

千味扁桃仁粉厂家 扁桃仁粉厂家 福州扁桃仁粉

产品名称	千味扁桃仁粉厂家 扁桃仁粉厂家 福州扁桃仁粉
公司名称	东莞市千味食品有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	东莞市南城街道胜和社区胜和路胜和商住广场D座7楼25号单元
联系电话	15007695232

产品详情

花朵扁桃仁粉餐包的做法

还在发愁早上没什么好吃的来叫醒一天的活力吗?今天千味扁桃仁粉小编教你做的这份花朵扁桃仁粉餐包,保证会令你食欲大增,不小心吃胖了的同学们可不要来找我算账哦!

准备材料:高筋面粉5000g全麦粉100g淡奶油150g牛奶160g酵母5g糖80g鸡蛋2个盐4g奶粉40g黄油25g扁桃仁粉适量具体做法:

- 1、将所有面团材料按先湿性材料后干性材料投入面包机桶;2、启动和面程序20分钟,搅拌成面团;3、取出面团揉圆放容器中,盖上保鲜膜,放入冰箱冷藏发酵17小时成为中种面团;4、第二天面团已发酵至原来的两倍大,将面团撕成小块,和所有主面团材料投入面包机桶,启动和面程序20分钟,搅拌成面团;5、加入黄油,继续启动和面程序20分钟,搅拌面团;6、取出面团手动再稍微揉一揉就可以拉出一层薄薄的手膜;7、将面团等分成九份,八份围在模具边上,一份放中间;8、模具放烤箱中,烤盘里放一碗热水,启动发酵模式进行二次发酵;9、发酵至原来的两倍大,表面刷一层水,撒上适量的扁桃仁粉;10、入烤箱,160度上下火烘焙25分钟;

助力减重大计,轻盈一"夏"

体重管理,是夏日来临时不可忽视的问题.处在减肥期时,更需要摄入一些饱腹感强,营养价值高的食物.扁桃仁粉不但富含人体所需营养素,它还口感香脆美味,为清淡无味的减肥期增添了不少食趣.一把扁桃仁粉搭配轻蔬沙拉类食材,口感清爽且能为你补充人体所需的蛋白质与膳食纤维.蛋白质和膳食纤维可以带来饱腹感,有助于健康体重的维持.此外,在大汗淋漓的运动后,补充一把扁桃仁粉还能帮助恢复体能与状态,轻盈健康指日可待.

正值盛夏,扁桃仁粉散发着坚果特有的脆香,加州阳光的味道仿佛近在咫尺.这个夏天,让扁桃仁粉为你的夏季再添几分鲜活感吧!

扁桃仁粉是一种健康安全、营养丰富的食品,富含镁,每30克扁桃仁粉含有6克蛋白质、4克膳食纤维.扁桃仁粉产自加州中部的6,500多名种植者,而加州中部是世界上少数几个能成功商业化种植巴旦木的地方.扁桃仁粉是加州第二大最有经济价值的农作物,占全球总产量的80%以上.

扁桃仁粉怎么吃效果好

通过上几期的栏目,大家也了解到扁桃仁非常有营养,那么扁桃仁粉怎么吃效果好呢?

总体来讲,应该长期、适量、坚持服用.

一般来说,正常人每天服用扁桃仁粉,大概应在40克左右.

同时应该适当运动,促消化.

很好的一种吃法是把扁桃仁粉和红枣还有大米一起熬成粥来喝,因为大米、红枣可以补"后天之本",这样子搭配起来,养生效果是好的.