

Médecine Chinoise & Cætera

Natures et Saveurs des Aliments

Les céréales

Aliment	Nature	Saveur		Tropisme
Riz glutineux	Tiède	Douce		Rte/E/P
Riz glutineux	Neutre	Douce		Rte/E
Avoine	Neutre	Douce	Salée	Rte/E
Maïs	Neutre	Douce		Rte/E/V
Seigle	Neutre	Douce		Rte/E
Blé	Fraîche	Douce		Rte/E/C/R
Larmes de job	Fraîche	Douce		Rte/E/P/V
Millet	Fraîche	Douce	Salée	Rte/E/R
Orge	Fraîche	Douce	Salée	Rte/E/V
Sarrasin	Fraîche	Douce		Rte/E/GI

Les légumineuses

Aliment	Nature	Saveur		Tropisme
Azuki	Neutre	Acide	Douce	C/IG/Rte/GI
Fève	Neutre		Douce	Rte/E
Haricot blanc	Neutre		Douce	Rte/E
Haricot Noir	Neutre		Douce	C/F/R
Lentille	Neutre		Douce	Rte/E
Pois Chiche	Neutre		Douce	Rte/E
Pois	Neutre à Fraîche		Douce	Rte/E
Haricot Mungo	Fraîche à Froide		Douce	C/E
Pousse de Soja	Froide		Douce	Rte/E/C

Médecine Chinoise & Cætera

Les légumes

Aliment	Nature	Saveur				Tropisme
Poireau	Tiède				Piquante	P/E/F/Rns
Fenouil	Tiède				Piquante	Rns/F/E
Potiron	Tiède			Douce		Rte/E
Oignon	Tiède			Douce	Piquante	Rte/E
Pleurote	Tiède			Douce		Rte/E/F
Navet cuit	Tiède			Douce		Rte/P/E
Cèpe	Tiède					Insipide
Carotte	Neutre			Douce		P/Rte/F
Champignon Blanc	Neutre			Douce		E/GI
Champignon Noir	Neutre			Douce		E/P/GI
Champignon parfumé	Neutre			Douce		Rte/E
Chou	Neutre			Douce		Rte/E
Haricot vert	Neutre			Douce		Insipide V
Igname	Neutre	Acide		Douce		Rte/P/Rns
Patate douce	Neutre			Douce		Rte/E/GI
Pomme de terre	Neutre			Douce		Rte/E
Chou-fleur	Neutre à Fraîche			Douce		Rns/Rte
Asperge	Fraîche		Amère	Douce		P/GI/V
Laitue	Fraîche		Amère	Douce		GI/E
Blette	Fraîche			Douce		F/E/P/V
Céleri	Fraîche			Douce		Rte/E/P/GI
Rose-des-prés	Fraîche			Douce		E/P/V
Chou Chinois	Fraîche			Douce		E/P/V
Concombre	Fraîche			Douce		GI/E/F
Épinard	Fraîche			Douce		
Chou rave	Fraîche			Douce	Piquante	
Navet cru	Fraîche			Douce	Piquante	
Aubergine	Froide			Douce		
Pousse de bambou	Froide			Douce		
Cresson	Froide			Douce		
Tomate	Froide	Acide		Douce		
Pourpier	Froide	Acide		Douce		
Chicorée	Froide		Amère	Douce		

Médecine Chinoise & Cætera

Condiments et Aromates

Aliment	Nature	Saveur		Tropisme
Gingembre sec	Chaude		Piquante	P/Rte/E
Piment de cayenne	Chaude		Piquante	Rte/E/C
Poivre du Sichuan	Chaude		Piquante	P/Rte/Rns
Poivre noir	Chaude		Piquante	Rte/E/Gi
Ail	Tiède	Douce	Piquante	Rte/E/P
Aneth	Tiède		Piquante	Rte/E/F/Rns
Badiane	Tiède	Douce	Piquante	Rte/Rns
Cannelle	Tiède	Douce	Piquante	Rte/E/C
Cardamone	Tiède		Piquante	Rte/E/Rns
Ciboule	Tiède		Piquante	E/P
Ciboule chinoise	Tiède	Douce	Piquante	Rte/E/F
Ciboulette	Tiède		Piquante	P/E
Clou de girofle	Tiède		Piquante	E/Rte/Rns
Coriandre	Tiède		Piquante	Rte/E/P
Cumin	Tiède		Piquante	Rns/E
Échalote	Tiède		Piquante	
Gingembre frais	Tiède		Piquante	P/Rte/E
Safran	Neutre	Douce		C/F
Thym	Neutre		Piquante	P/Rte/E
Menthe	Fraîche		Piquante	P/F
Origan	Fraîche		Piquante	E/P/GI

Fruits secs et Oléagineux

Aliment	Nature	Saveur		Tropisme
Noix	Tiède		Douce	P/Rte/E
Pignon de pin	Tiède		Douce	Rte/E/C
Pistache	Tiède	Astringeante	Douce Piquante	P/Rte/Rns
Cacahuète	Neutre		Douce	Rte/E/Gi
Graine de courge	Neutre		Douce	Rte/E/P
Graine de lotus	Neutre	Astringeante	Douce	Rte/E/F/Rns
Graine de tournesol	Neutre		Douce	Rte/Rns
Sésame Noir	Neutre		Douce	Rte/E/C

