

优质荷兰薏米，小粒薏仁米，进口品质，口感独特

产品名称	优质荷兰薏米，小粒薏仁米，进口品质，口感独特
公司名称	大连白桦粮谷加工有限公司
价格	14.00/千克
规格参数	品种:荷兰薏米 等级:1 净仁率 :99
公司地址	中国 辽宁 大连 甘井子区 革镇堡后革街1号
联系电话	86-41182537171 15804257035

产品详情

大连白桦粮谷加工有限公司，成立于2001年，注册资金1000万元，坐落于美丽的海滨城市，中国北方最重要的港口，中国最大的粮油集散地——大连。作为中国农产品出口的行业先驱，我公司专业从事农产品的生产、加工及出口，以其高品质的农产品，在世界各地享有盛誉。

我公司拥有多个合作农场，为我司提供大量优质原粮。这些农场广泛分布于最适宜作物生长的中国东北地区。这里幅员辽阔，风景优美，土地肥沃，远离污染，生产出的产品籽粒饱满，绿色健康，非常适宜人类食用。

工厂拥有三套国内一流的大豆、杂粮及十谷米加工设备，日加工能力100余吨。公司已建成一套严格的产品质量管理体系，从生产、加工及销售等环节严格控制产品质量，实现产品各环节的可追溯性。

经过几年的发展，公司已经形成了集种植、储运、加工、出口为一体的经营体系，其高品质的产品，严格的管理，优良的信誉，逐渐被世界各地的客户所认可。

近些年，随着国内市场需求量的扩大，我司逐渐开始进口国外优质农产品到中国，以满足国内消费者对国外农产品的需求。荷兰薏米作为我司首款进口的农产品，由于其品质优良，口感独特，逐渐受到国内广大消费者的青睐。

进口商检证书400克真空立式小包装荷兰薏米

荷兰薏米因含有多种维生素和矿物质，有促进新陈代谢和减少胃肠负担的作用，可作为病中或病后体弱患者的补益食品；荷兰薏米能增强肾功能，并有清热利尿作用，因此对浮肿病人也有疗效；健康人常吃荷兰薏米，能使身体轻捷，减少肿瘤发病几率；荷兰薏米中含有一定的维生素e，是一种美容食品，常食可以保持人体皮肤光泽细腻，消除粉刺、色斑，改善肤色。荷兰薏米因其颗粒较小，较国产薏米更易煮易烂，而且具有消肿除湿等功效，口感q嫩，滑顺，一试便知。

由于荷兰薏米的生长环境更好，无论是在生长过程中还是种植过程中，所谓一方水土养一方人，是有一定道理的。而且荷兰薏米个头更小，口感更佳，薏仁对于皮肤美容特别有帮助，在做薏仁汤、煮薏仁水的时候建议食用荷兰薏米。

荷兰薏米的做法 美白佳品美白薏米水

材料：

荷兰薏米60克、冰糖30克、冬瓜糖30克、清水2升。

做法：

- 1、将薏米清洗干净后倒入锅内，然后放入冬瓜糖和冰糖，倒入清水；
- 2、大火煮开后盖上锅盖，敞个缝隙，转中小火煮1个小时即可；
- 3、熄火放凉后放入冰箱冷藏保存，随食随取，如果天气凉也可温热食用，口味依旧很棒。

荷兰薏米，经先进工艺处理，表面光滑，外观色泽较白，无异味，易熟易烂，口感甚佳。

薏米

薏米又名薏苡仁、薏仁，土玉米，薏米、起实、薏珠子、草珠珠、回回米、米仁、六谷子。是常用的中药，又是普遍、常吃的食物，性味甘淡微寒，有利水消肿、健脾去湿、舒筋除痹、清热排脓等功效，为常用的利水渗湿药。薏米又是一种美容食品，常食可以保持人体皮肤光泽细腻，消除粉刺、雀斑、老年斑、妊娠斑、蝴蝶斑，对脱屑、痤疮、皲裂、皮肤粗糙等都有良好疗效。

营养信息

营养素	每100g含量	营养素	每100g含量
热量(大卡)	357.00	碳水化合物(克)	71.10
脂肪(克)	3.30	蛋白质(克)	12.80
纤维素(克)	2.00	维生素e(毫克)	2.08
硫胺素(毫克)	0.22	核黄素(毫克)	0.15
烟酸(毫克)	2.00	镁(毫克)	88.00
钙(毫克)	42.00	铁(毫克)	3.60
锌(毫克)	1.68	铜(毫克)	0.29
锰(毫克)	1.37	钾(毫克)	238.00
磷(毫克)	217.00	硒(微克)	3.07

