

韩国进口食品 韩国拉面 不倒翁真拉面辣味120克

产品名称	韩国进口食品 韩国拉面 不倒翁真拉面辣味120克
公司名称	青岛一品源商贸有限公司
价格	5.00/袋
规格参数	品牌:不倒翁 是否进口:是 有无中文标签:有
公司地址	中国 山东 青岛 胶州市 兰州东路8号财富中心B座3085
联系电话	086 0532 87279676 13310662766

产品详情

虽然方便面在食品工业的进步下，越来越好吃，但给人感觉总不合乎健康原则;不过只要略为加工，加料，还可以吃出健康来。 >>方便面不是垃圾食品！

1、方便面最好能用煮的，可随意加些蔬菜配料在里面，最后再打进一个蛋，那么营养就绰绰有余了。

2、泡方便面时最好把汤倒掉，再兑上开水或别的汤;或者最好不要把调味品全部放入，只要放个一半，再添加些许较为健康的调味品，不但风味更佳，也吃得更安心。

3、方便面只适于救急，一天最多吃一次，可不能天天吃。

延伸阅读：想自己动手做出各种好吃的面条吗？看小编为大家推荐...面条十大创意吃法(图)

提醒：[健康饮食]方便面的八种新鲜吃法

4、经常吃方便面的人，平时每天应增加鸡蛋1至2个，或蛋糕2至4块，新鲜瓜果(苹果、梨、番茄、黄瓜等)1至4个，巧克力2小块，牛奶一杯或牛肉干、腊肉100克。这样才能满足人体营养摄取要求。

一般方便面的面条，都呈曲折状，这是因为在制造过程中，面条经过油炸方式脱水，方便保存，而且呈曲折状的面条与面条之间因有空隙存在，可以均匀地脱水及炸熟，有利于保存。

品名：韩国不倒翁真拉面辣味

规格：120克

原产地：韩国

虽然方便面在食品工业的进步下，越来越好吃，但给人感觉总不合乎健康原则;不过只要略为加工，加料，还可以吃出健康来。

1、方便面最好能用煮的，可随意加些蔬菜配料在里面，最后再打进一个蛋，那么营养就绰绰有余了。

2、泡方便面时最好把汤倒掉，再兑上开水或别的汤;或者最好不要把调味品全部放入，只要放个一半，再添加些许较为健康的调味品，不但风味更佳，也吃得更安心。

3、方便面只适于救急，一天最多吃一次，可不能天天吃。

4、经常吃方便面的人，平时每天应增加鸡蛋1至2个，或蛋糕2至4块，新鲜瓜果(苹果、梨、番茄、黄瓜等)1至4个，巧克力2小块，牛奶一杯或牛肉干、腊肉100克。这样才能满足人体营养摄取要求。

一般方便面的面条，都呈曲折状，这是因为在制造过程中，面条经过油炸方式脱水，方便保存，而且呈曲折状的面条与面条之间因有空隙存在，可以均匀地脱水及炸熟，有利于保存。