

供应：豆角干200克，湖南永吉农业

产品名称	供应：豆角干200克，湖南永吉农业
公司名称	湖南省永吉农业开发有限公司
价格	12.60/包
规格参数	品牌:永吉
公司地址	郴州市宜章县107国道边清水村4组
联系电话	0735-3769775 18173581737

产品详情

豆角，

是夏天盛产的蔬菜。属豇豆种中能形成长形豆荚的栽培种,一年生缠绕草本植物。含有各种维生素和矿物质等。嫩豆荚肉质肥厚，炒食脆嫩，也可烫后凉拌或腌泡。豆荚长而像管状，质脆而身软，常见有白豆角和青豆角两种。在选购豆角时，一般以豆条粗细均匀、色泽鲜艳、透明有光泽、子粒饱满的为佳，而有裂口、皮皱的、条过细无子、表皮有虫痕的豆角则不宜购买。

营养价值:

四季豆富含蛋白质和多种氨基酸，常食可健脾胃，增进食欲。夏天多吃一些四季豆有消暑，清口的作用。四季豆种子可激活肿瘤病人淋巴细胞，产生免疫抗体，对癌细胞有非常特异的伤害与抑制作用，即有抗肿瘤作用。豆类蔬菜主要包括扁豆、刀豆、豌豆、豇豆等，大部分人只知道它们含有较多的优质蛋白和不饱和脂肪酸(好的脂肪)，矿物质和维生素含量也高于其他蔬菜，却不知道它们还具有重要的药用价值。

中医认为，豆类蔬菜的共性是性平、有化湿补脾的功效，对脾胃虚弱的人尤其适合。但是，根据种类的不同，它们的食疗作用也有所区别