https://www.douyin.com/video/6875158573538610443

# 标题:## 关键字: 陈皮柠檬膏 #自制 #入秋 #清热生津 #祛湿 #在家就能做 @抖音小助手  
## 作者: 迷罗元和堂  
## 视频ASR文本:  
 这会教给大家做什么呢做这么一个陈皮柠檬膏今我们教给大家自己做啊这个东西呢清热啊生津啊止渴呀也还有这个祛湿的作用用这么几个材料柠檬冰糖和陈皮 这三样怎么做呢就是我们拿一斤柠檬一斤半冰糖大家记住了啊十五克陈皮用这个量先把柠檬给它洗干净去籽纸带皮带肉然后把柠檬切成薄片然后冰糖打成小碎块我们用隔水蒸 铺一层柠檬一层冰糖一层柠檬一层冰糖就这么给他铺到那个罐里面铺满了以后最上面这一层把陈皮给他切成细丝撒在上面 然后盖上盖搁水蒸小火蒸多久呢蒸十二个小时每次喝的时候用筷子夹两片柠檬出来温水一冲这会是极好的 小朋友也能喝家里的男女老少都能喝一喝银行呢所有的产品呢都是始于教学都是在教学过程中啊我教给大家怎么做后来好多同学反映哎呀自己做太麻烦了干脆老师你来给我们做吧后来就有了这些东西