钠 (毫克)	3.60		
--------	------	--	--

营养分析

薏米

1. 薏米因含有多种维生素和矿物质，有促进新陈代谢和减少胃肠负担的作用，可作为病中或病后体弱患者的补益食品
2. 经常食用薏米食品对慢性肠炎、消化不良等症也有效果。薏米能增强肾功能，并有清热利尿作用，因此对浮肿病人也有疗效
3. 经现代药理研究证明，薏米有防癌的作用，其抗癌的有效成分中包括硒元素，能有效抑制癌细胞的增殖，可用于胃癌、子宫颈癌的辅助治疗
4. 健康人常吃薏米，能使身体轻捷，减少肿瘤发病几率
5. 薏米中含有一定的维生素e，是一种美容食品，常食可以保持人体皮肤光泽细腻，消除粉刺、色斑，改善肤色，并且它对于由病毒感染引起的赘疣等有一定的治疗作用
6. 薏米中含有丰富的维生素b，对防治脚气病十分有益。

食物搭配

【薏米+鸡肉】健脾祛湿，温中益气，补虚强身。【薏米+百合】滋阴润肺，清心安神，健脾利水。【薏米+冬瓜】薏米健脾化湿，冬瓜清热利水，同食祛湿功效更强。【薏米+银耳】滋补生津，辅助治疗脾胃虚弱，肺胃阴虚等。【薏米+香菇】香菇中的多糖可提高免疫力，同食可抗癌。

食疗价值

禾本科草本植物薏苡的种子。又称苡仁、薏米、薏珠子、水玉米。薏苡，又称薏黍、草珠儿。中国大部分地区均有分布，多为栽培。秋季果实成熟采收。除去外壳及黄褐色外皮，收集种仁，晒干生用或炒用。

【性能】味甘、淡，性微寒。能健脾益胃，利月除湿，缓和拘挛，清肺热。

《本草纲目》记载：“健脾益胃，补肺清热，去风去湿”，薏仁有渗湿、健脾是其两大功能，传统上用于小便不利、水肿、脚气、湿温、泄泻、带下、痹痛等症状。

【参考】含蛋白质、脂肪、淀粉、糖类、维生素b1、薏苡素、薏苡仁酯和亮氨酸、赖氨酸、精氨酸、酪氨酸等氨基酸。

薏苡素有解热、镇静、镇痛和抑制骨骼肌收缩的作用。该品的一些提取物对动物艾氏腹水癌、肉瘤180、子宫颈癌有一定抑制作用，并对细胞免疫、体液免疫有促进作用。

【用途】用于脾胃虚弱，便溏腹泻，或妇女带下病，脾虚湿盛水肿，小便不利，或脚气肿痛；湿热痹痛，手足拘挛，酸楚疼痛；肺痈咳唾脓痰，或肠痛拘急腹痛。此外，现又用于消化道肿瘤、子宫颈癌肿瘤以及扁平疣。

【用法】煎汤，煮粥，或研末

【附方】

1，珠玉二宝粥：薏苡仁、山药各60克，捣为粗末，加水煮至烂熟

薏米粥

，再将柿霜饼25克，切碎，调入溶化，随意服食。

源于《衷中参西录》。山药、薏苡仁均为清补脾肺之药；柿霜饼为柿霜熬成，可润肺益脾。用于脾肺阴虚，饮食懒进，虚热劳嗽。

2，薏苡仁粥：薏苡仁研为粗末，与粳米等分。加水煮成稀粥，每日1~2次，连服数日。

源于《本草纲目》。本方用薏苡仁煮粥食以补脾除湿。用于脾虚水肿，或风湿痹痛、四肢拘挛等。

3，郁李苡仁饭：郁李仁60克，研烂，用水滤取药汁；薏苡仁200克，用郁李仁汁煮成饭。分2次食。

源于《独行方》。本方能利水消肿，郁李仁与薏苡仁功效相似，其味微苦不甚适口，故仅取汁用。用于水肿、小便不利、喘息胸满等。

4，薏苡瓜瓣桃仁汤：薏苡仁15克，冬瓜子30克，桃仁10克，牡丹皮6克。加水煎服。

源于《千金要方》。薏苡仁与冬瓜子配用，能清热利湿，排脓；桃仁、牡丹皮配用，能活血化瘀。用于肠痈拘挛腹痛，右下腹可触及肿块，大便秘结，小便短赤等。牡丹皮味苦浊，可另用金银花、蒲公英之类清热解毒药。

