

Cây riềng: Gia vị, vị thuốc

Tác Giả: Bác sĩ Nguyễn Huyền
Thứ Hai, 07 Tháng 2 Năm 2011 15:21

Cây riềng là cây cỏ a cây riềng. Cây riềng là loại cây nhỏ, thân rễ mọc bò ngang, dài.

Cụm hoa mọc trong màu trắng, mép hồng tím, kèm hai lá bắc hình mo, mặt màu xanh, mặt màu trắng. Lá không cuộn, có bìa, hình mác dài.

Cây riềng có tên là phong khố, cao lương khố, tiều lương khố, có khá (Thái), kimsung (Đào).

Ở nước ta, cây riềng mọc hoang và được trồng khắp nơi, không chỉ dùng làm gia vị mà còn được sử dụng làm thuốc. Bộ phận làm thuốc rễ (củ) phơi khô.

Cách chế biến: Đào rửa, rửa sạch đất, cắt bỏ rễ con rồi cắt thành từng đoạn 2-3cm, phơi khô. Rễ được dùng cả trong y học hiện đại và y học cổ truyền.

Theo nghiên cứu hiện đại, thành phần hóa học của riềng có khoảng 1% tinh dầu, có mùi thơm long não, chứa yohimbin và methylxinnamat. Ngoài ra, còn có chất dầu và cay gọi là galangolol được dùng để làm thuốc kích thích tiêu hóa, chữa đày hòi... Trong y học cổ truyền, củ riềng có vị cay thơm, tính ấm vào hai kinh tỳ và vị, có tác dụng ôn trung, giảm đau, tiêu thực ăn chữa đau bụng do lạnh, phong thấp, sốt rét, hòi, lang ben...

Cách rửa gừng: Gừng rửa sạch, vớt ra để ráo nước

Tên khoa học: *Zingiber officinale*;: Bác sĩ Nguyễn Huy Hùng
Thị trấn: Hải, 07 Tháng 12 năm 2011 15:21

