

## 两斤价批发古田特产 鸡腿菇 蘑菇 天然农货 产地

产品名称	两斤价批发古田特产 鸡腿菇 蘑菇 天然农货 产地
公司名称	古田县阮家菌味食用菌经营部
价格	面议
规格参数	种类:干鸡腿菇 品牌:其他 等级:特级
公司地址	福建省宁德市古田县城西街道南山南路六弄6号
联系电话	暂无

### 产品详情

本店商品均为实物拍摄！（干货每批都稍有不同，但都不会差别太大。要其他品质的需商议）因食品的特殊性，所以一概售出，如无质量问题，不予退换货！介意者慎拍！

鸡腿菇又称鸡腿蘑、毛头鬼伞、刺蘑菇等，因其形如鸡腿，味似鸡丝而得名。

每天在我们食用菌市场交易的量都是以吨为计量单位的。

鸡腿菇的营养成分：鸡腿菇含有蛋白质，脂肪，总糖，纤维，还含有钾，钠，钙，镁，磷等常量元素和铁，铜，锌，锰，钼，钴等微量元素。鸡腿菇含有20种氨基酸人体必需氨基酸8种全部具备，鸡腿菇还含有抗癌活性物质和治疗糖尿病的有效成分，长期食用，对降低血糖浓度，治疗糖尿病有较好疗效，特别对治疗痔疮效果明显

给亲们介绍下鸡腿菇的作用和功效：鸡腿菇味甘性平，有益脾胃，清心安神、治痔等功效。鸡腿菇营养丰富、味道鲜美，口感极好，经常食用有助消化、增加食欲，增强人体免疫力，具有很高的营养价值。具有多种生理作用，其中胰蛋白酶、麦芽糖酶等可以帮助消化，酪氨酸酶有降低血压的作用，多糖化合物则有一定的防癌抗癌作用。所含的脂肪多为不饱和脂肪酸，食用后不会增加血液中的胆固醇含量，可以预防动脉硬化、心脏病及肥胖症等。鸡腿菇对大肠杆菌、金黄色葡萄球菌、枯草杆菌还有一定的抑制作用。

鸡腿菇基本都有帽子的，但是因为烘干过后，干度很好，所以包装加运输途中肯定会有帽子脱落的情况，这个是难免的，我们也会尽量避免，亲们介意的慎拍哦~我们也是保证给亲最好的干货！

每100g干鸡腿菇中含有蛋白质25.9g，总糖56.2g，脂肪2.9g，粗纤维7.1g，灰分12.0g，钙112mg，磷695mg，铁32.5mg，维生素b1 0.83mg，维生素b2 1.15mg，热能值1447.7焦耳。在其蛋白质中8种人体必需的氨基酸全部具备，特别赖氨酸和亮氨酸含量十分丰富。鸡腿菇味甘性平，有益脾胃、清心宁神、助消化、增食欲、降血压、抗肿瘤等功效。经常食用可提高人体免疫功能，增强抗病能力。鲜菇中含有多种生物活性酶，具有多种生理作用。

美味食谱：鸡腿菇炒肉

材料

鸡腿菇，猪肉，油，盐，酱油，鸡精，料酒。

做法

1.鸡腿菇切条，放入锅中干煸到变成金黄色。2.放入猪肉翻炒。3.肉变色后，放入鸡腿菇，翻炒一下，加酱油，料酒，鸡精，盐调味，出锅。

## 鸡蛋瘦肉炒鸡腿菇

材料

鸡蛋2个，瘦肉50克，鸡腿菇2个，蒜子2瓣，葱、青辣椒、盐，油适量。

做法

1、鸡蛋打散，瘦肉切丝，鸡腿菇切片，蒜拍碎，葱、辣椒切碎备用。2、锅里放油烧热把鸡蛋煎块，放入蒜爆香再放入肉丝和鸡腿菇，辣椒翻炒。3、炒到鸡腿菇软了放入盐炒均炒熟撒上葱花就可以了。

## 鸡腿菇烧汁酿扇贝

材料

鸡腿菇16个，扇贝8只起肉，菜芯（取后半部）8个，生蛋黄2个，甘蓝叶1张，绿车厘子2枚，鸡胸脯肉丁100克。调料鸡汤150克，韩国烧汁15克，味精、鸡精各15克，糖8克，生粉20克，色拉油750克。

做法

1、用两个鸡腿菇夹住一只扇贝（要用生粉加入蛋黄调成浆涂抹在2只鸡腿菇的两边），用不粘锅小火煎3-4分钟至两边金黄色盛于盘中。2、锅内烧油至六成热，下入用5克盐腌渍5分钟的鸡肉丁，小火炸5分钟捞出。3、净锅内放鸡汤、韩国烧汁、味精、鸡精、糖烧开后加入5-6克生粉勾芡，淋于盛装在盘内的扇贝鸡腿菇上成形，在沸水中氽熟的菜芯与扇贝鸡腿菇间隔摆放，盘中间摆放甘蓝叶，放上鸡丁，上置车

厘子。味型咸鲜口味。

本产品的种类是干鸡腿菇，品牌是其他，等级是特级，高度是5（cm），完整性是90.0（%），杂质是0.1（%），水分是20（%），产地/厂家是福建古田