

东北黑木耳 秋木耳食用菌 厂家直销当天

产品名称	东北黑木耳 秋木耳食用菌 厂家直销当天
公司名称	海林市远东商贸有限公司
价格	面议
规格参数	品种:黑木耳 种类:干木耳 等级:一级
公司地址	黑龙江省牡丹江市海林市山市镇西街村
联系电话	0453-7502529 15201335829

产品详情

营养价值、功效作用

简介 木耳

又名黑木耳、云耳、桑耳、松耳、中国黑真菌。木耳质地柔软，口感细嫩，味道鲜美，风味特殊，是一种营养丰富的著名食用菌；可素可荤，不但为菜肴大添风采，而且能养血驻颜，祛病延年。木耳属真菌学分类属担子菌纲，木耳目，木耳科。国内有8个品种。木耳菌状如耳朵，寄生于枯木上，含糖类、蛋白质、脂肪、氨基酸、维生素和矿物质。新鲜的木耳呈胶质片状，半透明，成圆盘形，侧生在树木上，耳形不规则形，耳片直径3~12厘米，有弹性，腹面平滑下凹，边缘略上卷，背面凸起，并有极细的绒毛，呈黑褐色或茶褐色。干燥后收缩为角质状，硬而脆性，背面暗灰色或灰白色；入水后膨胀，可恢复原状，柔软而半透明，表面附有滑润的粘液。现代营养学家盛赞黑木耳为“素中之荤”，其营养价值可与动物性食物相媲美。

营养价值1、木耳中铁的含量极为丰富，故常吃木耳能养血驻颜，令人肌肤红润，容光焕发，并可防治缺铁性贫血；2、木耳含有维生素k，能减少血液凝块，预防血栓症的发生，有防治动脉粥样硬化和冠心病的作用；3、木耳中的胶质可把残留在人体消化系统内的灰尘、杂质吸附集中起来排出体外，从而起到清胃涤肠的作用；4、它还有帮助消化纤维类物质功能，对无意中吃下的难以消化的头发、谷壳、木渣、沙子、金属屑等异物有溶解与烊化作用，因此，它是矿山、化工和纺织工人不可缺少的保健食品。5、它对胆结石、肾结石等内源性异物也有比较显著的化解功能；6、木耳含有抗肿瘤活性物质，能增强机体免疫力，经常食用可防癌抗癌。

功效与作用： 1、对血液系统的影响 2、对核酸和蛋白生物合成的影响

3、降血脂及抗动脉粥样硬化的作用 4、延缓衰老作用 5、抗辐射及抗炎作用

6、抗溃疡作用 7、降血糖作用 8、抗生育作用 9、抗癌、抗突变作用 木耳的功效：木耳味甘、性平，归胃、大肠经；具有益气、润肺、补脑、轻身、凉血、止血、涩肠、活血、强志、养容等功效；主治气虚或血热所致腹泻、崩漏、尿血、齿龈疼痛、脱肛、便血等病症。

营养分析 1. 木耳中铁的含量极为丰富，故常吃木耳能养血驻颜，令人肌肤红润，容光焕发，并可防治缺铁性贫血； 2. 木耳含有维生素k，能维持体内凝血因子的正常水平，防止出血； 3. 木耳中的胶质可把残留在人体消化系统内的灰尘、杂质吸附集中起来排出体外，从而起到清胃涤肠的作用； 4. 它对胆结石、肾结石等内源性异物也有比较显著的化解功能； 5. 它还有帮助消化纤维类物质功能，对无意中吃下的难以消化的头发、谷壳、木渣、沙子、金属屑等异物有溶解与烊化作用，因此，它是矿山、化工和纺织工人不可缺少的保健食品

6. 木耳含有抗肿瘤活性物质，能增强机体免疫力，经常食用可防癌抗癌。适用人群 适合心脑血管疾病、结石症患者食用，特别适合缺铁的人士、矿工、冶金工人、纺织工、理发师食用；有出血性疾病、腹泻者的人应不食或少食；孕妇不宜多吃。

注意事项 木耳不宜与田螺同食，从食物药性来说，寒性的田螺，遇上滑利的木耳，不利于消化，所以二者不宜同食。患有痔疮者木耳与野鸡不宜同食，野鸡有小毒，二者同食易诱发痔疮出血。木耳不宜与野鸭同食，野鸭味甘性凉，同时易消化不良。

用法用量 木耳以做辅料为主，食用方法很多，荤素皆宜，炒菜、烩菜、做汤等辅以木耳，味道异常鲜美。 木耳清洗：在温水中放入木耳，然后再放入盐，浸泡半小时可以让木耳快速变软；温水中放入木耳，然后再加入两勺淀粉，之后再搅拌。用这种方法可以去除木耳细小的杂质和残留的沙粒。

联系电话：13601177848

本产品的品种是黑木耳，种类是干木耳，等级是一级，干湿比 是1 12，耳片厚度 是0.12（mm），水分 是0.001（%），杂质 是0.001（%），灰分 是0.001（%），产地/厂家是海林市远东山产品加工厂