零售杂粮 特级精选优质黑豆散装清凉下火 特价黑豆

产品名称	零售杂粮 特级精选优质黑豆散装清凉下火 特价黑豆
公司名称	安国市益源中药材有限公司
价格	面议
规格参数	品种:黑豆 等级:1 完整粒率≥:95（%）
公司地址	河北 安国市 东方药城
联系电话	15333227063 18632217662

产品详情

一、高蛋白低热量：黑豆的蛋白质含量最高达百分之三十六至四十，相当于肉类含量的二倍、鸡蛋的三倍、牛奶的十二倍。黑豆的十八种氨基酸含量丰富，特别是人体必须的八种氨基酸含量，较美国fda规定的高级蛋白质标准还高。黑豆含有百分之十九油脂，其中不饱和脂肪酸百分之八十，吸收率高达九成五以上，除了能满足人体对脂肪的需求外，还有降低血液中胆固醇的作用。胆固醇是许多老年性疾病的罪魁祸首，而黑豆不含胆固醇，只含一种植物固醇，具有抑制人体吸收胆固醇，降低血液中胆固醇含量的作用。对老年人而言，能软化血管、滋润皮肤延缓衰老，特别是对高血压、心脏病、肝脏、动脉硬化等老年性疾病大有益处 。二、增强活力精力：根据中医理论，豆乃肾之谷，黑色属水，水走肾，所以黑豆入肾功能多。人的衰老往往从肾机能显现，要想延年益寿、防老抗衰，增强活力、精力，必须首重补肾。在中医，黑豆入药，黄豆不入药，凸显黑豆不同于黄豆特殊祛疾保健的功能。三、防止大脑老化：黑豆中约含百分之二的蛋黄素，能健脑益智，防止大脑因老化而迟钝。日本科学家发现，黑豆中还有一种能提高强化脑细胞功能的物质。黑豆含有丰富的微量元素，每一百克黑豆中，含钙三百七十毫克，磷五百七十七毫克、铁十二毫克，其他如锌、铜、镁、钼 、硒、氟等含量都不低，这些元素能满足大脑的需求而延缓脑机体衰老。能降低血液粘滞度，保持身体功能完整。四、美容养颜：古代很多重要药典都记载黑豆可驻颜、明目、乌发，使皮肤变白嫩；宋朝文学家苏东坡，曾记述当时京城汴梁宫廷内外，少男少女为了美容而服食黑豆的情景。古代著名的美容药品七宝美髯丹，主要的成份就是黑豆。为什么黑豆有助美容养颜呢？因为黑豆含有丰富的维生素，尤其是维生素e和b族维生素含量甚高，其中维生素e的含量较肉类高五至七倍，维生素e是人类发现的最好的保持青春健美，延长生命的物质。五、预防便秘：黑豆中粗纤维的含量达百分之四，超过黄豆很多，粗纤维素具有良好的通便作用，便秘是中老年人普遍的问题，现代人饮食过于讲求精致，以致粗纤维素摄入过少，加重了肠道负担，容易产生便秘，会引起痔疮肠癌的发生。每天吃点黑豆，增加粗纤维素，就可以有效预防便秘发生。

黑豆的食用方黑豆汁 功效:夏季养生食谱,清热解毒食谱,水肿食谱 主料:黑豆 100克

1. 黑豆洗净，用冷水浸泡3小时捞出；2. 黑豆放入榨汁机中，加入开水，搅打15分钟；3. 将生黑豆浆倒入锅中，以中火煮滚后，改用小火煮10分钟；4. 熄火，待黑豆汁稍凉一些，倒入杯中；5.

在黑豆汁中加入白糖，搅拌均匀，即可直接饮用。

本产品的品种是黑豆，等级是1，完整粒率≥是95（%），粗脂肪含量≥是21.0（%），粗蛋白质含量≥是42.0（%），用途是食用，杂质≤是1.0（%），水分≤是13.5（%），色泽、气味是正常，产地/厂家是安国市益源中药材有限公司，品牌是木尹氏，产品形态是原形态，规格是自选，产地是东北