5，薏苡菱角半枝莲汤：薏苡仁、菱角、半枝莲各30克。加水煎汤，分2次服。

本方对肿瘤有一定抑制作用，其中以半枝莲一药作用较明显。可用于胃癌、宫颈癌等。

6，薏苡仁汤：薏苡仁60克，紫草6克。加水煎汤。分2次服，连服2~4周。

本方治青年性扁平疣、寻常性赘疣有一定疗效。

【作法】：最简单的，是将炒过的薏仁当作茶泡来喝，或是将炒熟后的薏仁磨碎，每天服薏仁粉。薏仁茶或薏仁粉市面上都有贩售。也可以和绿豆一起煮，煮成绿豆薏米粥（在煮之前把薏仁浸在水中泡软，煮起来会比较快）。内服：煎汤，10-30克；或入丸、散，浸酒，煮粥，作羹。

养生保健食谱

【薏苡粳米粥】：薏苡仁、粳米各30克，共煮粥，空腹食用，可治风湿脾痛、筋脉拘挛、脾虚泄泻。

【薏苡冰糖饮】：薏苡仁50克，百合10克，水煎汁，加冰糖服用，可治扁平疣、雀斑、痤疮。

【薏米粥】：薏苡仁50克，杵末，加适量水煮成粥食之，1日3次，久服可轻身益气。

【薏米羊肉汤】：苡米150克，羊肉250克，加水适量煲汤，食盐、味精调味（亦可加生姜数片）。佐膳。可健脾补肾，益气补虚。治病后体弱，贫血，食欲不振等。

薏仁油疗效

有兴奋、解热、止血的作用，还具有消炎排脓的效用，对于癌细胞还可以抑制成长。治疗

1. 用于头发：它具有营养头发、防止脱发，并使头发光滑柔软的作用。
2. 用于皮肤：对面部粉刺及皮肤粗糙有明显的疗效，另外，它还对紫外线有吸收能力，其提炼物加入化妆品中还可达到防晒和防紫外线的效果。

食用薏仁应注意

特别适宜人群：脾胃虚弱、便溏腹泻、小便不利、手足拘挛、酸楚疼痛、肺痈、妇女带下病、消化道癌、子宫颈癌

不宜人群：汗少，便秘不宜多吃[4]

1. 因为薏仁会使身体冷虚，虚寒体质不适宜长期服用，所以怀孕妇女及正值经期的妇女应该避免食用。
2. 薏仁所含的醣类黏性较高，所以吃太多可能会妨碍消化！
3. 薏仁虽然有降低血脂及血糖的功用，但毕竟只是一种保健食品，不能当作药品。所以有高血脂症状的患者，还是要找医生治疗，千万不可以自行食用薏仁来治疗！

制作指导

1. 生薏米煮汤服食，利于去湿除风；用于健脾益胃、治脾虚泄泻则须炒熟食用。
2. 薏米用作粮食吃，煮粥、做汤均可。夏秋季和冬瓜煮汤，既可佐餐食用，又能清暑利湿。
3. 将鲜奶煮沸，加入薏仁粉适量，搅拌均匀后食用。常食可保持皮肤光泽细腻，消除粉刺、雀斑、老年斑、妊娠斑、蝴蝶斑。
4. 薏仁较难煮熟，在煮之前需以温水浸泡2-3小时，让它充分吸收水分，在吸收了水分后再与其他米类一起煮就很容易熟了。

膳食妙用

1. 薏仁杏仁粥：

【用法】早餐，每次20克左右熟薏仁粉，5克左右杏仁粉。用温开水冲服。饭后服用。

【功效】润泽肌肤，美白补湿，行气活血，调经止痛。

【备注】如果加点糖或蜂蜜口味就更好了，很香的，又好吃又美容又减肥！

2. 解暑茶：

【用法】将熟薏仁粉5克泡500毫升温开水，做茶水饮料饮用，

【功效】降暑解渴，利水消肿，清热解毒。营养头发，防止脱发，并使头发光滑柔软。

3. 瘦身汤：

a、将鲜牛奶煮沸后加入薏仁粉3-5克，搅拌一下即可。润泽肌肤，美白补湿行气活血调经止痛，排水瘦身。

薏仁食用

b、乌龙茶、干海带、薏苡仁适量。共研末，沸水冲泡饮用。有减肥之功效。

4. 薏米粥：

薏仁含有丰富的水溶性纤维，可以藉由吸附负责消化脂肪的胆盐，使肠道对脂肪的吸收率变差，进而降低血脂肪。

另外，薏仁可促进体内血液和水分的新陈代谢，有利尿、消水肿的作用，所以能达到减肥的效果。

由于薏仁不容易煮熟，过度烹煮也会破坏效果，所以煮之前最好先用水浸泡三个小时以上。薏仁热量不高，却有饱足感，是养生保健的自然饮食中极富营养、又能清除体内杂质的膳食。

