

酱牛肉与那些食物相克？

产品名称	酱牛肉与那些食物相克？
公司名称	新乡市红旗区新香老程家酱牛肉店
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	健康路红旗法院东邻
联系电话	4009215561 15803737752

产品详情

牛肉与栗子相克：牛肉甘温，安中益气，补脾胃壮腰脚；栗子甘咸而温，益气厚肠胃，补肾气。

从食物药性看二者并无矛盾，从营养成分看，栗子除蛋白质，糖、淀粉、脂肪外，富含维生素C，每100克中高达40毫克。此外，富含胡萝卜素、B族维生素和脂肪酶。

栗子中的维生素C易与牛肉中的微量元素发生反应，削弱栗子营养价值。而且，二者不易消化，同炖共炒都不相宜。在我国古籍《饮膳正要》中也有“牛肉不可与栗子同食”的记载。同时，有人还发现牛肉与栗子同吃会引起呕吐。

牛肉与红糖相克：同食会引起腹胀。

牛肉与橄榄相克：同食会引起身体不适。 WH