真菌之花 新鲜竹荪 云南

产品名称	真菌之花 新鲜竹荪 云南
公司名称	贵州聚特工贸有限公司
价格	80.00/千克
规格参数	产地/厂家:云南 品种:竹荪 种类:鲜竹荪
公司地址	贵州省贵阳市云岩区白云大道156号
联系电话	暂无

产品详情

产地/厂家	云南	品种	竹荪
种类	鲜竹荪	等级	特级
新奇创意项目	不报名		

竹荪，又有竹参、竹笙、面纱菌等名称。竹荪是云南特有的一种名贵食用菌，也是世界上著名的珍贵食用真菌。竹荪产于夏秋之季，从苦竹根部长出。它有深绿色的菌帽，雪白圆柱状的菌柄，粉红色的蛋形菌托，在菌柄顶端生着一圈细致洁白的网状裙，从菌盖向下铺开，形似汽灯纱罩，黎个菌体显得十分美丽，有"真菌之"、"蘑菇女皇"等美称。

竹荪的营养价值很高，含粗蛋白、粗脂肪、碳水化合物，还含有多种氨基酸，特别是谷氨酸的含量很丰富。竹荪洁白如雪，鲜甜脆嫩，清香爽口，味道极美。不仅可单独做菜。而且还可与各种荤菜或素菜相搭配。把竹荪与肉共煮或将汁浇在肉上，在炎夏还有防馊防腐的特异功能。竹荪不仅是高级筵席上的名贵菜肴。

秋季生长在潮湿竹林地，色彩艳丽、具有菌裙，分长裙竹荪和短裙竹荪。菌体洁白脆嫩爽口，味道鲜美，与其他食物共煮有防腐作用。主要分布于中国的福建、云南、四川、贵州、湖北、安徽、江苏、浙江、广西、海南等地，其中以福建三明、南平以及云南昭通贵州织金四川长宁县最为闻名。

原野生采集的竹荪，价等黄金，有“ 真菌之花 ”、“ 菌中皇后 ”之誉。列为“ 草八珍 ”。是宴席上的美味佳肴，它营养丰富，脆嫩爽口，历来是我国高档出口商品。它富含21种氨基酸，是高蛋白，低脂肪的营养品。

营养分析

1.竹荪含有丰富的多种氨基酸、维生素、无机盐等，具有滋补强壮、益气补脑、宁神健体的功效；
2.补气养阴，润肺止咳，清热利湿；主治肺虚热咳、喉炎、痢疾、白带、高血压、高血脂等病症。
3.竹荪的有效成分可补充人体必需的营养物质，提高机体的免疫抗病能力；

4.竹荪能够保护肝脏，减少腹壁脂肪的积存，有俗称“刮油”的作用，从而产生降血压、降血脂和减肥的效果；

5.云南苗族人患癌症的几率较低，这恐怕与他们经常用竹荪与糯米一同泡水食用有关。

适宜人群

一般人群均可食用

1. 肥胖、脑力工作者、失眠、高血压、高血脂、高胆固醇患者、免疫力低下、肿瘤患者可以常食；2. 竹荪性凉，脾胃虚寒之人不要吃得太多。

烹饪指导

注意：干品烹制前应先用淡盐水泡发，并剪去菌盖头（封闭的一端），否则会有怪味。注意不要放在日光直射的地方和高温潮湿的地方，开封时请尽快食用。

食用方法：

一、将干竹荪50g用温水泡10分钟，洗净，切成一寸左右，将排骨500g切成方块形，和切好的竹荪一起放入锅中，加入550g100°C的热水烧20分钟后加入盐，味精即可食用。

二、将干竹荪50g用温水泡10分钟、洗净，把切成很碎并加有盐和味精的细猪肉放入竹荪的空心中，一条条摆好，蒸25分钟后，等50°C时切成方块即可食用。

三、竹荪母鸡汤

这倒真是再简单不过的菜了，只要原料够好——真正的土养的老母鸡，而且不要超过三斤的那种。 将土养老母鸡去毛、淘尽内脏、减去鸡屁股并洗净鸡身后，先烧滚一过水，将老母鸡整个儿地浸在滚水中焯去血腥气，捞出后冲一下。

