

nom francais	chinois	saveur	nature	méridien	type	action majeure	posologie	Action
fromage	LAO	doux, acide	neutre	---		humecter la sécheresse		- enrichir l'énergie et harmoniser le Centre produire des L.O. et humecter la sécheresse, -clarifier la chaleur - éliminer la toxine de l'alcool
beurre crème fraîche fromage		doux	tiède	---				- tonifie le sang - chasse le froid
lait yaourt fromage maigre		doux, acide	neutre	E, P, G.I.				- nourrir le Yin - tonifier l'énergie - tonifie le sang - renforce l'Estomac poumon bronches - lubrifier intestins - produire liquide organiques
lait de brebis ou de chèvre	YANG RU YANG NAI	doux	tiède	P, E		humidifiant		- tiédir, humecter et tonifier la déficience - nourrir le YIN et nourrir l'Estomac - tonifier et enrichir l'Entraille Reins - humecter l'Intestin et désobstruer les selles
jaune d'oeuf	JI ZI HUANG	doux	neutre	C, R				
oeuf de caille	AN CHUN DAN	doux	neutre	---		QI		- tonifier l'énergie et enrichir le sang - fortifier les tendons et renforcer les os
œuf caille		doux	neutre					- tonifier l'énergie et enrichir le sang (BU QI YI XUE), - fortifier les tendons et renforcer les os (QIANG JIN ZHUANG GU).

nom francais	chinois	indication association
fromage	LAO	rougeur des yeux, XIAO KE, soif intense, diarrhée, dysenterie récidivante. - éclampsie : DOU FU + LOO g de sucre, 200 ml, 6 fois par jour. - asthme bronchique : faire cuire 500 g de DOU FU avec une tasse de jus de radis frais, à prendre en 1 fois, plusieurs jours de suite.
beurre		- période de croissance
crème		- effort physique
fromage fraîche		- fatigue générale frilosité
lait		- alimentation nourrisson enfant
yaourt		surmenage physique faiblesse organisme
fromage		- indigestion constipation
maigre		ulcère estomac
		- sécheresse des bronches toux sèche
		insomnie dépression psychique cauchemar
lait de brebis ou de chèvre	YANG RU YANG NAI	déficience des Reins, -nausées, hoquet. - dermatite due au vernis, aphte et ulcérations dans la bouche : en usage externe. - amaigrissement dans les maladies de consommation (XU LAO), ou déficience du YIN de l'Estomac, bouche sèche, XIAO KE, vomissements,
jaune d'oeuf	JI ZI HUANG	
oeuf de caille	AN CHUN DAN	maladies chroniques, affaiblissement chez la personne âgée, palpitations, insomnie, amnésie, timidité, vertiges, fatigue physique, mauvais appétit. - maladie cardiaque par vent humidité, inflammation des articulations, douleur lombaire et faiblesse des jambes chez les personnes âgées.
œuf caille		Indications et associations : - maladies chroniques, affaiblissement chez la personne âgée, palpitations, insomnie, amnésie, timidité, vertiges, fatigue physique, mauvais appétit. - maladie cardiaque par vent humidité, inflammation des articulations, douleur lombaire et faiblesse des jambes chez les personnes âgées.

nom francais	chinois	saveur	nature	méridien	type	action majeure	posologie	Action
œuf de poule	JE DAN ou JE ZI	doux	neutre	C,R			1 - 3 oeufs.	<ul style="list-style-type: none"> - tonifier la déficience et traiter l'amaigrissement - humeder et nourrir la gorge - nourrir le YIN et nourrir le sang - nourrir le sang et calmer le fœtus - calmer le SHEN et harmoniser l'Estomac -humecter la sécheresse Jaune d'oeuf - nourrir le YIN et nourrir le sang - humecter la sécheresse et éteindre le vent
blanc d' œuf poule		doux	froid					
jaune d' œuf poule		doux	neutre tiède					
œuf entier poule		doux	neutre					
blanc d'oeuf	JI ZI BAI	doux	frais	---				

nom francais	chinois	indication association
œuf de poule	JE DAN ou JE ZI	affaiblissement et amaigrissement physiques après maladie et après accouchement, convalescence des maladies fébriles, maladies de la chaleur avec agitation interne, soif intense du post-partum, agitation du fœtus, anémie, déficience de YIN, blessures, brûlure, neurodermatite, psoriasis, rougeur des yeux, protection de la voix, toux sèche, voix rauque, douleur à la gorge, pharyngite, etc - affaiblissement corporel après accouchement, vertiges, éblouissements, agalactie
blanc d' œuf poule		
jaune d' œuf poule		
œuf entier poule		
blanc d'oeuf	JI ZI BAI	