食材の陰陽表

陰・冷			中庸			陽・温
紫外線	少なく		多く		少なく	赤外線
紫	藍	紺	緑	黄	橙	赤
膨張性・むくむ						収縮性・締まる
えぐい		辛い	酸っぱい	甘い	塩辛い	苦い　渋い