

実用 体質薬膳学 第1版第3刷 訂正箇所

p119 下から4行目

材料：もち米80g，エビ2本，かぼちゃ50g，にら1本，生姜の薄切り3枚，くるみ15g，
とうもろこし15g，醤油小さじ1，紹興酒小さじ1，塩少々

→ 材料：もち米80g，エビ2本，かぼちゃ50g，にら1本，とうもろこし粒20g，生姜の
薄切り3枚，くるみ15g，醤油小さじ1，紹興酒小さじ1，塩少々

p120 上から1行目 エビ，とうもろこし，生姜を加える。

→ エビ，とうもろこし粒，生姜を加える。

p120 上から6行目 痰湿を取り除く。

→ 痰湿を取り除く。とうもろこしは平性で健脾利湿によって痰湿も取り除く。