

# 新疆特产干果 山核桃 长寿果 碧根果 批发

产品名称	新疆特产干果 山核桃 长寿果 碧根果 批发
公司名称	亚克西新疆特产批发总汇
价格	58.00/千克
规格参数	等级:特级 产地/厂家:新疆 品种:山核桃
公司地址	中国 新疆 乌鲁木齐市 沙依巴克区
联系电话	86 0991 8769950 15999304096

## 产品详情

等级	特级	产地/厂家	新疆
品种	山核桃		

### 【碧根果】

营养极为丰富，除含有40—50%的油脂外，还含有蛋白质、粗纤维、胡萝卜素、钙、磷、铁及维生素b1、b2、c、e等。核桃中所含脂肪的主要成分是亚油酸甘油酯，食后不但不会使胆固醇升高，还能减少肠道对胆固醇的吸收。这些油脂还可供给大脑基质的需要。长寿果中所含的微量元素锌和锰是脑垂体的重要成分，常食有益于脑的营养补充，有健脑益智作用。另外，据科学测定，每公斤碧根果仁相当于5公斤鸡蛋或9公斤鲜牛奶的营养价值。

每100克碧根果仁可产生670千卡热量，是同等重量粮食所产生热量的一倍。所以说碧根果是不可多得的美味干果。看到长寿果的丰富营养，大家不难想象它的价值，下面我就引用科学家的研究来简单说一下。长寿果，能补肾健脑，补中益气，润肌肤、乌须发。神经衰弱，失眠者，每日早晚各吃长寿果数个，可收滋补治疗作用。常吃长寿果，还可美容。

据说，我国已故著名京剧表演艺术家梅兰芳生前就常吃长寿果，以保持面色红润。所以，脑力工作者，尤其是白领女性吃，因为这部分人往往用脑过度，很耗伤心血，常吃核桃能够补脑，改善脑循环，增强脑力。李时珍曾说，吃长寿果能“补肾通脑，有益智慧”。