

苏比利尔野米 美国进口有机黑米 1号长野米

产品名称	苏比利尔野米 美国进口有机黑米 1号长野米
公司名称	杭州礼品城阿良食用菌经营部
价格	面议
规格参数	建议零售价: ¥ 40.00 品牌: 苏比利尔 是否进口: 是
公司地址	中国 浙江 杭州市 秋涛路491号
联系电话	86-057186050422 15355048734

产品详情

球野米的产量分布为：美国 – 90%, 加拿大 – 10%。即只有美国和加拿大才产野米。苏比利尔湖为全球最大的淡水湖泊（面积比中国的五大淡水湖之和还大），位于美国与加拿大交界处。两国在此大湖流域都盛产野米，也共用野米专业加工厂。所以即使是发过来的同一批货中，即有美国野米，又有加拿大野米，这是非常正常。这正如，太湖里的白鱼，在江苏苏州太湖边抓到的，产地写为江苏苏州，在江苏江苏无锡抓到的，就成为无锡太湖白鱼了。

野米分类：主要由长度来分的。在野米加工厂里，由专门的机器筛选出不同长度的野米，作为不同等级。但由于野米属于天然谷物，非常憔悴，在包装与运输过程中，很容易折损，所以难免会出现少量的碎米。这都属于正常的。

野米基本煮法:

- (1) 苏比利尔野米比白米需要更多的水。一般的比例为1（野米）：3（水）。
- (2) 煮苏比利尔野米比白米需要更多的时间。一般40—60分钟。
- (3) 煮苏比利尔野米时，不一定要把水全部煮干，多余的水可倒掉。

(4) 煮苏比利尔野米时，也不要时间过长，否则苏比利尔野米会失去其特有的标志性形状及独特的醇香味道。

1、野米的产地

野米，原产于北美洲，主要生长在大湖地区。野米是一种营养粮食，其麦香特别浓，它不属于稻米家族，是一种水草的种子。早在几百年前，当地的印第安人就把这种带有坚果独特味道的水生植物作为主要食品之一。十七世纪，法国的探险家在苏比利尔湖区域发现了这种香纯、营养丰富又富有坚果独特味道的水生植物。苏比利尔湖区域内野生野长的苏比利尔野米，又称为冰湖野米，由于其生长环境的清新空气，毫无污染的纯净湖水，冬季浮盖的厚雪，冰川形成的地质结构，及多世纪的自然生存进化，从而保证它的奇特的营养成份及药效。

如今，美国和欧洲人都把它作为上等美味佳肴，并伴有诗画般的传说，现民间流传的有关野米的菜谱多达上千种。

2、野米的外形特征及分类

野米外壳不用打磨，呈灰黑颜色，长1.5~2厘米，直径1~2毫米，两端渐尖，表面棕褐色，有1条因稃脉挤压而形成的沟纹，腹面从基部至中部有一条弧形的因胚体突出而形成的脊纹，脊纹二侧微凹下，长约1厘米。折断面灰白色，富有油质，质坚硬而脆。气微弱，味微甘。

没有经过处理过的野米一般是按长度来分类的，没有经过处理的野米一般适用酒店。

(1) 1号苏比利尔野米：1.5厘米至2.6厘米。特级米中绝大多数是野米流水线机器加工制成的，也有少量是按当地印第安人的传统由炭火烘烤出来，具有独特的荷叶清香味道。

(2) 2号苏比利尔野米：1.1厘米至1.6厘米。一级米基本是野米流水线机器加工制成的，接近1号米的长度，具有独特的荷叶清香味道。

(3) 3号苏比利尔野米：0.6厘米至1.3厘米。

在野米加工厂里，由专门的机器筛选出不同长度的野米，作为不同等级。但由于野米属于天然谷物，非常憔悴在包装与运输过程中，很容易折损，所以难免会出现少量的碎米。

3、野米的营养价值

野米含有极高的营养成分，被誉为“谷物中的鱼子酱”。野米的蛋白质中含有丰富的氨基酸，维生素及矿物质和多种微量元素，其膳食纤维比大米高得多，是难得的保健食品，可称之为“米”中之王。它还含有一种独特的天然抗氧化剂，具有排毒、滋润皮肤的功效。天生生长的野米是健康食品爱好者的挚爱。

出于对环境的保护，当地政府禁止在野米生长的湖水中使用任何的肥料、杀虫剂、除草剂，保持其全天然的原始生长环境，并继承了用手划的小船及木杆的传统手工收割方式。苏比利尔的野米是享有被美国农业部誉为“北方之星”的绿色食品。

冰湖野米的营养价值：

(1) 野米的纤维是白米的3倍，叶酸含量大约是白米的5倍，蛋白质大约是白米的1倍。

(2) 野米的营养价值较白米丰富，特别是在其蛋白质含量方面，尤其出色。200克煮熟的野米原来已经含有相等于一两肉的蛋白质。野米含丰富蛋白质，比白米还要多，热量却比糙米更少。

