

鸿业餐饮集团为您浅析柿饼的价值

产品名称	鸿业餐饮集团为您浅析柿饼的价值
公司名称	深圳鸿业餐饮服务有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	深圳市龙岗区龙岗大道欢城广场B座1205-1206室
联系电话	0755-84567021 13632687501

产品详情

鸿业餐饮集团为您浅析柿饼有哪些价值？

柿饼是柿子经去皮干制自然起霜而形成的一种受人们喜爱的果脯，在中国已有千年历史。柿饼肉质柔软红亮，口感甘甜并且营养丰富。柿子味甘、涩，性寒，入肺、脾、胃、大肠经；有清热去燥、润肺化痰、止渴生津、健脾治痢、止血等功能，可以缓解大便干结、痔疮疼痛或出血、干咳、咽痛等症。另外，柿子营养价值很高，含有丰富的蔗糖、葡萄糖、果糖、蛋白质、胡萝卜素、维生素C、瓜氨酸、碘、钙、磷、铁、锌。

柿子变成柿饼会经过4个变化。

- 1、脱除大量水分，使得柿子里面的营养成分得以浓缩，使柿饼易于贮存。
- 2、碳水化合物分解为单糖，增加柿饼甜度，利于形成柿霜。
- 3、原果胶水解为果胶，让柿饼整体变软。
- 4、将柿子里的可溶性单宁转化为不溶性单宁，让柿饼脱涩。

因此柿饼的口感比柿子更加柔软，甘甜，涩味较少。

柿饼富含蛋白质、脂肪、碳水化合物、膳食纤维、维生素、镁、铁、锌、铜等成分，是营养丰富的干货之一，其作用有：

- 1、柿子能有效补充人体养分及细胞内液，起到润肺生津的作用。
- 2、柿子含有大量的维生素和碘，能治疗缺碘引起的地方性甲状腺肿大。
- 3、柿子中的有机酸等有助于胃肠消化，增进食欲，同时有涩肠止血的功效。

- 4、柿子能促进血液中乙醇的氧化，帮助机体对酒精的排泄，减少酒精对机体的伤害。
- 5、柿子有助于降低血压，软化血管，增加冠状动脉流量，并且能活血消炎，改善心血管功能。

鸿业小编提醒大家食用柿饼时要注意：

- 1、脾胃虚寒、痰湿内盛者忌食柿饼。
- 2、糖尿病人、脾虚泄泻、便溏、体弱多病、慢性胃炎、消化不良等都不宜食用。
- 3、空腹慎吃生柿子或食柿后忌饮白酒、热汤、以防患胃柿石症。
- 4、柿子含单宁，易与铁质结合，从而妨碍人体对食物中铁质的吸收，所以贫血患者应少吃为好。
- 5、不要空腹吃柿子，柿子宜在饭后吃。
- 6、吃柿子的前后1小时内不宜喝牛奶。

鸿业餐饮集团主营深圳饭堂承包，食堂承包，膳食服务，食堂服务，蔬菜配送，学校饭堂承包等，网址：<https://www.szhongyefood.com>，服务热线：4008-568-138。