

# 新疆葡萄干、果大、均匀、含糖高、色泽纯正

产品名称	新疆葡萄干、果大、均匀、含糖高、色泽纯正
公司名称	何明玲（个体经营）
价格	13.00/千克
规格参数	
公司地址	中国 新疆 乌鲁木齐市 网页
联系电话	86 0997 18997861331

## 产品详情

### 葡萄干

葡萄干为葡萄科葡萄属植物各种葡萄的果实。

#### 新疆

的无核葡萄制成的葡萄干最有名，有得天独厚的炎热、干燥气候，用砖搭成的阴干房四面墙上有许多墙洞，中间是木棍搭成的支架，将成熟的无核葡萄搭上，经过热风的吹，很快就能得到高质量的葡萄干。

葡萄干内的含水量只有15-25%，其**果糖**

的含量高达60%。因此它非常甜。葡萄干因此可以保存很久，时间长了后葡萄干里的果糖有可能结晶，但这并不影响其食用。葡萄干可以被作为**点心**直接食用或放在糕点中，一些地方的烹调食用葡萄干调料。

#### 功效

补血补气。女性由于每月一次的生理期失血，极易患轻度**贫血**，脸色**苍白**

、面颊缺少红色，看起来无精打采，而且怕冷，常年手脚冰凉。葡萄可以帮你恢复好气色——**中医**认为葡萄具有“补血强智利筋骨，健胃生津除烦渴，益气逐水利小便，滋肾益肝好脸色”的功效，平常多吃葡萄，可以缓解手脚冰冷、腰痛、贫血等现象，提高免疫力。上班的女性不妨每天吃一小把葡萄干，连服7天就能收到明显的效果

。需要注意的是，服用期间应不食瓜类等**寒性食物**，以免影响疗效。这个小验方对治疗白带过多也有效。

#### 营养

## 好吃的葡萄干

不少**王果**

都有其促进人体健康的绝招，而葡萄干所含的营养成分更是令营养学家赞叹不已，美国营养学家前不久做过的一项研究表明，

如果每天摄食相当于400卡路热的葡萄干，能

有效降低血中**胆固醇**

，同时还能抑制血中坏胆固醇的氧化。此外

，葡萄干能改善**直肠**的健康，因为葡萄干含有**纤维**和**酒石酸**

，

能让

排泄物快

速通过直肠，减少

污物在肠中停留的时间。更令人兴奋

的是，葡萄干中含有一种称为**白藜芦醇**

的成分，它能有效地防止细胞恶

变或抑制恶性肿瘤的增长，而且能阻止**白血病**

细胞的分裂。另外，葡萄干中的纤维能

防止果糖在血液中转化成**三酸甘油酯**——一种血液脂肪，从而降低罹患心脏病的危险。

葡萄干的营养素含量（指100克可食部食品中的含量）

热量(千卡) 341**硫胺素**(毫克) .09钙(毫克) 52

**蛋白质**(克) 2.5**核黄素**(毫克) 0**镁**(毫克) 45

**脂肪**(克) .4**烟酸**(毫克) 0**铁**(毫克) 9.1

**碳水化合物**(克) 81.8**维生素c**(毫克) 5**锰**(毫克) .39

**膳食纤维**(克) 1.6**维生素e**(毫克) 0**锌**(毫克) .18

**维生素a**(微克) 0**胆固醇**(毫克) 0**铜**(毫克) .48

**胡萝卜素**(微克) 2.1**钾**(毫克) 995**磷**(毫克) 90

## 食疗作用

葡萄干性平，味甘、微酸；

具有补肝肾，益气血，生津液，利小便的功效；

主治心性、肾性、营养不良性水肿，慢性病毒性肝炎、胃肠炎、痢疾、痘疮、疱疹等病，且是一种补诸虚不足，延长寿命的良药。

葡萄美酒夜光杯，欲饮琵琶马上催。醉卧沙场君莫笑，古来征战几人回。 ”——唐·王翰。《凉州词》