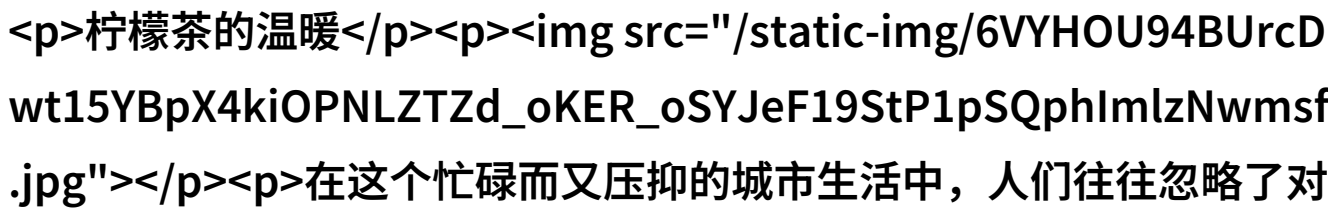


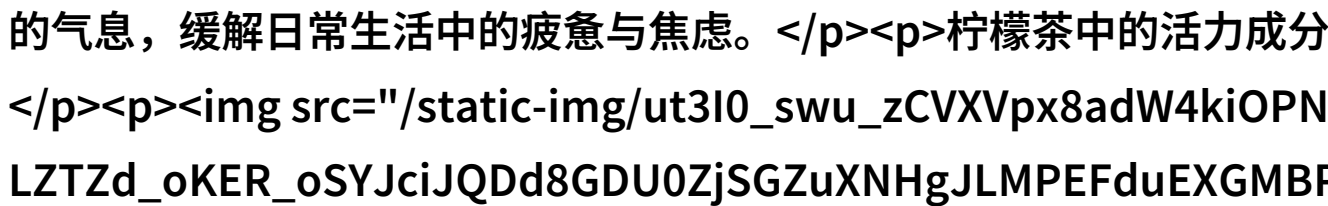
柠檬茶的温暖

柠檬茶的温暖

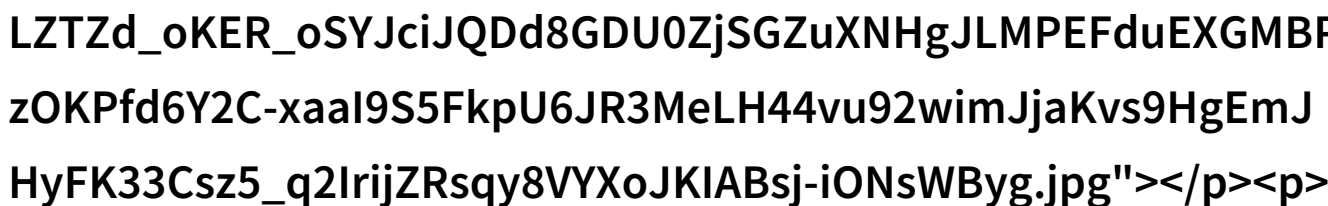


在这个忙碌而又压抑的城市生活中，人们往往忽略了对身心健康的关注。然而，一杯简单的柠檬茶，却能为我们带来一丝清新的气息，缓解日常生活中的疲惫与焦虑。

柠檬茶中的活力成分

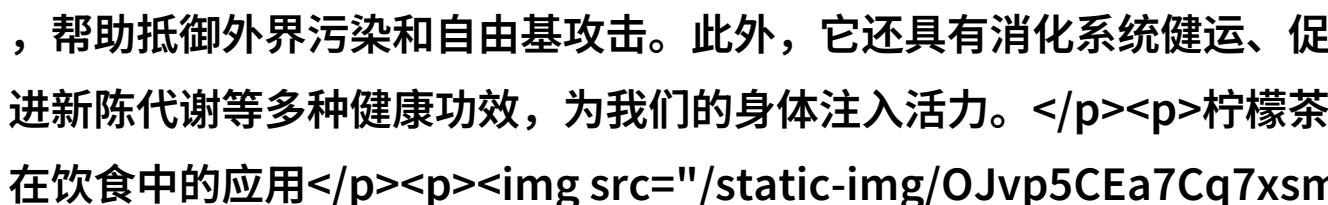


柠檬富含



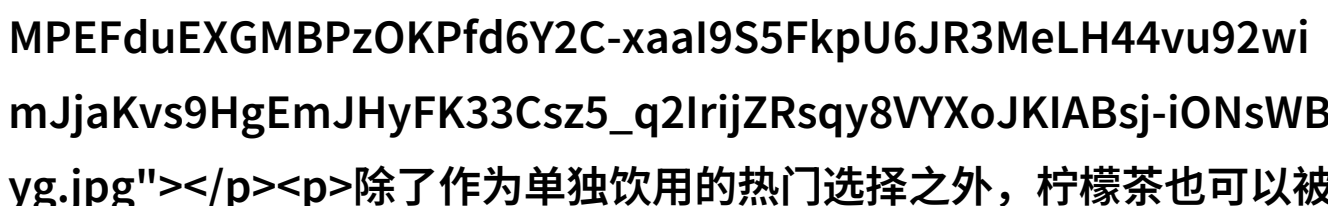
维生素C和抗氧化物质，这些有益成分能够有效地增强免疫力，帮助抵御外界污染和自由基攻击。此外，它还具有消化系统健运、促进新陈代谢等多种健康功效，为我们的身体注入活力。

