

大量供应百合

| | |
|------|---------------------------------------|
| 产品名称 | 大量供应百合 |
| 公司名称 | 靖西市慧民生态农业种植有限公司 |
| 价格 | 40.00/公斤 |
| 规格参数 | |
| 公司地址 | 靖西县化峒镇力行村 |
| 联系电话 | 15078184286 15078184286 , 13132960819 |

产品详情

百合的营养价值、药用功效

百合：别名百合蒜、山百合、野百合、喇叭筒、重迈、中庭、重箱、摩罗、强瞿、蒜脑薯。形态特征百合科，为百合科植物百合、卷丹、山丹、川百合等的鳞茎。因其鳞茎瓣片紧抱，“数十片相摺”，状如白莲花，故名“百合”。百合为多年生球根草本花卉，株高40—60厘米，还有高达1米以上的。茎直立，不分枝，草绿色，茎秆基部带红色或紫褐色斑点。地下具鳞茎，鳞茎由阔卵形或披针形，白色或淡黄色，直径由6—8厘米的肉质鳞片抱合成球形，外有膜质层。多数须根生于球基部。单叶，互生，狭线形，无叶柄，直接包生于茎秆上，叶脉平行。有的品种在叶腋间生出紫色或绿色颗粒状珠芽，其珠芽可繁殖成小植株。花着生于茎秆顶端，呈总状花序，簇生或单生，花冠较大，花筒较长，呈漏斗形喇叭状，六裂无萼片，因茎秆纤细，花朵大，开放时常下垂或平伸；花色，因品种不同而色彩多样，多为黄色、白色、粉红、橙红，有的具紫色或黑色斑点，也有一朵花具多种颜色的，极美丽。花瓣有平展的，有向外翻卷的，故有“卷丹”美名。有的花味浓香，故有“麝香百合”之称。花落结长椭圆形蒴果。

营养分析 百合含有淀粉、蛋白质、脂肪及钙、磷、铁、镁、锌、硒、维生素b1、b2、c，泛酸、胡萝卜素等营养素，还含有一些特殊的营养功效成分，如秋水仙碱、百合甙ab等多种生物碱。经分析每100克鲜百合含有蛋白质4.1克，脂肪0.6克，淀粉19.8克，糖9.8克，钾0.66克。

营养价值 百合主要含生物素、秋水仙碱等多种生物碱和营养物质，有良好的营养滋补之功，特别是对病后体弱、神经衰弱等症大有裨益。支气管不好的人食用百合，有助病情改善，皆因百合可以解温饱润燥。常食有润肺、清心、调中之效，可止咳、止血、开胃、安神。百合中的硒、铜等微量元素能抗氧化、促进维生素c吸收，可显著抑制黄曲霉素的致突变作用，临床上常用于白血病、肺癌、鼻咽癌等肿瘤的辅助治疗。有助于增强体质，抑制肿瘤细胞的生长，缓解放疗反应。百合富含淀粉、蛋白质、脂肪及钙、磷、铁等矿物质，具有润肺止咳、宁心安神、补中气血的功效。

药用功效 百合性味甘、微苦而平。中医学认为，百合有清心润肺、除烦安神、化痰止咳的作用。现代医学发现，百合含多种生物碱、淀粉、蛋白质、脂肪等。可用于虚热烦扰、心肺郁热、烦闷惊悸、神志不安、夜寐不宁以及高血压病、高脂血症、动脉硬化症、癌症及脂肪等患者。

1、润肺止咳 百合甘凉清润，主入肺心，长于清肺润燥止

咳，清心安神定惊，为肺燥咳嗽、虚烦不安所常用。鲜百合含黏液质，有镇静止咳作用，适用于肺结核、咳嗽、咯血等症。中医用之治疗肺燥或肺热咳嗽等症常能奏效。 2、宁心安神 百合入心经，性微寒，能清心除烦，宁心安神，用于热病后余热未消、神思恍惚、失眠多梦、心情抑郁、喜悲伤欲哭等病症。 3、美容养颜 百合洁白娇艳，鲜品富含黏液质及维生素，对皮肤细胞新陈代谢有益，常食百合，有一定美容作用。油性皮肤的人多吃百合对皮肤特别好。 4、防癌抗癌 百合含多种生物碱，对白细胞减少症有预防作用，能升高血细胞，对化疗及放射性治疗后细胞减少症有治疗作用。百合在体内还能促进和增强单核细胞系统和吞噬功能，提高机体的体液免疫能力，因此百合对多种癌症均有较好的防治效果。