砂锅中一次性加满水，放入老母鸡，加拍松的生姜块一个、料酒一小勺，先大火烧开后，用小火慢慢炖。炖鸡时，为了防止汤水溢出，可以在砂锅上架两根竹筷，再盖上锅盖。大约三小时后，鸡汤已经呈现金黄色。这时可以将已经用水发过的竹荪切段，投入鸡汤中，再炖，等竹荪充分浸润了鸡汤的味道后，根据个人口味加盐，关火，撒一点点葱花增香，就可上桌了。

要点：给鸡焯水时不要弄破鸡皮；水发竹荪要多浸泡一会儿，才会去除那股怪味儿，竹荪不要放多，否则会夺鸡汤的鲜味；如果老母鸡肚子里油很多，要挖出来扔掉一点，尤其是在夏天对于喜欢清淡的人来讲。

四、竹荪红螺汤

功效: 养肝明目，温中补肾。 来源: 保健汤菜大全 出处: 中华药汤谱

用 料： 红螺肉400克，豌豆苗50克，竹荪10克，料酒、精盐、味精、葱段各适量。

制 法： 将红螺肉洗净切片，放沸水锅中焯透捞出。竹荪用清水泡软，洗去泥沙，切去两头，再用清水漂洗成白色时捞出，切成段。豌豆苗去杂洗净。坐锅加清水，放入竹荪、料酒、精盐、螺片，烧煮开后放入豆苗、葱段，略煮片刻，加味精起锅。

用 法： 每周1～2剂，分数次服用，用量不限。

注 释：红螺肉含丰富的蛋白质、无机盐及多种维生素，性味甘凉，具有清热明目的作用。配以山珍之品竹荪，不仅味鲜美，而且有较高营养价值。

适应症: 脾胃虚弱，神经衰弱，视物不清等症。

五、竹荪烩鸡腰竹荪烩鸡腰，类别:
药膳色泽协调，鸡腰肥烂，竹荪脆嫩，清淡适口。是云南高级筵席汤菜之一。

【原料】 鸡腰200克、精盐8克、云腿30克、味精2克、胡萝卜30克、干竹荪30克、鸡清汤500克、蒸蛋黄糕30克、芝麻油5克。

【制作过程】1.干竹荪用凉水涨发，淘洗干净，再用凉水发透，捞入热水锅中氽后，取出改刀。胡萝卜、莴笋分别在热水锅中焯熟，过凉，切成象眼块。云腿、蒸蛋黄糕切片。

2.鸡腰清洗干净，用鸡清汤氽熟，捞入冷水中过凉。用刀从鸡腰中间划一道口，撕去薄膜，沿刀日再平片为两半，入碗，加鸡清汤l00克，盐2克，上笼蒸10分钟。

3.炒锅置旺火，注入鸡清汤400克，依次下云腿、蒸蛋黄糕、胡萝卜、莴笋，烧开后撇去浮沫，将竹荪挤去水分放入，加盐6克、味精、胡椒粉调味，起锅入汤碗，将蒸好的鸡腰连汁倒入，淋上芝麻油即成。

（竹荪用凉水泡约2～3小时，胀透后，用清水反复洗净泥沙和杂质，即可用凉水泡上待用）

服务诺

凡是出现质量问题所有商品均可无条件退款，由本店承担运费。为了保障您的利益，请你拍下宝贝后认真填写你的收货地址,本店会按照您所提供的地址及时发货。请当面点清包裹内货物的数量；查看商品的外观是否有破损。如有问题请尽快联系我们， 我们会在第一时间采取行动，保证给您一个满意的答复.

邮资明：

。

注：店铺上拍下的邮费会根据实际情况