

# 五谷杂粮 无染色 农家 有机 东北 黑香米

产品名称	五谷杂粮 无染色 农家 有机 东北 黑香米
公司名称	佛山市南海区罗村宝军副食商行
价格	面议
规格参数	建议零售价:¥ 12.00 品牌:盛市 是否进口:否
公司地址	广东 佛山市南海区 中南农产品交易中心东一区B039档
联系电话	075781266900 18033238036

## 产品详情

黑米是一种药、食兼用的大米，属于糯米类。黑米是由禾本科植物稻经长期培育形成的一类特色品种。粒型有粳、籼两种，粒质分糯性和非糯性两类。糙米呈黑色或黑褐色。黑米外表墨黑，营养丰富，有“黑珍珠”和“世界米中之王”的美誉。食用价值高，除煮粥外，还可以制作各种营养食品和酿酒。

黑米和紫米都是稻米中的珍贵品种，属于糯米类。主要营养成分（糙米）：按占干物质计，含粗蛋白质8.5-12.5%，粗脂肪2.7-3.8%，碳水化合物75-84%，粗灰分1.7-2%。黑米所含锰、锌、铜等无机盐大都比大米高1~3倍；更含有大米所缺乏的维生素c、叶绿素、花青素、胡萝卜素及强心甙等特殊成分，用黑米熬制的米粥清香油亮，软糯适口，营养丰富，具有很好的滋补作用，因此被称为“补血米”、“长寿米”等；中国民间有“逢黑必补”之说。

### 鉴别方法

### 普通方法

1. 看：看黑米的色泽和外观。一般黑米有光泽，米粒大小均匀，很少有碎米、爆腰（米粒上有裂纹），无虫，不含杂质。次质、劣质黑米的色泽暗淡，米粒大小不匀，饱满度差，碎米多，有虫，有结块等。对于染色黑米，由于黑米的黑色集中在皮层，胚乳仍为白色，因此，消费者可以将米粒外面皮层全部刮掉，观察米粒是否呈白色，若不是呈白色，则极有可能是人为染色黑米。

2. 闻：闻黑米的气味。手中取少量黑米，向黑米哈一口热气，然后立即嗅气味。优质黑米具有正常的清香味，无其他异味。微有异味或有霉变气味、酸臭味、腐败味和不正常气味的为次质、劣质黑米。

3. 尝：尝黑米的味道。可取少量黑米放入口中细嚼，或磨碎后再品尝。优质黑米味佳，微甜，无任何异味。没有味道、微有异味、酸味、苦味及其他不良滋味的为次质、劣质黑米。

#### 化学方法

白醋检测法非常准确，值得推荐。

具体方法：取若干米粒，一粒粒间隔的摆开，用白醋分别滴在上面，等几分钟有红色发生（类似红酒的那种颜色，红酒的红色就是花青素和酸反应的结果）就是好米，染色米的话滴上去染料的颜色马上出来的。

取样尽量多点，因为现在市场上有染色米和黑米混合的黑米。如果没有任何反应，那就是已经抽取了青花素的黑米，这种行径更恶劣，因为黑米最大的有益营养就是超高的青花素含量。

另外利用酸和青花素的反应鉴别的方法还能用于鉴别其它富含青花素的食物。

#### 黑香米和黑糯米对比图

功效1.黑米 具有清除自由基、改善缺铁性贫血、抗应激反应以及免疫调节等多种生理功能；

2黑米 中的黄酮类化合物能维持血管正常渗透压，减轻血管脆性，防止血管破裂和止血；

3黑米 有抗菌，降低血压、抑制癌细胞生长的功效；

4黑米 还具有改善心肌营养，降低心肌耗氧量等功效。

5黑米所含锰、锌、铜等无机盐大都比大米高1~3倍；更含有大米所缺乏的维生素c、叶绿素、花青素、胡萝卜素及强心甙等特殊成分，因而黑米比普通大米更具营养。

多食黑米具有开胃益中，健脾暖肝，明目活血，滑涩补精之功，对于少年白发、妇女产后虚弱，病后体虚以及贫血、肾虚均有很好的补养作用。

6黑米中含膳食纤维较多，淀粉消化速度比较慢，血糖指数仅有55（白米饭为87），因此，吃黑米不会像吃白米那样造成血糖的剧烈波动。此外，黑米中的钾、镁等矿物质还有利于控制血压、减少患心脑血管疾病的风险。所以，糖尿病人和心血管疾病患者可以把食用黑米作为膳食调养的一部分。

7食用方法：为了更多地保存营养，黑米往往不像白米那样精加工，而是多半在脱壳之后以“糙米”的形式直接食用。这种口感较粗的黑米最适合用来煮粥，而不是做成米饭。

煮粥时，为了使它较快地变软，最好预先浸泡一下，让它充分吸收水分。夏季要用水浸泡一昼夜，冬季浸泡两昼夜。然后用高压锅烹煮，只需20分钟左右即可食用。为了避免黑米中所含的色素在浸泡中溶于水，泡之前可用冷水轻轻淘洗，不要揉搓；泡米用的水要与米同煮，不能丢弃，以保存其中的营养成分。一般来说，黑粳米和黑糯米用来煮粥口感最好。黑粳米煮粥时，最好配些糯米来增加黏度。除了粥之外，黑米还可以做成点心、汤圆、粽子、面包等。现在还开发出了黑米酒，其中含有黑色素，能起到保健作用。

8贡米酿藕做法:

原料：黑米100克 鲜藕1000克 白糖30克  
制作方法：将藕洗净去皮，一头切开。把泡洗好的黑米薄在藕孔里，上笼蒸约40分钟取出，晾凉后切成斜刀厚片，摆在盘里，撒上白糖即成。

9制作油料蛋白黑米糊：

1、原料配伍：黑米55%\*60%，蔗糖25%，芝麻12%，大豆10%，蛋黄粉1%。



建议用旺旺联系，帮您沟通最优惠的物流方案，认准同一个客服咨询，可以得到量较大，客服旺旺经常会爆掉，如果长时间未得到回复，可以选择其它方式联系购物！

---

### 关于价格

本店价格全网最低，有什么疑问可以直接联系我们的客服，我们会在第一时间给着客户订单数的增加价格会发生变化，所有解释权归本公司。

---

### 关于发货

- 1.产品运费默认为天天快递费用，建议1箱采购时使用或广东省内采购使用；
- 2.其他地区采购请联系旺旺或致电，下单后店主改价走物流，运费到付，一般市
- 3.默认快递为10kg产品，如果拍5kg需要店主改价。

---

### 关于退换

如需办理退换货，只要货物无污损，可以宝贝收到七天内办理可无条件退换货一  
回邮费买家承担，若质量问题  
运费我们承担。请完整填写退换货的清单，将退货清单与商品一起寄回，赠送物

本产品的建议零售价是¥12.00，品牌是盛市，是否进口是否，有无中文标签是有，生产许可证编号QS是440603030481，原产地是吉林，售卖方式是散装，水分含量是5(%)，净含量(规格)是25000(g)，特产是是，保质期是12(个月)，生产日期是3个月内，生产厂家是吉林盛市，储藏方法是密封