制作指导 将鲜百合的鳞片剥下，撕去外层薄膜，洗净后在沸水中浸泡一下可除去苦涩味。

西芹百合:原料：西芹、百合各适量。做法：1、百合一瓣儿一瓣儿剥下、洗净，除去百合老衣；西芹洗净，切断（切片）；胡萝卜切成片状。2、炒锅放油烧至七成热，投入胡萝卜、西芹、百合，略炒。3、加上调味品--盐、味精特点：西芹脆、百合酥、略苦，清凉爽口。 百合银耳粥：原料：鲜百合50克，银耳10克，大米100克。做法：将百合洗净切碎，银耳用温水发开后洗净切碎，与大米同煮为粥。功用：百合，味甘性微寒，有养阴润肺，清心安神的功效;银耳，味甘淡性平，有滋阴润肺，养胃生津的功效;大米益气健脾。三者同煮为粥，具有润肺养阴，健脾生津的作用。 药用方法 1、百合、旋复花各等份，焙干研为细末，加蜜水日服3次，治肺病咯血、咳嗽痰血、干咳咽痛。2、百合、粳米各50克，去尖杏仁10克，白糖适量，共煮粥食，治肺燥咳嗽，干咳无痰。3、百合2~3个，洗净捣汁，以温开水日服2次，治老年慢性支气管炎伴有肺气肿。4、百合30~60克，捣研绞汁，以温开水饮服，治肺痛。5、百合25克，菖蒲6克，酸枣仁12克，水煎日服1剂，治神经衰弱、心烦失眠。6、干百合研末，每日2次以温开水服6克，治耳聋或耳痛。7、如取野百合同食盐捣泥，敷患处，治疮肿不穿，甚良。8、生百合捣烂，外涂天疱疮，每天1~2次，数日则愈。9、生百合洗净晒干研粉，涂于外伤出血处，有良好的止血效果。10、临床报道，用百合制成百合海绵，填塞治疗鼻衄、鼻息肉切除、中下鼻甲部手术后止血,观察百余例，百合海绵在鼻腔内溶化，被组织吸收，既无过敏反应，又有止血效果。 相关人群 适宜人群：虚肺弱，慢性支气管炎，肺气肿，肺结核，支气管扩张咳嗽咯血者宜食；急性热病后期，神智恍惚，以及妇女更年期神经官能症，瘵病，坐卧不安，神经衰弱，心悸怔忡，睡眠不宁，惊悸易醒者宜食；肺癌、鼻咽癌及其化疗放疗后食用，因百合能抑制肿瘤细胞的生长，缓解放疗反应。哮喘、肺燥者尤其适合。

不适宜人群：感冒风寒咳嗽者忌食；脾胃虚寒，腹泻便溏者忌食。 注意事项 食疗上建议选择新鲜百合为佳。四季皆可食用，秋季最宜。百合虽能补气，亦伤肺气，不宜多服。 精选妙藏 1、新鲜百合应选个大、瓣匀、肉质厚、色白或呈淡黄色的，剔除杂质、烂心或霉变的；干百合以干燥、无杂质、肉厚且晶莹透明者为佳。2、百合色黄，凹部潮湿，可能是烂心。3、可以将其放在米缸中储存，能够延长存放的时间。 趣闻 百合花素有“云裳仙子”之称。由于其外表高雅纯洁，天主教以百合花为玛利亚的象征，而梵蒂冈、法国以百合花为国花。百合的鳞茎由鳞片抱合而成，又“百年好合”“百事合意”之意，中国人自古视为婚礼必不可少的吉祥花卉。百合花主要用来观赏，尤以荷兰及日本输出的切花品种居多。百合花的球根含丰富淀粉质，部分品种可作为蔬菜食用。