

# 薑片番薯糖水

功效：  
驅寒暖身

材料：（二人份量）

番薯	2個
生薑	40克
清水	1000毫升

製法：

1. 番薯去皮切粒，放進清水浸泡（避免變黑），備用。
2. 生薑洗淨，切片，以刀背拍打。
3. 先將薑片及番薯粒放入鍋中注入滾水，大火煮滾後，轉中小火煮約30分鐘，至番薯軟腍。
4. 可選擇加片糖半片（最後放入煲至溶化）。

