

# 鸭蛋 咸鸭蛋 鲜鸭蛋

产品名称	鸭蛋 咸鸭蛋 鲜鸭蛋
公司名称	河北宁晋县鑫威鸽业有限公司
价格	1.00/枚
规格参数	
公司地址	河北邢台市宁晋县养殖业69号
联系电话	0319-13784890051 13784890051

## 产品详情

鸭蛋营养丰富，可与鸡蛋媲美，鸭蛋含有蛋白质、磷脂、维生素A、维生素B2、维生素B1、维生素D、钙、钾、铁、磷等营养物质。吃起来较鸡蛋油润，而且鸭蛋一般都产在比较脏的地方，所以可能引致有害细菌。但若烹煮15分钟或用于烘焙就可以食用。水煮后蛋白成蓝色，蛋黄则是橘红色。只有非常新鲜的才能食用，不适于做蛋白霜。 营养分析 鸭蛋中的蛋白质含量和鸡蛋相当，而矿物质总量远胜鸡蛋，尤其铁、钙含量极为丰富，能预防贫血，促进骨骼发育。 相关人群

一般人群均可食用 1.适宜肺热咳嗽，咽喉痛，泄痢之人食用； 2.凡脾阳不足，寒湿下痢，以及食后气滞痞闷者忌食；生病期间暂不宜食用；肾炎病人忌食皮蛋；癌症患者忌食；高血压病、高脂血症、动脉硬化及脂肪肝者亦忌。 食物相克 鸭蛋不宜与鳖鱼、李子、桑葚同食。 制作指导 鸭蛋宜用盐腌透食之，有清凉，明目，平肝的功效。 食疗作用 鸭蛋味甘、咸，性凉；入肺、脾经；有大补虚劳、滋阴养血、润肺美肤的功效；用于膈热、咳嗽、喉痛、齿痛、泄疾。