《同乐餐饮》能量满满

发布日期 2022-11-18
【编者按：凤凰园的《同乐餐饮》由彭祖主持；彭祖是中国历史上第一位养生祖师、气功祖师和烹饪祖师。《同乐餐饮》是通过大同师尊的超时空全方位信息法来接受彭祖的厨艺信息进行教学的。在两年多的时间里，《同乐餐饮》教授了《功夫米饭》、《平安果汁》、《植物养生油》等几十种能量食谱。健康蔬食，能量满满，有益于园友们的修炼和提升】
下面为一位在美国读书的凤凰园园友的分享：
疫情期间，我从美国回国，有幸在大理呆了两年。
在此期间，我每周都有机会跟随园友们一起学习并吃到美味的能量餐。
今年九月份，我重新回到美国上大学后，我发现我的味觉似乎彻底改变了。以前最喜欢吃的生鱼片波奇饭变得奇腥无比，各种外卖也变得难以下咽。
在我无比怀念能量餐饮的时候，胡师姐通知我可以加入学子斋堂的求学群学习能量餐的制作了!
自从加入《同乐餐饮》求学群以来，虽然目前我只会简单的《平安果汁》、《植物养生油》、《功夫米饭》和《花生红枣》，但我基本每天都会换着做来吃，保证自己有补充到高维能量。
当看到我的新室友每天不是外卖就是泡面时，我更珍惜每一次的能量餐了。希望以后我可以学习到更多的能量食谱，有机会做给身边的人吃，让更多的人从基础三餐中受益。
感恩!
（美国）江芷莹
2022年11月9日
彭祖简介：
彭祖，又名钱铿，出生并安葬于今天四川眉山市彭山县的彭蒙山。自尧帝起，历夏、商朝，商代时为守藏史，官拜贤大夫，周代时担任柱下史；娶妻四十九，生子五十四。据传他活了800多岁，是中国历史上家喻户晓、人人皆知的长寿之星。彭祖擅长的烹饪术、导引术、按摩术等，皆为中国养生文化的精华 ；经过长期实践，彭祖悟得养生真谛，创立了烹饪饮食养生术、按摩导引养生术，成为中国公认的厨师祖师爷、养生文化的始祖和集大成者。】