

# 优质食用菌切片双孢菇 食用菌

产品名称	优质食用菌切片双孢菇 食用菌
公司名称	蛟河市黑土白云食用菌有限公司
价格	.00/个
规格参数	产地/厂家:蛟河市黑土白云食用菌有限公司 品种:食用菌 种类:干蘑菇
公司地址	蛟河市新区榆江公路东侧
联系电话	86-043267276566

## 产品详情

产地/厂家	蛟河市黑土白云食用菌有限公司	品种	食用菌
种类	干蘑菇	等级	一级
水分	8888 (%)		

### 双孢菇的营养价值

双孢菇的菌肉肥嫩，含有较多的甘露糖、海藻糖及人体必须的六种氨基酸，所以味道鲜美，营养丰富，双孢菇蛋白质含量为35%—38%，还含有丰富的维生素b1，维生素b2，维生素c，维生素pp，核苷酸，烟酸，和维生素d，尼克酸等营养成分。

每100g干菇中含蛋白质36-40g、脂肪3.6g、碳水化合物31.2g、磷718mg、铁188.5mg、钙131mg、灰分14.2mg、粗纤维6g，由于其营养价值是蔬菜和水果的4—12倍，故享有“保健食品”和“素中之王”（“植物肉”）之美称。

双孢菇所含的蘑菇多糖和异蛋白具有一定的预防癌细胞生长活性，可预防肿瘤的发生；所含的酪氨酸酶能溶解一定的胆固醇，对降低血压有一定作用；所含的胰蛋白酶、麦芽糖酶等均有助于食物的消化。中医认为双孢菇味甘性平，有提神消化、降血压的作用。经常食用双孢菇，可以预防坏血病、癌细胞生长，促进伤口愈合和解除铅，砷，汞等的中毒，兼有补脾，润肺，理气，化痰之功效，能预防恶性贫血，改善神经功能，降低血脂。

因此，双孢菇不仅是一种味道鲜美，营养齐全的菇类蔬菜，而且是具有保健作用的健康食品。

