

黄山农家自种黄豆——黄山土特产批发

产品名称	黄山农家自种黄豆——黄山土特产批发
公司名称	黄山丫头土特产批发部
价格	4.00/千克
规格参数	品种:大豆 纯粮率 :99 (%) 水分 :2 (%)
公司地址	中国 安徽 黄山市 黄山
联系电话	86 0559 5115008 15345595948

产品详情

品种	大豆	纯粮率	99 (%)
水分	2 (%)	杂质	1 (%)
不完善粒	2 (%)		

黄豆有“豆中之王”之称，被人们叫做“植物肉”、“绿色的乳牛”，营养价值最丰富。干黄豆中含高品质的蛋白质约40%，为其他粮食之冠。现代营养学研究表明，一斤黄豆相当于二斤多瘦猪肉，或三斤鸡蛋，或十二斤牛奶的蛋白质含量。脂肪含量也在豆类中占首位，出油率达20%；此外，还含有维生素a、b、d、e及钙、磷、铁等矿物质。一斤黄豆中含铁质55毫克，且易被人体吸收利用，对缺铁性贫血十分有利；一斤黄豆中含磷2855毫克，对大脑神经十分有利。黄豆加工后的各种豆制品，不但蛋白质含量高，并含有多种人体不能合成而又必需的氨基酸，胆固醇含量中豆腐的蛋白质消化率高达95%，为理想的补益食疗之品。黄豆及豆腐、豆浆等豆制品已成为风靡世界的健康食品。黄豆及豆制品可以作为药用。中医认为黄豆有补脾益气、清热解毒功效。《神农本草经》说“生大豆，味甘平。除痈肿，……止痛”；《食物本草会纂》说“宽中下气，利大肠，消水肿毒”；豆腐、豆浆、豆芽等豆制品具有宽中益气，和脾胃，稍胀满的作用，《延寿书》说：“……久痢，白豆腐醋煎食之即愈。杖青肿，豆腐切片贴之，频易。”豆芽又称大豆黄卷，《神农本草经》说：“大豆黄卷，味甘平，主湿痹筋挛膝痛。”蛋白质是人的“建筑材料”，蛋白质及其水解后的氨基酸和氨基酸的季铵衍生物，是人的重要营养物质，是体内不可缺少的三大要素之一。现代营养学已肯定所有的酶——生命物质中的催化剂和“发动机”，都是蛋白质；同时，影响人体正常生理功能的微量元素也属于蛋白质的范畴。所以，蛋白质是生命的基础。细胞的主要原料就是蛋白质，人的皮肤、肌肉、毛发、指甲等都少不了蛋白质。人体缺乏蛋白质，就会产生包括皮肤病在内的多种疾病，就会影响生长发育，妨碍形体健美；也可能发生营养不良性水肿、有碍面容；还会使皮肤粗糙、无弹性，皱纹增多，头发脱落，白发增多使面容显得衰老。经常食用黄豆及豆制品之类的高蛋白食物，就能营养皮肤、肌肉和毛发，使皮肤润泽细嫩，富有弹性，使肌肉丰满而结实，使毛发乌黑而光亮，使人延长青春。青豆、碗豆与黄豆的营养成分相似，医疗和美容价值也相近，可以相互代用。中医认为豆类具有良好的润泽肌肤，去黑增白的作用。李时珍在《本草纲目》中说它有“容颜红白，永不憔悴”“作澡豆，令人面光泽”的作用；《本草拾遗》认为豆粉“久服好颜色，变白不老”；《名医别录》认为黄豆芽具有“去黑，润肌肤皮毛”的作用。“肥白方”（《肘后方》）只用黄豆芽一味，磨成豆粉，制成蜜丸。内服后能增进食欲，使瘦人变为肥白。黄豆粉在唐代就是制作面药方的常用药和配制澡豆的理想基质。澡豆就是古代清洗手面的一种清洁护肤类的化妆品，是官吏贵族及平

民百姓必备的美容品，正如孙思邈在《千金翼方》中所说：“面脂手膏，衣香澡豆，士人贵胜，皆是所要。”《备急千金要方》以毕豆(即碗豆)为主药制作的“五香散”，每天早晚洗面时，取药粉轻擦面部，好像用肥皂擦洗一样，十多天后，脸上黑色或红紫色就会开始消退，坚持使用一年，脸面就会白净润泽，与众不同。