绿豆薏米粥

5. 绿豆薏米粥：

将15克大米，15克绿豆，15克薏米洗净，加水熬粥。直接食用可充饥，清热解渴，补肺、健脾胃、清热、祛风湿、消水肿。也可以加上绿豆粉一起做成豆沙，煮成绿豆薏米粥，绿豆和薏仁都有利尿、改善水肿的效果。薏仁本身有淡化黑斑、美白肌肤的功效，而绿豆则有解毒的作用，使体内毒素尽快排出。对于爱美的mm，薏仁粥除了有美白的功效，同时还是一种低卡又可消瘦的减肥食品。

6. 薏米粥治粉刺：

薏米50克，白糖15克。

用法：薏米加水煮粥加白糖服食，每日一次。（中华偏方）

7. 百合薏米粥：

将薏米50克、百合15克洗净，放入锅中，加水适量，煮至薏米热烂，加入蜂蜜调匀，出锅即成。特点：甜香，热糯，略有清香味，此粥常吃，健脾益胃，泽肤祛斑，可用于治疗妇女面部雀斑、痤疮、湿疹等症，对青春少女美容有益。

8. 钱草苡米粥：

将金钱草30克，放入沙锅加水煎煮半小时滤渣留汁，放入薏米100克煮成粥，加适量糖即成。

【功效】利尿，排石，通淋。

【主治】肾结石，尿路结石。

9. 山药苡米粥：

【原料】怀山药、薏米各30克，莲子肉15克，大枣10枚，小米50克，白糖少许。【制作】

将山药切细，莲子去芯，红枣去核。淘洗干净后与小米共煮成粥，粥煮熟后加白糖调匀即成。

【用法】空腹食用，每日2次。

【疗效】健脾益气。适用于脾胃虚弱，食少纳差，腹胀便塘，肢体无力，老年浮肿，妇女带下症。

【注意事项】大便秘结者忌食

10. 百合薏米粥治疗痛风：

百合薏米粥可以提供患者必须的热能需求，而且对痛风有直接治疗作用，并能改善其关节炎的症状，是痛风病人的理想主食。在临床治疗当中发现：在低嘌呤饮食的原则下，以百合薏米粥为主食对痛风患者十分有效。

【方法】将干百合、薏米、粳米各六十克洗净后放锅中煮粥，每日分中、晚两次服完，连服，症状改善后仍须坚持，每周至少一至二次，以防痛风复发。

11.薏仁粉面膜

【原料】：薏仁粉、绿豆粉、水（或丝瓜水）、面膜纸，将他们以1:1混合（如各5克混合），然后视材料混合比例加入适当的水（如各5克，加入10毫升的水），将之均匀的搅拌。在经适当搅拌过后，建议直接将材料均匀涂抹于脸上，然后盖上面膜，大约敷上15~20分钟后用水清洗。也可以用蜂蜜、纯牛奶、酸奶调和。

12,薏仁粉美白小秘方

【材料】：白芷+牛奶+薏仁粉

【做法】：将材料调和敷脸15-20分钟

【功效】：能有效美白肌肤、淡化色斑、改善油性

13,收缩毛孔面膜

【用料】：薏仁粉2匙、脱脂奶粉1匙、蛋清适量。

【做法】：先薏仁粉、脱脂奶粉加蛋清直至捣成浆状；清洁脸部后，涂于脸部，轻轻按摩以便肌肤吸收养分，15分钟后用清水洗净。

【小智囊】：本面膜对长粉刺及皮肤粗糙的人适用，效果极佳；可以瘦脸、毛孔变细，增加皮肤光泽度。如果把薏仁用于营养头发，还可以防止脱发，对遗传性脱发也有预防性作用。

14.薏米冬瓜排骨汤

薏米冬瓜排骨汤

台湾艺人美容天后大s喝出美白的汤水-每天早餐后都要喝一杯薏米水，不但能排出多余水分，让脸迅速变小，还兼具美白功效，皮肤水润透亮。而冬瓜含的微量元素，也有使肌肤润白的功效。夏天晒黑了，没关系，多喝这款冬瓜薏米排骨汤，好喝又滋润，让肌肤由内而外透出净白光彩。

