

凯旋蛋品 白鸭皮蛋价格 新余皮蛋价格

产品名称	凯旋蛋品 白鸭皮蛋价格 新余皮蛋价格
公司名称	南昌县凯旋蛋品加工厂
价格	面议
规格参数	
公司地址	江西省南昌市南昌县莲塘镇街上村
联系电话	13755617840

产品详情

夏天出汗多 可适量吃点皮蛋咸蛋

按照传统养生的说法，夏天适合吃咸鸭蛋和松花蛋，但是也有人觉得，吃松花蛋并不健康。中国农业大学食品科学博士范志红表示，夏天出汗多，需要多补充一点钠、维生素B和蛋白质等，而皮蛋和咸鸭蛋正是这样的食品，可以适量食用，但不要每天都吃。

范志红解释说：“夏天出汗多，钠、蛋白质和B族维生素都会从汗液里面跑掉，按传统养生的理念，夏天往往可以刻意地吃点富含钠和蛋白质的食物，咸鸭蛋和皮蛋都属于蛋白质丰富、钠又多的食物，B族维生素也比较多。”

不过她强调，现代人体力活动减少，对钠的需求也相应减少，因此，一年四季都要避免咸鸭蛋或皮蛋食用过量，特别是患者和其他医嘱需要控盐的人，不要每天吃皮蛋，每次吃也不要超过一个。

咸鸭蛋作为一种传统食品，咸香美味，很多人都喜欢用来佐餐，散装松花皮蛋价格，如何吃得健康呢？范志红建议：一是买咸味淡一点的咸鸭蛋，“鸭蛋腌制到蛋黄出油、蛋白到合适咸度后，及时煮制，然后杀菌包装。这样就能保留里面蛋黄出油，外面蛋白不太咸的效果，又能长期保存”；二是可以把咸味的蛋白部分切碎，做成炒菜配料；三是一次不要吃一整个咸鸭蛋，吃一小块配粥即可，再配上蔬菜就更健康了。

咸鸭蛋的基本介绍

咸鸭蛋是指以新鲜鸭蛋为主要原料经过腌制而成的再制蛋，新余皮蛋价格，咸鸭蛋是一种风味特殊、食用方便的再制蛋，咸鸭蛋是佐餐佳品，色、香、味均十分诱人。

咸鸭蛋本身就咸，如果您吃的时候再搭配着口味重的食材，如咸菜、腐乳、重口味的菜，确实是会把自己给齁死。我想也不会有谁会这样吃的，那口味得有多重呀。

咸鸭蛋+李子：这个是千万不能一起吃的，这两者一起吃很可能引起，严重的可能有生命危险，所以日常生活中尽量地避免两者同吃。 咸鸭蛋+甲鱼：两者同食会引起，肠胃不适。

哪些人不能吃咸鸭蛋 鲜蛋成分中的蛋白质和脂肪在正常情况下呈均匀的乳状液分布，鲜蛋直接煮熟时，蛋中蛋白质和脂肪的乳状液直接凝固变成凝块，油脂来不及析出，仍被分散在蛋白质凝块中，因此不见出油。

咸鸭蛋的保存方法

??1、如果是夏天比较热的时候，可以放进冰箱冷藏室里存放，注意不要冷冻，冻过的鸭蛋很不好吃。一般放在冰箱上层冷藏室就行了。??2、如果在冬天比较冷时，可以把熟鸭蛋放在干燥通风的地方即可。注意不要放在太阳暴晒处，皮蛋价格多少钱一斤，选择阴凉的地方。比如厨房储藏柜顶部，楼梯下面等等。??3、对于用盐水腌制的咸蛋，煮熟前不宜长期浸泡在腌制罐里，白鸭皮蛋价格，把生咸蛋拿出煮熟并晾干后可以再放回到盐水里，随吃随取，这样既能保证熟咸蛋长时间放置不变质，也不会让鸭蛋越放越咸。??4、如果是包泥腌制的咸蛋，应保持泥皮湿润，可定期用湿布给鸭蛋保湿，并置于阴凉处，这样能保证鸭蛋半年不坏。??5、可以把熟鸭蛋做真空处理，能保证鸭蛋放比较长的时间。这需要专门的仪器，如果鸭蛋比较多可去附近加工厂做真空处理。

凯旋蛋品(图)-白鸭皮蛋价格-新余皮蛋价格由南昌县凯旋蛋品加工厂提供。“皮蛋，松花蛋，变蛋，鸭蛋，鹌鹑皮蛋，鹌鹑蛋”就选南昌县凯旋蛋品加工厂（www.jxkygc.com），公司位于：江西省南昌市南昌县莲塘镇街上村，多年来，凯旋蛋品坚持为客户提供好的服务，联系人：杜经理。欢迎广大新老客户来电，来函，亲临指导，洽谈业务。凯旋蛋品期待成为您的长期合作伙伴！