

澳洲坚果生产厂家 川谷农业 王屋镇坚果生产厂家

产品名称	澳洲坚果生产厂家 川谷农业 王屋镇坚果生产厂家
公司名称	陕西川谷农业科技有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	陕西省西安市雁塔区高新四路世纪颐园A座507
联系电话	13772188011

产品详情

坚果生产厂家生产厂家---川谷农业分享：碧根果补大脑

碧根果中所含的微量元素锌和锰是脑垂体的重要成分，常食碧根果有益于大脑的营养补充，具有健脑益智的作用；碧根果仁外形类似人脑部形状，有“以形补形”的补脑作用但是我说的以形补形不同於世俗的意思,人的脑是长这个样子，这个东西为什麼也会长这样子？

碧根果在形成的过程，它的基因会让它形成像脑部的样子，以形补形来补脑是指碧根果仁形成的能量和我们脑部的一些能量相吻合，也就是说使碧根果仁形成的能量（营养结构）使它刚好成为像人脑的这个形状，真正的意思是指食物的营养成分脑部吸收快。

碧根果是一种热量很高的坚果，一千克碧根果所含有的热量是五公斤鸡蛋所含有的热量。因此，对于这样一种高热量的食品来说，如果一次吃的过多的话，很容易会造成身体肥胖。我们大家都知道，碧根果不仅热量高，而且营养价值丰富。尤其是含有大量的脂肪，多种维生素和微量元素。碧根果当中所含的脂肪的含量还是非常的高的，所以经常吃的话才会让人们的身材走样，所以还容易让血zhi的含量变的比以前高。所以一定要在每天吃碧根果的时候掌握好吃碧根果的量，只有掌握好了我们的身体才能够变得更加健康，而且碧根果才能够很好的帮助我们强健身体。一颗碧根果大概10克左右，每天吃3颗就是200大卡的样子，相当于吃了两根香蕉，对体重的增加影响不是很大。因此，只要每天吃碧根果不超过3颗就不会长胖。

坚果生产厂家公司---川谷农业分享：核桃，又称胡桃，羌桃，为胡桃科植物。与扁桃、腰果、榛子并称为“四大干果”。核桃仁含有丰富的营养素，每百克含蛋白质15~20克，脂肪较多，碳水化合物10克；并含有人必需的钙、磷、铁等多种微量元素和矿物质，以及胡萝卜素、核黄素等多种维生素。对人有益。是深受老百姓喜爱的坚果类食品之一。