

生核桃仁系列

产品名称	生核桃仁系列
公司名称	铜陵老农食品科技有限公司
价格	.00/个
规格参数	新疆核桃仁:头路、二路、三路 山西核桃仁:头路、二路、三路 美国核桃仁:头路、二路、三路
公司地址	铜陵市义安区顺安镇（注册地址）
联系电话	18205627988

产品详情

核桃仁是营养非常丰富的健脑食物，用来补充人体所需营养。

核桃仁的功效与作用

- 1、补虚强体，提供营养，经动物实验证明，含胡桃油的混合脂肪饮食，可使体重增长，血清白蛋白增加，而血胆固醇水平升高却较慢，故核桃是难得的一种高脂肪性物质的补养品。
- 2、消炎杀菌，养护皮肤，桃核仁有直接的抑菌消炎作用。据临床报道，将核桃仁捣烂制成的核桃焦油氧化锌糊膏，治疗皮炎、湿疹，有效率可达100%。核桃仁富含的油脂，有利于润泽肌肤，保持人体活力。
- 3、防癌抗癌，实验证明，核桃有效成分对小鼠S37肿瘤有抑制作用。核桃对多种肿瘤，如食道癌、胃癌、鼻咽癌、肺癌、甲状腺癌、淋巴肉瘤等都有一定的抑制作用。此外，核桃对癌症患者还有镇痛，提升白细胞及保护肝脏等作用。
- 4、健脑防老，核桃中有人体需要的蛋白质，其成分有很多，还有人体营养必需的不饱和脂肪酸，这些成分皆为大脑组织细胞代谢的重要物质，能滋养脑细胞，增强脑功能。
- 5、净化血液，降低胆固醇，核桃能减少肠道对胆固醇的吸收，排出血管的杂物，使血液净化，从而为人体提供更好的新鲜血液。所以，核桃仁有防止动脉硬化，降低胆固醇的作用。此外，核桃还可用于治疗非胰岛素依赖型糖尿病。
- 6、核桃仁中含有较多的蛋白质和人体必需的不饱和脂肪酸，这些成分有非常好的补脑效果，能滋养脑细胞，增强脑功能。
- 7、核桃仁可以有效的防止动脉硬化，降低胆固醇。此外，核桃还可用于治疗非胰岛素依赖型糖尿病，可提升白细胞，保护肝脏。

8、核桃仁含有大量维生素E，经常食用有润肺、黑发的作用及舒缓疲劳、抗压。

9、润燥滑肠，用于用于肠燥便秘的大便难解，同时有较强的活血调经、祛瘀生新的功效，对止咳也有一定疗效。

核桃仁怎么保存

- 1、首先尽量放在通风透气的地方、不要用密封袋装、最好使用布袋、麻袋或其他的透风较好的袋子。
- 2、其次用透风较好的袋子装是为了防止核桃的干度不够时利用透风较好的袋子有效快速的散发、吸收湿气和水分，从而更好的保持核桃的干度、防止其回潮、发霉。
- 3、最后建议核桃还是不要剥开比较好，带壳保存的久点。
- 4、核桃生吃才最营养!核桃中不饱和脂肪酸及磷脂类在加热后会受到一定的破坏，而这正是核桃的有益成分，这些营养成分对脑发育，增加脑细胞的活力及益智等方面具有很重要的作用!

核桃仁怎么吃

生吃

把外面的核桃壳用锤子捣碎，就可以看见里面的核桃仁了。锤子的力度不要太大，把壳打开就好了，如果力度过大的话，里面的仁会变成面面状的。生吃很方便，而且不会破坏里面的营养，每天坚持吃1、2个会有不错的效果。

煮水

核桃仁+红糖放在一起煮可以改善女性朋友的面色，让气色更好。煮开就可以喝了，放在一起煮。还可以用4个核桃仁+4碗水，小火慢熬，等到半锅水的时候放些蜂蜜进去。每天一杯核桃水，可以美白，而且这种方法还可以丰胸。

榨汁

核桃磨成粉，加入自己喜欢的水果，在加入一些奶，一起搅拌均匀与就可以喝了，有自己喜欢的水果味，还有营养的核桃在里面，味道很不错。

核桃粥

大米淘洗干净大火下锅，等锅内水开后，下核桃仁，还可以加几粒红枣。很有营养的核桃仁粥。

我们的地址：铜陵市义安区顺安镇联系手机：18205627988 期待您的咨询