味逗海苔 味逗

产品名称	味逗海苔 味逗
公司名称	大连江能海产品有限公司
价格	.00/个
规格参数	品牌:味逗 产品标准号:Q、320721XII01-2006
公司地址	辽宁省大连市中山区智仁街合力巷5号
联系电话	13841177916 13909851501

产品详情

品牌	味逗	卫生许可证	苏卫食证字（2007）第320721-010157
产品标准号	Q、320721XII01-2006	净重	38.4（g）
保质期	180（天）	水分含量≤	1（%）
原产地	江苏	生产厂家	连云港博利达食品有限公司
等级	一级	规格	28cm*28cm
商品条形码	6934309210058	生产日期	20110501
售卖方式	包装	特产	是
产品类别	其他		

味逗海苔,我公司大连地区总代理. 即食

热量低，纤维高，保健作用真不少乌黑的颜色，鲜美的味道，脆爽的口感……海苔作为一种零食，深受孩子和女性的喜爱。可是，对于它的营养价值，许多消费者还是不太清楚。其实，海苔的原料就是中国人平日所说的紫菜。紫菜烤熟之后质地脆嫩，入口即化，特别是经过调味处理之后，添加了油脂、盐和其他调料，就摇身变成了特别美味的“ 海苔 ”了。

在我们的邻居日本和韩国，海苔是家庭中必不可少的食品。不论是紫菜饭团，还是紫菜丝泡饭，紫菜一直都是餐桌上的亮点之一。日本的海苔消费量十分惊人，10年以前，海苔在日本的消费量已达到每年18.5万吨，相当于每人每天食用4.1克。相比之下，中国人吃紫菜的数量就少得多了，很多人一年到头也吃不到一片。

海苔浓缩了紫菜当中的各种b族维生素，特别是核黄素和尼克酸的含量十分丰富，还有不少维生素a和维生素e，以及少量的维生素c。海苔中含有15%左右的矿物质，其中有维持正常生理功能所必需的钾、钙、镁、磷、铁、锌、铜、锰等，其中含硒和碘尤其丰富，这些矿物质可以帮助人体维持机体的酸碱平衡，有利于儿童的生长发育，对老年人延缓衰老也有帮助。

作为一种零食，海苔热量很低，纤维含量却很高，几乎没有令人发胖的风险，是女性和孩子可以放心食用的美味小食。

海苔虽有种种好处，但脾胃虚寒、容易腹胀的人不宜多吃，因为中医认为紫菜味甘咸，性寒。此外，需要控盐的人也要适当克制调味海苔的食用量，可以适当吃些没有调味的紫菜片。

海苔除了作为零食以外，还有很多吃法，如吃饭的时候，配一些切成小片的调味海苔，味道鲜美，增加食欲；调制凉菜和沙拉的时候，加一点海苔丝，可以当作调味品；拌馅的时候，可以加入海苔，然后制作饺子和包子等。（

.