

汉都文化 如何辨别蜂蜜真假 蜂蜜

产品名称	汉都文化 如何辨别蜂蜜真假 蜂蜜
公司名称	南阳汉都文化传播有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	河南省南阳市宛城区孔明南路建业凯旋广场凯旋中心
联系电话	15303776153 15303776153

产品详情

蜂四宝是哪四宝？蜂蜜、蜂胶、蜂王浆、蜂花粉！

说到养生、保健这类话题，就不能不提蜂产品，如何辨别蜂蜜真假，它们的好处是有目共睹的。蜂蜜润肠、蜂胶调、蜂王浆糖、蜂花粉美容.....任何一种蜂产品拿出来的作用功效都是不错的。那么，你有想过把这些蜂产品放在一块儿食用吗？

如果把蜂蜜、蜂胶、蜂王浆和蜂花粉放在一块儿吃，那么，滋补的功效一定会比单吃一种蜂产品的效果好。接下来，小编就来告诉你怎样使用这四种蜂产品合制成“蜂四宝”，它不仅好吃，还能兼顾四种产品的营养功效，快来一起学学吧。

一、材料

蜂蜜140g，大汤勺2勺

蜂胶2g，原生态蜂蜜，滴管30滴左右

蜂王浆20g，小汤勺2勺多一点

蜂花粉40g，大汤勺大半勺

这些材料大概是一周的量，你也可以根据比例配置自己需要的量。其中，蜂蜜、蜂花粉和蜂王浆之间的配置比例为7：2：1，蜂胶则占整个蜂四宝重量的百分之一。

二、制作方法

准备好了材料，下一步就是制作蜂四宝了。制作和保存蜂四宝的工具一定要注意保持干燥，以免受潮影响保质期。

- 1、把蜂蜜倒入榨汁机中。
- 2、根据自己的需求来选择加入的蜂花粉的种类。比如若想有比较好的美容功效就加荷花花粉，若想缓解疾病则可以添加油菜花粉。
- 3、加入蜂王浆。
- 4、用吸管把2g蜂胶滴入榨汁机中。
- 5、把榨汁机里的四样蜂产品一起搅拌，直到花粉完全被碾磨成粉末即可。

三、注意事项

- 1、材料的加入顺序：先加液态的蜂蜜，再加固态的蜂花粉和胶状的蜂王浆，然后是蜂胶，不要颠倒顺序。只有这样才能让它们更易于溶合。
- 2、每天早晚各一次，每次15到20g，也就是大概2勺的量。
- 3、吃不完剩下的放进冰箱冷藏室保存，10天内食用完效果为佳。

蜂四宝的颜色十分鲜亮，不仅食用方便、营养丰富，而且口味上佳，喜欢的朋友们赶快试试吧。

马齿苋加蜂蜜的用法及功效

大多生长在田间地头、菜园，被称为长寿菜。去根后可作蔬菜，食用的方法非常多，但它的药用价值更高。全株均可作为药用，可以清热、凉血止血。蜂蜜也是一种药食两用的营养滋补品，备受人们欢迎。那么，二者该如何结合使用，又会有怎样的功效呢？今天，小编就来给大家介绍一下加蜂蜜的用法以及功效。

一、加蜂蜜的用法

1、内服法

将洗净后放入榨汁机中打汁。

取约100ml的汁。

再加入30g左右的蜂蜜拌匀饮用。

一天2-3次。

2、外用法

将新鲜的洗净后切段。

放入锅中用清水煮烂。

用纱布过滤出药渣，取汁。

将滤出的汁静置放凉，加入蜂蜜调匀。

待冷却后放入冰箱保存。

每天早晚用棉签蘸取涂于白发发根处。

二、加蜂蜜的功效

中含有核黄素、抗坏血酸、去甲等成分，能够促进分泌胰岛素，有降低和稳定血糖的功效，对防治有一定作用。还有疗疮、清热利湿、止痢等功效，具对痢疾、大肠埃希菌和金黄色等多种细菌都有较强抑制作用，蜂蜜则有补虚、等功效。二者搭配可用于辅助痢疾、等症，还可以白发。同时，对于、血糖、等也有不错的效果。

三、加蜂蜜的注意事项

1、不宜过量

在用加蜂蜜内服时，的用量不宜过多。虽然没有明显的毒副作用，但是其药性寒凉，多食可能会刺激肠胃，引起不适。

2、不能和鳖甲同用

与鳖甲相克，两者均性寒，同食易伤脾胃。所以在服用加蜂蜜时，不能同时服用中药鳖甲或食用甲鱼。

蜂蜜是一种天然的滋补食品，大别山蜂蜜，极具营养价值，深受众人的喜爱。蜂蜜根据其采集季节不同可以分为冬蜜、夏蜜、春蜜等三大类，其中又以冬蜜更好。

冬蜜顾名思义，就是蜜蜂在冬天所采的蜂蜜，一般来说立冬以后所采的蜂蜜被统称为冬蜜。但是由于蜜源植物的区别，冬蜜的蜜种也是各不相同的。而枇杷蜜、鸭掌木蜜、野桂花蜜被称为三大冬蜜，也是比较珍贵的冬蜜。

一、枇杷蜜——中国三大冬蜜之首。

枇杷在初冬开花，对气候和天气的要求都比较高，有时候受低温天气的影响还有可能造成绝收，所以枇杷蜜是一款比较珍贵的冬蜜，蜂蜜，位列“三大冬蜜之首”，属于上等蜜。

纯正的枇杷蜜具有同枇杷花相同的清香，口感绵软细腻，同时集合枇杷与蜂蜜的精华，不仅含有蜂蜜中的多种氨基酸、矿物质、维生素以及活性酶等营养成分，还含有枇杷植物特有的营养素，是咳嗽痰多患者的理想选择。

二、野桂花蜜——中国三大冬蜜之皇。

不同于寻常桂花八月飘香，野桂花蜜是来自一种只在寒冬开花且十分稀少的山茶科植物——柃木。由于开花时气候寒冷，因此只有耐寒的土蜂才能采集，这也使野桂花蜂蜜较为稀有，是不折不扣的上等蜂蜜，有“蜜皇”之称。

纯正的山桂花蜜带有浓郁的桂花香气，香气馥郁温馨、清纯优雅，味道清爽鲜洁、甜而不腻、纯净无杂，含有丰富的有机酸、蛋白质、维生素、酶和生物活性物质等多种营养成份，在古代则是皇宫的贡品。

三、鸭脚木蜜——中国三大冬蜜之末。

鸭脚木是属于五加科的植物，五加科的药用植物，比如我们熟知的人参、三七、都是五加科的，而鸭脚

木也是一种药用植物，在贺州一带的山林中，大量的鸭脚木为蜜蜂提供了大量的优质蜜源。

因为蜜源植物为中药树种，所以鸭脚木蜜味甘而略带特有苦味，除具有蜂蜜之清热、补中、等功效外，还有发汗解表，能除湿之功效，是带有中药特色的蜂蜜品种。

汉都文化(图)- 如何辨别蜂蜜真假-蜂蜜由南阳汉都文化传播有限公司提供。行路致远，砥砺前行。南阳汉都文化传播有限公司（www.tfengmi.com）致力成为与您共赢、共生、共同前行的战略伙伴，更矢志成为蜜制品具影响力的企业，与您一起飞跃，共同成功!同时本公司（www.tfengmi.com）还是从事蜂蜜，土蜂蜜，真蜂蜜的厂家，欢迎来电咨询。