

# 蓝莓的营养价值及功效

产品名称	蓝莓的营养价值及功效
公司名称	武汉蓝欣荣农业科技有限公司
价格	面议
规格参数	品牌:欣荣
公司地址	黄陂区天河街天安道
联系电话	13071250066

## 产品详情

近年来蓝浆果资源越来越受到国内外食品、保健品业界的关注。蓝莓，又称笃斯、越橘，俗称都柿，为杜鹃花科越橘属野生落叶灌木，其果实为浆果，成熟后为蓝紫色，球形或椭圆形，果皮有白霜。

蓝莓的果味鲜美、营养丰富，每百克鲜果中含蛋白质0.27克，碳水化合物约6克，柠檬酸、苹果酸等有机酸2.3克，胡萝卜素0.25mg，维生素c高达53mg，经国家标准物质检测中心检测，蓝莓浆果中含有19种氨基酸，其中含有人体所必须的8种氨基酸，而且比例适当。此外，蓝莓浆果中还检测出维生素d、钙、磷、铁、锌、硒、sod，尤其是还含有防止视力降低和退化对血管硬化、心脏疾病、减缓衰老，增强记忆力都有显著功效的活性物质——花香素，不愧为浆果中的极品，被美国时代杂志评选为“十大最佳营养食品之一”。

据美国、日本、欧洲科学家研究，经常食用蓝莓制品，可明显地增强视力，消除眼睛疲劳；营养皮肤；延缓脑神经衰老；对由糖尿病引起的毛细血管病有治疗作用；增强心脏功能；预防老年痴呆。人类的健康史已经从20世纪的抗生素、维生素时代，进入了21世纪的花青素时代。

蓝莓汁可以用来提取蓝莓红色素，广泛用于食品着色及宇航员、中小學生做的保健品。蓝莓中含有一种称为“花青素”(anthocyanin)的活性物质，这是维护眼睛健康、预防视力受损的重要元素，其功能在于保护眼睛的微血管，进而促进血液循环；同时更有加速视紫质朴(visualpurple)再生的能力，而视紫质朴正是良好视力不可或缺的东西。在保护珍贵的视力方面，花青素是一种已知具有辅助功效的物质之一。经常使用电脑的人，爱玩游戏机的儿童，功课繁忙的学生，长时间驾车者，以及专注细微工作的人，都需要补充花青素解决眼疲劳问题，而蓝莓产品是最好的花青素来源。花青素作为一种抗氧化功能食品正式进入美国市化功能食品正式进入美国市场。

实验应用证明，目前已发现花青素对近100多种疾病具有具有直接或间接的预防治疗作用。

想了解更多关于防近视或蓝莓的知识请点击武汉蓝莓采摘欣荣蓝莓园参考：[www.boomberry.cn](http://www.boomberry.cn)