

面条的厂家 济南面条 龙水商贸

产品名称	面条的厂家 济南面条 龙水商贸
公司名称	泰安龙水商贸有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	山东省泰安市岱岳经济开发区
联系电话	13405386128

产品详情

面条和米饭哪个更容易长胖？

北方人爱吃面，面条的厂家，南方人你爱吃米，这已经是人们的共识了，北方人普遍膀大腰圆，身材高挑，而南方人大都似水柔情，纤纤细体，难道说这与所吃的主食有关系？面条比米饭更加的营养人？其实从所含的膳食纤维和维生素方面来说，面条中所含的膳食纤维、维生素B1、维生素B2以及其它的营养素要比米饭所含的多，面条的牌子，然而从锌含量上看，大米所含的锌要多一些。

从蛋白质方面上来看，面粉所含蛋白质的量比大米多，但是大米的蛋白质人体更易吸收，那么，面条和米饭到是吃哪个更容易长胖呢？相比较，面条所含热量较多，长期吃面食会更容易长胖，并且吃面条时，搭配的菜比较少，长期如此，会造成营养不良，北方人也经常吃馒头，可以也经常搭配素食和水果，济南面条，再适当配一些杂粮，补充、其他的矿物质和维生素。

虽然面条和米饭占据了我們大部分饮食，但是不管是南方还是北方，都应该粗细搭配，增加主食的多样性，米饭碳水化合物太多，面条吃了容易长胖，也不容易消化，所以，应该常常更换着吃。

另外，其实面条和米饭只是传统的主食，土豆和红薯、玉米等本身也都可算作主食，所以时不时吃一些红薯也是很好的哟。

?意大利面条

意大利面的世界就像是千变万化的万花筒，数量种类之多据说至少有500种，再配上酱汁的组合变化，可做出上千种的意大利面料理!

最早的意大利面约成型于公元13至14世纪，跟现在我们所吃的意大利面最像。到文艺复兴时期后，意大利面的种类和酱汁也随着艺术逐渐丰富起来。

食用面团最初出现时的制造方法是将面粉团压成薄纸状，然后覆盖在食物上，放入焗炉内烹煮食用。其后，人们想到将面团切成小块状或条棒状的细长面条，而阿拉伯人更想到了将面条风干储存的做法。

西红柿的出现及随后的品种改良，在意大利的那波利被人用作酱汁搭配面条，面条多少钱，从此令面条大受欢迎，甚至连皇室贵族也被吸引。正宗的意大利粉是由铜造的模子压制而成，由于外型较粗厚而且凹凸不平，表面较容易黏上调味酱料，令吃起来的味道口感更佳。

除了原味面条外，其他色彩缤纷的面条都是用蔬果混制而成的，如：番红花面、黑墨鱼面及蛋黄面等。

意大利面的酱料基本来说可分为红酱和白酱，红酱是用番茄为底的红色酱汁，白酱则是由面粉、牛奶及奶油为底的白酱汁，此外，还有用橄榄油调味的面和用香草类调配的香草酱。

意大利南部的人喜爱食用干意粉，而新鲜意粉则在北部较为流行。一般来说，意粉多用作头菜，海鲜意粉配以白酒，而酱料浓的则配红酒

有人认为挂面含水分少，又干硬，必须用旺火才能煮熟煮透。其实，用旺火很难把挂面煮好，还往往出现“硬心”、“夹生”，这是因为挂面很干硬，如果用旺火猛煮，会使外层骤然形成一层黏膜，阻止了热水向里层渗透，大量的热不能进入面中而更加速水的沸腾，挂面随着沸腾上下翻滚相互冲撞摩擦，又把外面的淀粉糊化，使汤变稠，进一步影响水的传热能力。

所以，在煮挂面时，一要多加些水，因为挂面还有个“涨发”过程，要吸收一些水分，二要注意用慢火，使热量随着水分由外到里，逐层进去，这样才能把挂面煮透煮熟，并使面静汤清。

面条的厂家-济南面条-龙水商贸由泰安龙水商贸有限公司提供。面条的厂家-济南面条-龙水商贸是泰安龙水商贸有限公司（www.sdtalssm.com）今年全新升级推出的，以上图片仅供参考，请您拨打本页面或图片上的联系电话，索取联系人：左经理。