa ngon lại bổ dưỡng và có tác dụng kích thích ham muốn tình dục.



Trứng chim bồ câu, giảm bông: trứng chim bồ câu 10 quả, giảm bông 50g, rau mùi, hành, gừng, bột đao để dùng. Trứng chim bồ câu luộc chín, bóc vỏ, rán vàng. Giảm bông thái miếng, đun sôi vớt ra. Phi thơm hành mỡ, đổ giảm bông và trứng vào xào qua, đổ nước có pha bột đao để tạo độ sánh cho món ăn, đun sôi nêm gia vị, bắc ra cho hành, rau mùi là dùng được. Món ăn có vị ngọt, tính ôn. Có tác dụng bổ thận, ích khí huyết, có tác dụng thúc đẩy cơ thể cung, nâng cao khả năng tình dục.

Sâm thái tím hầm thịt gà: gà mái 1 con, đông trùng quy, sâm thái tím 30g, gừng, hành, nước, bột canh để dùng. Thịt gà làm sạch, mổ moi, bỏ nội tạng. Cho đông trùng quy, sâm thái tím và các gia vị vào bụng gà, khâu kín. Cho gà vào nồi, đổ nước hầm như nấu cháo khi gà chín là dùng được. Món ăn có tác dụng ích khí bổ tinh, đởn tỳ. Người suy nhược, rong huyết, thiếu máu, không thích tình dục nên sử dụng món ăn này.

Bánh táo đỏ, sụn dẹt: bột mì 1kg, táo đỏ 500g, kê nếp kim 50g, hoài sụn dẹt 100g, gừng khô 10g, muối, hành hoa, dầu ăn để dùng. Kê nếp kim nghiền nhỏ. Các vật thuốc khác rửa sạch cho vào nồi hầm như nấu cháo trong vòng 1 tiếng. Cho bột mì và bột kê nếp kim trộn lẫn vào nhau và trộn cùng nước thuốc. Cho muối, hành vào trộn đều, nặn thành từng viên bánh. Cho chảo lên bếp đun nóng già, đổ dầu ăn vào rán vàng. Nấu chín ăn 1 lần. Món ăn có tác dụng bổ trung ích khí, lợi tiểu tiện, tăng cường khả năng tình dục.

BS. Đào Minh S n