Médecine Chinoise & Cætera

Les fruits

Aliment	Nature	Saveur				Tropisme
Abricot	Tiède	Acide		Douce		E/P/GI
Cerise	Tiède	Acide		Douce		Rte/F
Coing	Tiède	Acide		Douce		
Framboise	Tiède	Acide		Douce		
Goyave	Tiède	Acide	Astringeante	Douce		GI
Grenade	Tiède	Acide	Astringeante	Douce		E/GI/Rns
Kumquat	Tiède	Acide		Douce	Piquante	P/E/F
Litchi	Tiède	Acide		Douce		Rte/F/C
Pêche	Tiède	Acide		Douce		E/GI
Châtaigne	Tiède			Douce		Rte/E/Rns
Datte	Tiède			Douce		Rte/P
Longane séchée	Tiède			Douce		C/Rte
Longane	Neutre			Douce		C/Rte
Jujube	Neutre			Douce		Rte/E/Rns
Papaye	Neutre			Douce		Rte/E/Rns
Raisin	Neutre	Acide		Douce		P/Rte/Rns
Noix de coco	Neutre à Fraîche			Douce		Rte/E/GI
Ananas	Neutre à Fraîche	Acide		Douce		Rte/E
Pomme	Neutre à Fraîche	Acide		Douce		Rte/E/P
Prune	Neutre à Fraîche	Acide		Douce		F/E
Fraise	Fraîche	Acide		Douce		Rte/E/P/V
Mandarine	Fraîche	Acide		Douce		P/Rte
Mangue	Fraîche	Acide		Douce		Rte/E
Melon	Fraîche	Acide		Douce		C/E
Nèfle	Fraîche	Acide		Douce		Rte/P
Orange	Fraîche	Acide		Douce		E/V
Poire	Fraîche	Acide		Douce		P/E
Banane	Froide			Douce		Rte/E/P/GI
Kaki	Froide		Astringeante	Douce		E/P/GI
Kiwi	Froide	Acide		Douce		E/V
Pamplemousse	Froide			Douce	Insipide	E/V
Pastèque	Froide			Douce	Insipide	C/E/V

Médecine Chinoise & Cætera

Viande

Aliment	Nature	Saveur		Tropisme	
Mouton, agneau	Tiède à Chaude		Douce	Rte/Rns	
Cerf	Tiède		Douce	Rns	
Faisan	Tiède	Acide	Douce	Rte/E/F	
Moineau	Tiède		Douce	F/Rns	
Poulet	Tiède		Douce	Rte/E	
Caille	Neutre		Douce	Rte/E/F	
Oie	Neutre		Douce	Rte/E/P	
Pigeon	Neutre			Salée	F/Rns
Porc	Neutre		Douce	Salée	P/Rte/Rns
Sanglier	Neutre		Douce	Salée	
Canard	Fraîche		Douce	Salée	Rte/E/Rns
Lapin	Fraîche		Douce		Rte/E/P/Rns
Cheval	Froide	Acide	Douce		

Poissons et Fruits de mer

Aliment	Nature	Saveur		Tropisme
Anchois	Tiède			Rte
Anguille	Tiède	Douce		F/Rte/Rns
Crevette	Tiède	Douce	Salée	Rns
Moule	Neutre à tiède		Salée	F/Rns
Carpe	Neutre	Douce		Rte/ Rns
Dorade	Neutre	Douce		Rte/E
Mulet	Neutre	Douce	Salée	Rte/E
Seiche	Neutre		Salée	F/Rns
Poulpe	Neutre à Fraîche		Salée	Rte/Rns
Huître	Fraîche	Douce	Salée	F/Rns/C
Algues	Froide		Salée	P/E/F/Rns
Agar-agar	Froide		Salée	P/GI

Médecine Chinoise & Cætera

Œufs

Aliment	Nature	Saveur	Tropisme
Jaune d'œuf	Neutre à tiède	Douce	C/Rns
Oeuf de caille	Neutre	Douce	5 organes
Oeuf de Poule	Neutre	Douce	C/Rte/Rns
Blanc d'œuf	Fraîche	Douce	P

Le Lait

Aliment	Nature	Saveur	Tropisme
Lait de chèvre	Tiède	Douce	P/E/Rns
Lait de brebis	Tiède	Douce	P/E/Rns
Lait de vache	Neutre	Douce	C/P/E
Lait de jument	Fraîche	Douce	

Divers

Aliment	Nature	Saveur			Tropisme
Alcool	Tiède à Chaude		Douce	Piquante	C/F/P/E
Café	Tiède	Amère	Douce		C/V/GI
Vinaigre	Tiède	Acide	Douce		F/E
Huile de Soja	Tiède	Amère	Douce	Piquante	GI
Miso	Tiède		Douce		
Sucre de canne complet	Tiède		Douce		Rte/E/F
Canne à sucre	Neutre		Douce		P/Rte/E
Sucre de canne blanc	Neutre		Douce		Rte/E/P
Miel	Neutre		Douce		Rte/P/GI
Huile d'arachide	Neutre		Douce		GI/P/Rte
Huile d'olive	Neutre		Douce		Rte/E/C/Rns/F/GI
Thé	Neutre à Fraîche	Amère	Douce		C/F/E/GI/V
Huile de Sésame	Fraîche		Douce		GI
Tofu	Fraîche		Douce		Rte/E/GI
Sauce soja	Froide				Salée Rte/E/Rns
Sel de cuisine	Froide				Salée Rns