

绿色纯手工米粉/粉干，爽滑不糊，10公斤起批

产品名称	绿色纯手工米粉/粉干，爽滑不糊，10公斤起批
公司名称	厦门美西食品贸易有限公司
价格	7.00/千克
规格参数	品牌:汀州客家米粉 原料与配料:优质大米，山泉水 保质期:365（天）
公司地址	中国 福建 厦门市集美区 厦门集美银江路
联系电话	86 0592 6681260 13459294191

产品详情

品牌	汀州客家米粉	原料与配料	优质大米，山泉水
保质期	365（天）	水分含量	2（%）
原产地	福建	生产厂家	客家米粉厂
储藏方法	常温，干燥	生产日期	20100427
售卖方式	散装	特产	是

汀州客家米粉是闽西客家传统产品，历史悠久，驰名国内外。

原料选购优质大米，取大山顶天然清溪甘泉，采用传统手工精制而成，采用纯天然的方法来晾晒，完全健康美味！

色泽鲜白，粉条松韧，易煮快熟，携带方便，卫生可靠。

适用于宴会，家常快餐，礼品及旅游野营。

米粉营养价值

米粉含有蛋白质、碳水化合物、维生素b1、铁、磷、钾等营养元素，易于消化和吸收，具有补中益气、健脾养胃的功效。

米粉食用价值

大米性平、味甘；有补中益气、健脾养胃、益精强志、和五脏、通血脉、聪耳明目、止烦、止渴、止泻的功效。

米粉适用人群

一般人群均可食用

另附上营养组成表格：

每 100 克 粳米粉食物中含有的元素

热量	346.00(千卡)	钙	0.00(毫克)	脂肪	0.10(克)
蛋白质	8.00(克)	镁	23.00(毫克)	碳水化合物	78.20(克)
硫胺素	0.03(毫克)	铁	1.40(毫克)	膳食纤维	0.10(克)
核黄素	0.00(毫克)	锰	0.63(毫克)	维生素a	0.00(微克)
烟酸	0.20(毫克)	锌	2.27(毫克)	维生素c	0.00(毫克)
胆固醇	0.00(毫克)	铜	0.09(毫克)	维生素e	0.00(毫克)
钾	43.00(毫克)	磷	53.00(毫克)	胡萝卜素	1.30(微克)
钠	5.90(毫克)	硒	3.44(微克)	视黄醇当量	12.30(微克)

客家米粉做法：

其一：

素炒：先下葱油，后下白水和米粉，狂火猛烧，双手各执一双筷子不断松动，一边频频加入凉水，

直到粉条熟透，呈金黄透明时，速将粉条铲上盘，再泼以适量蒜泥，即成一盘美味炒米粉。

其二：

煮法：香菇、笋丝、香葱，锅开后，把配料放入爆炒，香味出来后，放入开水，水开后放入米粉，紧火烹煮，待米粉用筷松开后，即可捞起，口味香滑爽口，清香扑鼻！

不宜煮得太熟。吃后能醒酒提神、解渴消暑