

# 铁莲子壳莲子黑莲子 尚品莲皇产地批发供应

产品名称	铁莲子壳莲子黑莲子 尚品莲皇产地批发供应
公司名称	湖南尚品莲皇湘莲食品有限公司
价格	8.00/斤
规格参数	
公司地址	花石镇
联系电话	16670790853 18677612688

## 产品详情

### 莲子简介

莲子，英文名称：lotus seed，英文科学名称：Nelumbo nucifera.

莲子来源于莲藕种植开出的莲花结出的种子果实，而据传莲藕是从印度传入中国的，究竟已有多长的历史，已无从考证。

莲子分布在莲蓬内，每个莲蓬平均含有20粒莲子，当莲蓬完全成熟干燥时，莲子的外壳变得坚硬如铁，所以称铁莲子，也叫黑莲子、壳莲子。

在合适的条件下，莲子可以存活上千年，最古老的来自中国东北一个干燥的湖床中发现的1300年的莲子，在试验室发了芽。

### 莲子的营养成分

莲子含有大量的淀粉和棉子糖，16.6%的蛋白质，2.0%的脂肪，62%的碳水化合物，0.089%的钙，0.285%的磷和0.0064%的铁。此外，它还含有 -谷甾醇， -谷甾醇脂肪酸酯，维生素C，葡萄糖，叶绿素，棕榈酸和谷胱甘肽。

莲子不仅含有高质量的蛋白质，而且富含多种必需氨基酸，包括高含量的白蛋白（42%）和球蛋白（27%），它们还含有不饱和脂肪酸，碳水化合物，维生素，钙，铁，锌，磷等微量元素。

它们还提供水溶性多糖，生物碱，黄酮类，超氧化物歧化酶和其他生物活性成分。

莲子还含有特别多的维生素，包括VB1，VB2，VB6和维生素E。

莲子富含钙，磷和钾，是形成骨骼和牙齿的主要成分。此外，它们可促进血液凝固，激活某些酶，维持

神经传导，镇静神经，保持肌肉弹性和心跳节律等。作为核蛋白的主要成分，磷可以帮助人体代谢蛋白质，脂肪和碳水化合物，维持酸碱平衡，并对精子的形成起重要作用。

作为一种健康食品，莲子被广泛用于各种美食烹饪和食用目的，同时，莲子也有很好的保健和药用价值，在中医中被广泛应用。

### 莲子食用用途

作为食用，莲子可以烤、炒或直接食用；

作为健康零食食用；

制作莲蓉，或作为馅料用于许多甜点、糕点、蛋糕；

熬汤，煲粥或烹饪各种美味菜肴。

它还富含钙。含蛋白质多达12%，特别适合素食者；

### 莲子的药用价值

中药定义莲子其味甜、涩、中性。作用于六个经络包括心脏，脾脏，肾脏，胃，肝脏和膀胱。主要功能有健脾止泻、补肾止遗、养心安心。主要用途和适应症包括脾虚引起的慢性腹泻或痢疾、肾虚引起的排泄、尿失禁、子宫出血、病性白带、烦躁不安、心悸和失眠。

治疗梦遗和滑精。

治疗脾虚引起的慢性腹泻和食欲不振。

治疗产后因胃寒，呕吐或腹胀引起的咳嗽。

益脾、益肾、益心。

莲子具有镇静作用，对中老年人尤其是脑力劳动者有很大的帮助，可以改善大脑功能，增强记忆力，提高工作效率，防止老年痴呆症的发生。莲芯味道很苦，但有显著的强心健心作用，帮助心脏病人恢复健康。可以扩张外周血管，从而降低血压。

治疗口腔溃疡和帮助睡眠。

它是一种备受推崇的草药，可以恢复老年男性的性活力和青春活力。

调节血压，缓解腰部和膝盖附近的麻木和疼痛。

治疗关节炎；

有助于对抗阳痿；

对怀孕期间和怀孕期后的女性健康非常有帮助；

它还有助于您的呼吸系统、静脉和消化系统；

男性养精生精；

在一定时间内逆转和对抗衰老。

#### 莲子的现代药理作用

恶食舒宁（Oxoushinsunine）对鼻咽癌（NPC）具有抑制作用；

非结晶生物碱N-9可以降低血压；

生物碱具有显着的心脏保健作用；

莲心碱具有很强的抗钙和抗心律失常作用；

棉子糖是年轻人和老年人的补品，尤其适用于卧床不起的病人、产后妇女或体弱的老人；

莲心碱可以控制性欲。它可以遏制遗精，对那些多梦，夜间频繁梦遗的年轻人有益；

带莲芯的莲子可以清心火，祛雀斑。

#### 莲子的副作用和禁忌

莲子是一种可食用的食物，没有已知的副作用，适合一般人群。但是，以下两种情况慎食或少食：

大便干燥或腹部饱胀的便秘人群；

体寒而体质虚弱或脾胃虚足患者。

莲蓬完全成熟后，莲蓬以及包裹在里面的莲子的外壳由青绿色变成黑褐色，莲子外壳变得坚硬如铁，无工具无法剥食，故称铁莲子，又称壳莲子、黑莲子,也有称石莲子。

铁莲子是加工红莲子和磨皮白莲子的来源。

小颗粒莲子除了莲子的颗粒略小之外，其品质和口感和一般的莲子没区别。

#### 【产品报价说明】

报价为产地批发价，不包含物流费用，物流费以实际需要另行计算；

报价不含税，如需含税请联系；

农产品价格波动较大，报价仅作参考。

另有小颗粒莲子，除了莲子的颗粒略小之外，其品质和口感和一般的莲子没区别，价格略低,采购时请联系确认。

-----  
湖南莲子，简称湘莲，属湖南省特产，中国国家地理标志产品。

湘莲颗粒呈椭球体，圆壮、均匀、饱满，三粒成熟的莲子竖向对接总长度为一寸，故称“寸三莲”。

湘莲肉色乳白，肉质细腻，具清香味，其总糖、蛋白质等含量居全国三大莲种之首。

湖南省湘潭县花石镇是湘潭县南部的物资吞吐枢纽，现已成为全国Z大的湘莲生产基地和莲子贸易集散中心。

“花石湘莲市场”是全国规模Z大的湘莲加工贸易专业市场，全镇常年种植湘莲面积万余亩，拥有面积400亩的莲中之皇“中国寸三莲原种场”。

-----  
产品图片

