

怎样邮购正宗的宁夏枸杞

产品名称	怎样邮购正宗的宁夏枸杞
公司名称	郑州御荟堂电子商务有限公司
价格	1.00/千克
规格参数	品牌:御荟堂 型号:邮购枸杞
公司地址	郑州市北林路16号
联系电话	400-001-3760 13209552218

产品详情

【导读：怎样邮购正宗的宁夏枸杞】如何进行邮购正宗的宁夏枸杞，邮购枸杞子的品质咋样。正宗宁夏枸杞显长圆形，味甘甜，后味微甘，色泽红润，泡水显清淡、裸粒轻、易上浮。如果是新疆枸杞，那么应显圆形、极甜，色泽新鲜时红，后暗、易变软，粒重，泡水后水色红、易下沉。如果是内蒙古枸杞，则应显长圆形，味甜、色泽暗红、裸粒重、泡水微红、易下沉。专家分析枸杞子泡水为何会让人感觉掉颜色，日常生活中，很多有颜色的食物本身就带有天然色素，如枸杞、花生、黑米、草莓、杨梅等，其中一部分植物色素可溶于水，因此带色食物遇水后发生掉色并不奇怪。至于枸杞洗上几遍还有颜色析出，那是因为枸杞这种果实从里到外都带有天然色素，不像花生黑米那样只是表皮有颜色。此外，由于热水会破坏枸杞中天然色素的稳定性，所以热水泡出来的颜色反而会比冷水浸泡的浅一些。专家还表示，遇到泡水不掉色的枸杞反而要当心，这样的枸杞可能经硫磺熏制过，也就是人们通常认为的“染色枸杞”。硫磺熏制后的枸杞颜色更加鲜红，表面上更有卖相，且泡水不变色，还不会生虫。不过这样的枸杞对人体危害很大，千万不能购买和食用。孕妇是否适合吃枸杞 孕妇在怀孕期间需要大量补充人体所需的营养，很多滋+补品虽然，但是不一定适合孕妇食用，枸杞子作为传统滋+补品是否适合孕妇食用呢？孕妇在怀孕期间食用枸杞子有什么副作用呢？枸杞子可以帮助孕妇补充哪些营养元素呢？孕妇吃枸杞子有没有讲究呢？孕妇吃枸杞子一次吃多少量呢？孕妇在怀孕期间多多少少都会出现贫血症状，而枸杞煮粥真好能够缓解孕妇贫血。孕妇常吃，可辅助治疗妊娠贫血。老传统的说法是枸杞泡茶是可以治疗孕期贫血，有很好的补血作用，像菊花枸杞茶，菊花要用杭菊花，一到秋季，采摘下来，晒干备用。

现代分析表明枸杞子含有丰富的枸杞多糖、脂肪、蛋白质、游离氨基酸、牛磺酸、甜菜碱、维生素B1、B2、E、C，特别是类胡萝卜素含量很高。此外，还含有大量的矿物元素，如钾、钠、钙、镁、铁、铜、锰、锌、硒等，具有延缓衰老、调节机体免疫活性、耐缺氧，因此说孕妇是可以适量食用枸杞子的。孕妇在用枸杞泡茶喝时，千万不要和绿茶一起泡，因为绿茶中含有大量的鞣酸成份，能起收敛吸附之作用。最终生成不宜消化的物质。此外，枸杞其实也算是补品，所以在孕妇在吃枸杞的时候一定要适量，吃多了可能会引起胎动，怎样才能挑选购买到正宗宁夏枸杞 目前市场上枸杞的品种很多，其中宁夏产的枸杞因为特定的优越地理环境，往往具有更高的价值。许多人都喜欢将自家的枸杞冠上宁夏枸杞的名字，希望能够有更多的销量。如果消费者不能判断真假宁夏枸杞的区别，往往就会花了大价钱，却没有买到真正好质量的枸杞。那么怎样才能买到真正好质量的宁夏枸杞呢？在这里教你三招最简单的辨别方法。第一，是从颜色上面判断。真正质量好的枸杞颜色往往并不是鲜红色，而是赤红或者偏暗色。所以在选择购买枸杞时候，如果发现枸杞颜色十分鲜亮，看起来非常有光泽，虽然看着颜色漂亮单往往是染色枸杞，因为要选择颜色更自然一点的略微暗红颜色的枸杞。第二，真正好的枸杞蒂处大多数是

黄色或者白色，而如果是质量不太好的往往会用染料染色，蒂处是红色的，如果是用硫磺烘烤过的会是深褐色，因此这也是一种辨别枸杞质量的常见方式。第三，是用手感进行判断。染色枸杞由于受到了染料的浸染，所以握在手里揉捏起来会有湿润的感觉，有的甚至黏糊糊的，而正常枸杞却不会有这种现象，皮干而肉满，手感更佳，怎样邮购正宗的宁夏枸杞。宁夏枸杞由于有着丰富的滋+补作用，因此深得人们的喜爱，尤其是宁夏枸杞，由于日晒更长，光照更足，水土资源更为丰富，所以个个颗粒饱满，营养味道更好。为了避免买不到真正的宁夏枸杞，可以选择到正规的网站进行选择购买，比如御荟堂枸杞官方网站就是地地道道的宁夏枸杞专卖网站，在这样的网站购买更能保证买到的是真货。

常见的枸杞养生粥食谱 1、百合银耳莲子粥

材料：莲子10g、百合10g、银耳20g、枸杞5g、糯米50克、红枣10克。做法：将莲子去心、百合、银耳、枸杞和红枣分别用温水浸泡30分钟左右。锅中水煮开，放入食材，大火煮沸，继续小火慢煮大约15分钟左右。出锅后，根据个人口味加入适量的白糖。

2、山药南瓜粥

材料：南瓜、山药各30克，大米50克。盐适量。做法：南瓜洗净，去皮、瓢，切成小丁；山药去皮，洗净，切成片；大米淘净，用清水浸泡半小时，捞出沥水。锅内倒入600毫升清水，下入大米，大火煮沸后放入南瓜、山药，改用小火继续熬煮，待米烂粥稠，下盐调味即可。

3、沙参枸杞粥

材料：沙参15~20克，枸杞15~20克，玫瑰花3~5克，粳米100克，冰糖适量。做法：先将沙参煎汁去渣，后以山药汁与枸杞、粳米同入沙锅，再加水适量，用文火煮粥，待粥将熟时，加入玫瑰花、冰糖，搅匀稍煮片刻即可。每日早、晚温热服食。

4、杞子粳米粥

材料：粳米60克，菟丝子、枸杞子各20克，白糖适量。做法：1、将粳米、枸杞子洗净备用；2、菟丝子洗净后捣碎，并先加水煎煮，煮滚后取汁去渣备用；3、将枸杞子、粳米加入菟丝子汁中同煮，直至米熟软，再加入白糖，稍煮片刻即成。

5、山药大枣糯米粥

材料：粳米100克，薏米75克，山药(干)50克，荸荠25克，枣(干)10克，白砂糖20克。做法：糯米、薏仁分别淘洗干净，用冷水浸泡，3小时后，捞出，沥干水分；荸荠、山药去皮，洗净，分别捣成粉末；红枣去核，洗净备用；薏仁、糯米下入锅内，加适量冷水，置旺火上煮至米粒开花；将红枣下入锅内，转小火熬煮成粥；待糯米软烂时，边搅拌边将山药粉洒入锅内，约煮20分钟；将荸荠粉和白糖入锅搅匀，即可盛起食用。更多怎样邮购正宗的宁夏枸杞信息，请关注企顺网。怎样邮购正宗的宁夏枸杞就来官方旗舰店。