(3) 纤维不能被人体吸收，有促进肠道蠕动的作用。如果未能摄取足够纤维的话，便容易导致便秘。根据世界卫生组织的建议，每日应摄取最少20克的纤维。然而单靠进食蔬菜和水果，这个目标还是不易达到。故此，不妨多选择纤维含量较多的五谷类食物。而野米的纤维含量与以高纤见称的糙米不相伯仲，而且它在脂肪含量方面又较糙米为低。

(4) 野米的升糖指数远较香米为低，所以如果想保持血糖水平平稳，在注意进食份量的同时，不妨掺入较低升糖指数的野米。

(5) 野米中包含维生素b1、b2、b6、e、锌、硒、镁、钙、铁、磷、钠、钾。野米内维生素b1的含量高，可维持心脏及神经系统的正常运作。此外，野米也含有锌，锌是胰岛素及多种酵素的成分，是成年男性不可或缺的天然营养素。

4、野米的生理功效

试验证明野米对心脏病，癌有防治及抑制作用。长期食用野米可以补充人体最高效的抗氧化剂，延缓衰老，从而延年益寿！

野米能够预防及改善人体症状如下：

肥胖症、心脏病、癌症、前列腺病症、糖尿病、不孕不育、脚气病等。

5、野米的食用方法

野米适用于蒸饭、煮粥等烹饪手法。冰湖有机速食野米，经过国外特殊加工打磨过，这种工艺保持原有营养价值基本不变，同时可以和白米一起正常煮食，更适合亚洲一般家庭来食用。野米一般未煮熟时呈黑色，煮好后会变成深咖啡色，外壳爆开且露出“白肉”，带有特殊的木质芳香。在烹调时，野米往往需要与带底味的汤汁一起烧制。野米蒸开花后才能更好地吸入汤汁的滋味。如果用野米做的米汤加入上汤做的汤底，再浸入北海道空运的鲜元贝，味道极其鲜美。

1) 普通做法

野米形状细长，质地硬实、紧密，需提前泡制一晚，并加足量水蒸制，而且蒸好后也不会涨太大，口感非常筋道，比一般的大米有嚼劲。通常将野米用冷水提前浸泡一晚（每晚收餐时泡上，第二天开餐时用），在泡好的野米中加水至刚刚超过米面，入蒸箱蒸至米粒开花，时间约为40分钟。

普通煮法：

(1) 苏比利尔野米比白米需要更多的水。一般的比例为1(野米)：3(水)。

(2) 煮苏比利尔野米比白米需要更多的时间。一般40—60分钟。

(3) 煮苏比利尔野米时，不一定要把水全部煮干，多余的水可倒掉。但如果按这个比例，仍有多余的水分，试着用1:2.5的比例。

(4) 煮苏比利尔野米时，也不要时间过长，否则苏比利尔野米会失去其特有的标志性形状及独特的醇香味道。热、温、冷的苏比利尔野米都好吃。

示例：

材料 (做三杯煮好的野米) :

1 杯未煮的野米

3 杯液体 (水 , 清汤 , 牛肉鸡肉清汤 , 肉块汤 , 葡萄酒或这些的混合物)

1/2 茶勺的盐

I 炉灶做法 :

把所有的东西倒入重水锅, 加热煮开。调到小火, 盖上盖子。煨上30分。检查野米是否煮好。一直煨到野米发软为止。每5分钟重复检查一次。野米通常40至60分钟煮软, 但个别时, 由于颜色, 大小, 及湿度成分, 所需时间有所不同。

I 微波炉做法 :

把野米, 盐及水倒入微波炉煮饭煲中。盖上盖子, 以免水分过分蒸发。用强温转上5分钟, 调到中温再转上30至40分。

说明: 煮野米的时间在所需的范围内尽量少, 从而达到吸引人的软的食品。煮好的野米应膨胀并从旁边裂口。如果野米像爆米花一样背面裂开, 这说明野米煮的时间太长。由于苏比利尔野米是全天然的, 在煮它的时候经常发生少许不均匀状态。个别的野米在大多数的野米变软之前, 会全部爆开或卷曲。勺出几粒, 品尝是否软了。在你做过野米几次之后, 你就能从观察它们的外表来辨别是否煮好。

一旦野米煮好, 如果再继续把它放在盖上盖的锅子里, 即使离开炉子, 也会造成煮过头。如果野米不是马上要用, 打开盖子, 这样也会让它快速凉却。

一次可煮很多的野米, 存放着以后用。短期使用 (两星期内), 可用一个有盖子的容器, 把它保存在冰箱即可。长期使用, 放入冰格中保存(6个月)。

本产品的建议零售价是 ¥ 40.00, 品牌是苏比利尔, 是否进口是是, 有无中文标签是有, 原产地是美国, 售卖方式是包装, 水分含量 是5 (%), 净含量 (规格) 是454 (g), 特产是是, 保质期是36 (个月) , 生产日期是2014, 生产厂家是野生特色食材, 储藏方法是常温, 卫生许可证是320722010518, 产品标准号是sc/t3204-2000, 商品条形码是96829305, 包装规格是1*454g