

时光磨坊无添加烘焙五谷杂粮核桃枸杞黑豆粉

产品名称	时光磨坊无添加烘焙五谷杂粮核桃枸杞黑豆粉
公司名称	东莞永东餐饮管理有限公司
价格	188.00/罐
规格参数	品牌:时光磨坊 型号:冲泡无糖型
公司地址	东莞市东城区石井工业园鼎好广场A区3B栋第贰层
联系电话	4008-068-456

产品详情

黑豆虽然对咱们的健康来说有着比较好的效果，可是咱们仍是不能生吃它，尤其是肠胃欠好的人，更是不能生吃，煮熟以后黑豆中一有些营养又会被分解掉。黑豆的效果一、高蛋白低热量。黑豆的蛋白质含量最高达百分之三十六至四十，相当于肉类含量的二倍、鸡蛋的三倍、牛奶的十二倍。黑豆的十八种氨基酸含量丰厚，特别是人体有必要的八种氨基酸含量，较美国FDA规则的高级蛋白质规范还高。黑豆富含百分之十九油脂，其间不饱和脂肪酸百分之八十，吸收率高达九成五以上，除了能满足人体对脂肪的需要外，还有下降血液中胆固醇的效果。胆固醇是很多晚年性疾病的元凶巨恶，而黑豆不含胆固醇，只含一种植物固醇，具有抑制人体吸收胆固醇，下降血液中胆固醇含量的效果。对晚年人而言，能软化血管、润泽肌肤推迟变老，特别是对高血压、心脏病、肝脏、动脉硬化等晚年性疾病大有益处。二、增强活力精力。根据中医理论，豆乃肾之谷，黑色属水，水走肾，所以黑豆入肾功用多。人的变老通常从肾机能闪现，要想延年益寿、防老抗衰，增强活力、精力，有必要首重补肾。在中医，黑豆入药，黄豆不入药，凸显黑豆不同于黄豆特别祛疾保健的功用。三、避免大脑老化。黑豆中约含百分之二的蛋黄素，能健脑益智，避免大脑因老化而愚钝。日本科学家发现，黑豆中还有一种能进步强化脑细胞功用的物质。黑豆富含丰厚的微量元素，每一百克黑豆中，含钙三百七十毫克，磷五百七十七毫克、铁十二毫克，别的如锌、铜、镁、钼、硒、氟等含量都不低，这些元素能满足大脑的需要而推迟脑机体变老。能下降血液粘滞度，坚持身体功用完好。