【材料】：薏米30克、排骨250克、冬瓜300克、香菇数朵、盐、鸡精、姜一片

【做法】：瓦煲内盛适量的水，将薏米、排骨洗净，冬菇泡发，一起放入（如果想让汤清一些，可先将排骨飞水，去除血水后再放入，不过我一般是一起放入，滚开后将汤面的浮沫撇去，这样汤味浓一点），大火烧开后，撇去浮沫，放入冬瓜、姜，盖上煲盖，水开后关小火，煲五分钟左右，加入盐和鸡精调味即可。

15. 薏米枸杞粥

薏仁又名苡仁、苡米、苡米仁，是常用的中药，又是普遍、常吃的食物。

【主料】：薏米200克

【配料】：枸杞10克、糯米50克、糖15克（可以根据自己口味调整）

薏米枸杞粥

【做法】：

1. 薏米和糯米洗净后，用冷水浸光三小时以上
2. 枸杞洗净泡发；
3. 泡好的薏米和糯米放入锅内加满水，大火烧开后，放一只小的陶瓷勺子在粥内防止糊底，小火煲1小时左右，最后十分钟放入糖和枸杞。[10]

16. 扁豆薏米炖鸡脚

【菜系】：家常小菜

【特色】：健脾去湿，舒筋活络

【原料】：扁豆2克、薏米2克、鸡脚50克、姜1片、食盐等

【制作】：

1. 鸡脚在入汤前要先“飞水”。
2. 将扁豆、薏米、鸡脚、姜片一起放进炖盅/煲内，待煮好后加入食盐调味即可。

扁豆薏米炖鸡脚

17. 薏米百合粥

【组成】：薏苡仁30克、百合6克、水适量。

【制法】：薏仁、百合淘洗后温水浸泡20分钟，再加足量水用大火煮开，小火煮至薏米开花，汤稠即成。

【用法】：早晚空腹食用。可加适量糖或蜂蜜调味。

【说明】：本粥以薏仁代米为主，少佐百合，是一种既有清香独特的口感风味，又具有食疗作用的药粥。它既有补益润泽养颜的美容效果，又可作治疗影响美容的扁平疣、痤疮、雀斑的辅助疗法，南方人尤以其滋润避暑，加绿豆共煮粥。

18. 木瓜薏米玉竹汤

【功效】：木瓜含蛋白质可分解脂肪，配合生熟薏米等材料后，则利水去湿去暑，滋润中气，健脾胃，润肠通便，皮肤光滑，治湿疹，益皮肤

【材料】：木瓜（500克），生熟薏米（15克），玉竹（15克），淮山(15克)，炖肉（3块），水（10碗）

【做法】：木瓜去皮切块，将材料洗净放进煲内，水滚转慢火煲2小时，加盐即可

19. 薏仁高丽参茶

【原料】薏仁15克，高丽参5克，紫藤子3克，梓叶2克，沸水400毫升。

【做法】第一步：高丽参、薏仁略洗后沥干；第二步：锅中加入紫藤子与洗好的高丽参、薏仁，分别以小火炒至微黄；第三步：壶中放入炒好的茶材，再加入梓叶，冲沸水，静置2分钟后即可装杯饮用[11]。

【功效】清热解毒，延年益寿。

20. 美人薏仁汤

【原料】薏仁粉、鲜奶

【做法】将鲜奶煮沸后加入薏仁粉大约5~10克，搅拌一下即可。[12]

21. 薏仁莲子粥

薏仁150克，莲子50克，红枣五颗，冰糖15克，冷水1000毫升。薏仁淘洗洁净，用冷水浸泡三个小时，捞出沥干水分。莲子去莲心，用冷水洗净；红枣洗净去核。锅内参加1000毫升冷水，放入薏仁，用旺火烧沸，然后参加莲子、红枣，一起焖煮至熟透，末了参加冰糖，熬至成粥状，即可食用。

22. 苡米腊饭

材料：2杯苡米,1整块腊鸭,4整条鲜腊肠,香菇(泡过,切碎),去皮花生,一杯混和蔬菜,一罐鸡汤。做法：

1、将2杯苡米,1整块腊鸭,4整条鲜腊肠,香菇(泡过,切碎),去皮花生,一杯混和蔬菜,一罐鸡汤,用电饭锅煮熟.2、锅里用香油炒香炸过的红葱头,把饭里蒸过的鸭,腊肠,切小,加入锅里,炒香,把饭倒入,加酱油膏,胡椒,翻炒几下,起锅.

"供应优质荷兰薏米，小粒薏仁米，进口品质，口感独特"的等级为1，杂质 是0.1，水分 为13.0，净仁率 是99，品种为荷兰薏米，产地/厂家是荷兰