

食补佳品 鸡头米 带皮芡实1000g可做山药芡实粥【小老乡】杂粮

产品名称	食补佳品 鸡头米 带皮芡实1000g可做山药芡实粥【小老乡】杂粮
公司名称	郑州市金水区小老乡土特产商行
价格	72.00/千克
规格参数	品名:芡实 产地:微山湖 产品属性:果实子仁类
公司地址	中国 河南 郑州市金水区 纬五路经五路交叉口
联系电话	86 371 60140220 13838094971

产品详情

品名	芡实	产地	微山湖
产品属性	果实子仁类	性	微温
味	微甘		

咨询电话：13838094971

由于新鲜铁棍和市场需求有很大关系，产品价格可能会不断更新中，请大家谅解。

山药知识介绍：

山药属薯蓣科多年蔓生草本植物薯蓣的块茎。栽种者称家山药，野生者称野山药；中药材称淮山，淮山药、怀山药等。因其营养丰富，自古以来就被视为物美价廉的补虚佳品，既可作主粮，又可作蔬菜。

我国主产于河南省博爱、沁阳、武陟、温县等地，河北、山西、山东及中南、西南等地区也有栽培。冬季茎叶枯萎后采挖，切去根头，洗净，干燥。

该如何挑出最好的“铁棍山药”呢？

现在就教您“四招”。

一看：铁棍山药粗细均匀，通常直径1—2厘米（如成年人拇指般），表皮颜色微深，根茎有铁红色斑痕

；若直径太粗或表皮太光滑，就说明不是正宗的。

二掂：铁棍山药的单支重量一般不超过200克；太重可能就不是正宗的了。

三折：将铁棍山药折断，可以感到其肉质较硬，粉性足，其断面细腻，呈白色或略显牙黄色，黏液少；普通山药不仅肉质没有这么坚硬，且粉性也不够足。

四尝：由于铁棍山药中水分含量少，山药多糖等含量丰富，因此，其液汁较浓，煮食后口感较干腻、甜香，入口觉得“面而甜”，并伴随淡淡的麻味。

铁棍山药，乃四大怀药之首，产地在河南焦作温县，是四大怀药（怀山药，怀地黄，怀菊花，怀牛膝）的上上品四大怀药之首的铁棍山药，在温县有广泛种植，主要是食用、药用始于明代。

铁棍山药的特点甘、面、香。但铁棍山药的种植，唯温县独有，受沁、黄河环抱，区域气候优良，壤肥土壮，矿物质有机成份高，同时也为铁棍山药的生长提供了得天独厚的生长条件。《本草纲目》《神农本草经》等中华名典都有记载。自古以来就有“四大怀药山药居首，山药家族铁棍为王”之说。科学研究通过对不同地区所产的山药做有效成份分析之后，皆认为铁棍山药功效为各地山药之首。

铁棍山药除具有一般山药的优点外，其营养成份超出一般山药。因其粉性足，质腻，体质十分坚重，入水久煮不散，手持两根相互撞击，铿锵作响而不易折断，故得名“铁棍山药”。

使用方法：无论煮粥、炖肉、煲汤、火锅均可使用。但有不少非法分子，用一般的菜山药，冒充铁棍山药，所以在购买铁棍山药的时候，一定要知道如何鉴别铁棍山药的真假。

山药的吃法多种多样。

可以直接上锅蒸20分钟，蘸糖当主食吃，或放凉后切块和酸奶拌在一起是不错的甜品。也可切片后和山楂糕一起蒸，做成山楂山药；或切成大块与排骨一同炖汤。

铁棍山药富含16%淀粉，粘液质糖蛋白、胆碱、维生素c、甘露聚糖；还含有谷氨酸、酪氨酸、丙氨酸等18种氨基酸和铁、钙、锌、磷、锰、钴、铜等十余种微量元素。

下面介绍几种山药的吃法：

1、上笼清蒸

这是最简单，最原味的吃法。

首先将山药洗净，不要去皮，切成10cm长的段，放在笼上蒸，约30分钟，可闻到山药特有的香味。关火，出笼，即可。吃时可沾白糖。

2、拔丝山药

原料：山药两根 调料：糖4两左右（不怕多只怕少）、油2两 步骤：（1）山药削皮后切块

（2）将油烧热到6分把山药块下锅炸，中火5分钟左右，山药由白色转为金黄色出锅，为了保持脆的口感，可以在油到8、9分热的时候再炸一次。捞出后备用。（3）这一步要熬糖了，也是最难的部分，如果掌

握的好，可以用少量的油来熬，如果没什么信心，用水也行。量为一个锅底，然后将糖放入，以文火熬，其间要不停的搅拌，千万不要糊锅。你会发现有小气泡出现，不要停，一直搅拌。直到有一个时刻，锅中的糖水感觉忽然间一下减少了，将山药块倒入锅中搅拌，让糖充分包裹在每一块山药上。

