

供应：黄瓜干200克，湖南永吉农业

产品名称	供应：黄瓜干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/个
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

黄瓜

食用价值

黄瓜味甘，甜、性凉、苦、无毒，入脾、胃、大肠；具有除热，利水利尿，清热解毒的功效；主治烦渴，咽喉肿痛，火眼，火烫伤。还有减肥功效。

食物禁忌：

- 1、黄瓜、花生搭配，易引起腹泻。
- 2、黄瓜与辣椒、芹菜搭配，维生素c被破坏。
- 3、黄瓜中含有一种维生素C分解酶，而日常生活中，黄瓜生吃的比较多，这个时候它所含的维生素C分解酶保持一定的活性，如果与维生素C含量丰富的食物，如辣椒等同食，黄瓜中的维生素C分解酶就会破坏其他食物的维生素C，虽对人体没有危害，但会降低人体对维生素C的吸收

食物功效：黄瓜富含蛋白质、糖类、维生素B2、维生素C、维生素E、胡萝卜素、尼克酸、钙、磷、铁等营养成分。另外，黄瓜还可美容：黄瓜平和除湿，可以收敛和消除皮肤皱纹，对皮肤较黑的人效果尤佳