柠檬茶在饮食中的应用



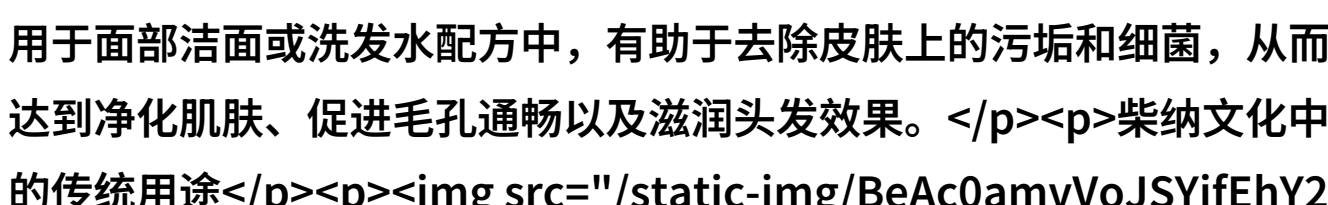
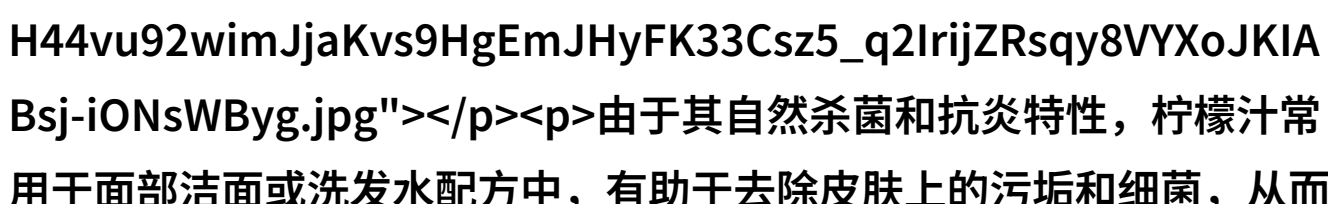
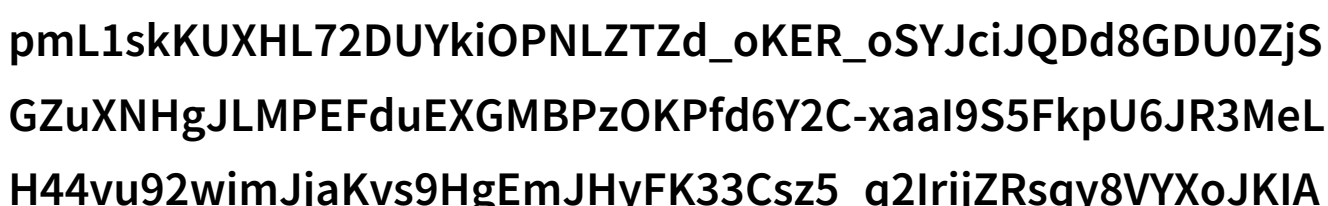
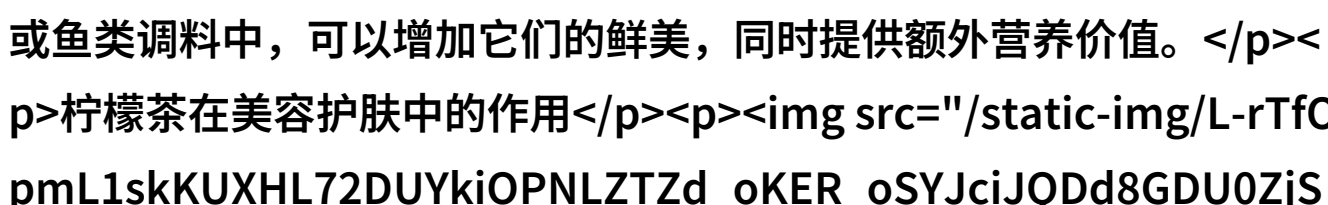
除了作为单独饮用的热门选择之外，柠檬茶也可以被融入各种烹饪中，以其独特的风味提升菜肴。例如，将柠檬汁加入鸡肉或鱼类调料中，可以增加它们的鲜美，同时提供额外营养价值。

柠檬茶在美容护肤中的作用



由于其自然杀菌和抗炎特性，柠檬汁常用于面部洁面或洗发水配方中，有助于去除皮肤上的污垢和细菌，从而达到净化肌肤、促进毛孔通畅以及滋润头发效果。

柴纳文化中的传统用途



VR4kiOPNLZTZd_oKER_oSYJciJQDd8GDU0ZjSGZuXNHgJLMPEF
duEXGMBPzOKPfd6Y2C-xaal9S5FkpU6JR3MeLH44vu92wimJJaK
vs9HgEmJHyFK33Csz5_q2IrijZRsqy8VYXoJKIABsj-iONsWByg.jpg

></p><p>在柴纳文化里，柚子（一种类似于西瓜但味道更甜且酸度较低的一种水果）长期以来被认为是避邪驱病的良药。在古时候，每当大病流行时，便会大量采集并制作成各式各样的药膳，用以治疗感冒、咳嗽等疾病。</p><p>如何制作优质柚子水</p><p>将切碎后的新鲜橙皮放入一个空瓶内，然后倒上高质量白酒或者米酒，使其充分接触并静置数周，这样可以从橙皮提取出丰富香气与营养，再过滤后即可得出清爽透亮的大师级别橙花水，其品质远超市售产品，可用于蒸煮时使用，或直接享用作饮品。</p><p>让你的家具焕然一新——利用大师级别橙花水进行自然防腐处理方法。</p><p>通过将橙花水喷洒到家具表面，并让它自然晾干，不仅能够给家庭环境增添一抹清新气息，还能起到一定程度防止木材变形或虫害侵袭，从而延长家具寿命。</p><p><a href =

"/pdf/832754-柠檬茶的温暖.pdf" rel="alternate" download="832754-柠檬茶的温暖.pdf" target="_blank">下载本文pdf文件</p>>