(4) 在盘底放一薄层油，盛盘。这样你的盘子还好刷一点，不然糖干了，比较难刷干净。

(5) 上桌了。可以准备一小碗凉水，沾着吃，据说不粘牙。

3、山药芡实柴鸡汤：

材料：母柴鸡1只约1000克、山药（鲜）250克（也可以用干的山药，50克左右）、芡实20克、姜片20克、料酒1汤匙（15ml）、盐适量。

做法：1、柴鸡经过初步加工（去毛开膛去内脏）以后洗净。2、去掉柴鸡的头和尾（就是屁股），用剪刀剪去鸡爪的指甲，放入放了料酒的开水锅中烫5去血沫，然后放入装了足够多清水的汤煲中烧开，用中火煲20分钟。

3、戴上手套将山药的皮去掉，洗净切成滚刀块，芡实提前用清水浸泡。待鸡汤烧开以后放入鸡汤内。

4、中火煲20分钟以后，转小火煲2小时，加盐调味即可。

小贴士：可以在鸡煲熟以后，将鸡腿鸡胸的肉拆下，撕成细条用佐料凉拌（详见棒棒鸡丝），剩下的鸡架放回汤中煲汤。芡实：是睡莲科植物芡的成熟种仁，又称鸡头米

4、山药枸杞粥

材料：山药600克、米1/2杯、枸杞、糖桂花（冰糖）、小葱。

做法：1、大米加水提前泡半小时，山药洗净，去皮切块。2、将泡好的米放入锅中，加入5杯水煮开，改小火煮成粥，加入枸杞、山药块一起熬煮。稍搅拌，小火熬煮30分钟即可。（不愿加冰糖，最后喝的时候淋上些糖桂花也很香浓，我喜欢这样的喝法。假日里，给父母熬上一碗，温暖永驻！）。

5、山药排骨汤

原料：山药、排骨、葱、姜、盐、黄酒做法：1、山药洗净，去皮切断，蒸2分钟

2、排骨洗净，砂锅加满水，煮开，撇去浮沫3、放姜片葱结，加黄酒，转小火

4、煨一小时，捡去葱结，放山药，开中火沸腾后再转小火5、半小时后加适量盐，继续煨半小时至山药排骨酥烂即可小贴士：山药蒸过后，可去除滑腻的汁，这样煮出的汤比较清。

产品说明：

该铁棍山药是刚从地里挖的,十分新鲜,营养丰富,口感香面甜.

本小店已加入消保,保证产品正宗地道,吃的就是这个味!!!

由于山药较长,在装箱的时候,一些较长的山药是将一根山药断成两截,可以看出一个是大头,一个是小头.各位好友,大家期待已久的鲜铁棍山药终于露出了地面,由于今年山药奇缺,造成09年春天至今,山药一路上涨,到上个月,山药涨到25元一斤,创造了山药价格有史以来的历史最高,使得多少想吃山药的朋友望而生畏.欲买又止.

终于,现在鲜山药上市了,正值60国庆,八月十五,双节临近,本冬冬特产店,为了增添这喜庆的气氛,满足大家想吃山药的欲望,特低价销售,欢迎新老朋友光临,欢迎企事业单位大量采购.

药食同源怀山药,健康是吃出来的,送礼送健康,祝大家节日快乐!!

批发说明

	<p>山药知识介绍：</p> <p>山药属薯蓣科多年蔓生草本植物薯蓣的块茎。栽种者称家山药，野生者称野山药；中药材称淮山，淮山药、怀山药等。因其营养丰富，自古以来就被视为物美价廉的补虚佳品，既可作主粮，又可作蔬菜。</p> <p>我国主产于河南省博爱、沁阳、武陟、温县等地，河北、山西、山东及中南、西南等地区也有栽培。冬季茎叶枯萎后采挖，切去根头，洗净，该如何挑出最好的“铁棍山药”呢？</p> <p>现在就教您“四招”。</p> <p>一看：铁棍山药粗细均匀，通常直径1—2厘米（如成年人拇指般），表皮颜色微深，根茎有铁红色斑痕；若直径太粗或表皮太光滑，就说明不是正宗的。</p> <p>二掂：铁棍山药的单支重量一般不超过200克；太重可能就不是正宗的了。</p> <p>三折：将铁棍山药折断，可以感到其肉质较硬，粉性足，其断面细腻，呈白色或略显牙黄色，黏液少；普通山药不仅肉质没有这么坚硬，且粉性也不够足。</p> <p>四尝：由于铁棍山药中水分含量少，山药多糖等含量丰富，因此，其液汁较浓，煮食后口感较干腻、甜香，入口觉得“面而甜”，并伴随淡淡的麻味。</p> <p>铁棍山药，乃四大怀药之首，产地在河南焦作温县，是四大怀药（怀山药，怀地黄，怀菊花，怀牛膝）的上上品四大怀药之首的铁棍山药，在温县</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

有广泛种植，主要是食用、药用始于明代。

铁棍山药的特点甘、面、香。但铁棍山药的种植，唯温县独有，受沁、黄河环抱，区域气候优良，壤肥土壮，矿物质有机成份高，同时也为铁棍山药的生长提供了得天独厚的生长条件。《本草纲目》《神农本草经》等中华名典都有记载。自古以来就有“四大怀药山药居首，山药家族铁棍为王”之说。科学研究通过对不同地区所产的山药做有效成份分析之后，皆认为铁棍山药功效为各地山药之首。

铁棍山药除具有一般山药的优点外，其营养成份超出一般山药。因其粉性足，质腻，体质十分坚重，入水久煮不散，手持两根相互撞击，铿锵作响而不易折断，故得名“铁棍山药”。

使用方法：无论煮粥、炖肉、煲汤、火锅均可使用。但有不少非法分子，用一般的菜山药，冒充铁棍山药，所以在购买铁棍山药的时候，一定要知道如何鉴别铁棍山药的真假。

名称：09年9月新挖的沙土铁棍山药

长度：40cm以上

直径：1cm左右

产地：焦作温县

产品说明：上图所说山药是焦作现存的最好的铁棍山药，外观粗细均匀，没有疤痕，长度不低于60厘米，直径约1.5厘米，营养价值最高。

口感面、甜、香。最适合对山药品质要求高的客户。

包装说明：此包装为自己将散的装盒，盒装6斤、8斤、10斤不等。您也可以根据自己需要购买不同的数量。

备注：该山药因为太长，装箱时大约要截成35厘米左右的长度。一根山药大概截成两截，每箱里面山药断面可以看出截断的痕迹，半根是山药头，半根是山药尾。保证山药是长山药所截而装成的箱。

品质纯正、地道才是硬道理,还是那句话,同价产品比品质.可以到百度上输入"怀山药"搜搜看哟!查后再拍!!!
本品为正宗地道的温县铁棍山药，下面上一张近图，正宗地道的铁棍山药一般是有锈斑和粗大毛孔以及较长的须，大家仔细看下，不用我再重点指出了哦，这张图已经很明显了哦：大家看到没有，铁棍山药上面的锈斑、粗大毛孔，好多买家问为什么这么脏，其实这可不是脏哦，刚出土不久的山药哪有不带土的哦，不过洗洗就好了。

大家在看一下根部，是一头圆的哦

下面再来一张蒸熟后的山药，让大家先饱饱眼福：

再来一个更诱人的：吃着干面甜，非常可口，不过如果蘸白糖吃，那味道简直更是爽口极了。蒸着吃吸收其营养极好，而且做法极简单，所以一般可以这么吃。

进入秋季,天气渐凉,俗语"求医不如求己，药补不如食补"请大家多多关注您身边的家人，朋友，及亲人的健康。为他们献出一点爱。给家人。给自己。健康才是千金难求。何乐而不为！！！！

铁棍山药因其功效显著，已越来越受到人们的喜爱，正因如此，市场上一些人以假充真，欺骗消费者。铁棍山药的鉴别办法：外观粗细均匀，直径在1-2.5cm，毛须略多，毛眼突出，表皮颜色微深，并可见特有的“锈斑”；入水久煮不散，在沸水中十分钟左右即熟，口感甘、面、香甜、爽口。

因本品为没有特意用清水冲洗（冲洗后不易保鲜），上面带有少许乡间泥土，所以采用独立包装，价格比同类产品已经低很多，可对比后购买，不再还价，还望体谅。如担心质量可在收货一周内鉴定品尝对比，如不满，一周内可以按照退回的重量按原价山药品种较多，河南怀庆府的品质最好。所以通常山药也叫怀山（或淮山）。

关于大家常见的几个问题：1，您们的是淮山药吗？淮山药和怀山药，是一样的吗？答：是的。怀山药和淮山药是一样的，只不过中国这么大，各地的叫法不一样罢了。也叫淮药，怀药。因为沁阳古为“怀庆府”所以称为怀山药。

2，什么是铁棍山药？铁棍山药和淮山药，有什么区别？答：铁棍山药是直径为1 - 2 . 5 c m . 如拇指般大小一样，坚硬。所以称为铁棍山药。有区别，铁棍山药是淮山药（山药）的一种，淮山药是一种统称。铁棍山药是山药家族的成员，但其营养成份极高，为山药家族的“至尊”。

3，为什么您说您家的山药片（粉）比我国其它地方的要好？是质量不一样吗？答：是的。因为全国种植山药的地方很多。但只有我们这的才能叫铁棍山药，因为它的营养成分要比国内其它地方的要高好多，为历代皇室贡品，营养成份具体可见小店首页的怀山药简价。