

龙王豆浆粉 源谷碾坊 六安豆浆粉

产品名称	龙王豆浆粉 源谷碾坊 六安豆浆粉
公司名称	安徽源谷坊生态农业有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	安徽省合肥市新蚌埠路与魏武路交口佳海工业城C区
联系电话	18655118978

产品详情

水果跟黄豆一起做成豆浆，能改善豆浆口味、色泽。但要吃到营养，并非任何水果都适合。

维生素可以分为两种类型：水溶性维生素、脂溶性维生素，前者含量高的蔬果不适合做水果豆浆，后者才适合。水溶性维生素的特点是溶于水中，也不耐高温加热，日常食物中，这类维生素主要是维B、维C，代表水果有柑桔类、香蕉、葡萄、梨、猕猴桃、柠檬等。制作水果豆浆有加热的过程，维生素会被高温破坏掉，安庆豆浆粉，一杯豆浆做完了，豆浆粉热量，水果中的维生素也所剩无几。此外，喝豆浆会把豆渣过滤丢掉，水果中含有的膳食纤维也被过滤。那么，用这类水果做的豆浆只徒有其名，可以调味，让豆浆颜色更鲜亮，豆浆粉，却没有水果的营养价值。此外，豆浆中浓缩着水果的高糖分，肥胖患者是要注意控制的。

豆浆粉怎么冲泡不结块的小秘招

反复摇

我们可以把豆浆粉倒入摇摇杯当中，然后冲入开水，龙王豆浆粉，接下来把杯子密封盖好，放在手里反

复的摇，通过外力就可以使豆浆粉慢慢摇匀，这样的话也会更加好喝一些。

以上就是关于豆浆粉的冲调方法，因此小伙伴如果有时间的话，可以把它放到锅中煮，这样的话会更加好喝一些。如果想偷懒的话直接用开水或者用摇摇杯来冲调的话也比较方便，但是千万不要用冷水或者直接用温水冲，这样的话里面的温度不能把豆浆粉冲开，就会有结块的形状在里面。

喝豆浆的好处

延缓衰老：豆浆中含有一种特殊的植物雌—“ 黄豆苷原 ”。它可调节女性，每天坚持喝豆浆的女性，可明显改善身体素质，延缓衰老，起到美容养颜的作用。

：众所周知豆浆中含有丰富的植物蛋白、磷脂。维生素B1、B2，烟酸以及铁、钙等矿物质。而其中铁的含量，更是比其他任何乳类都丰富，女性场常喝豆浆，可以补充每个月经期身体流失的铁。

减肥：豆浆虽然被称为“ 植物牛奶 ”，但其脂肪主要是不饱和脂肪酸，也不含胆固醇，对于正在瘦身的朋友而言是选择。此外，豆浆中除了含有大豆植物蛋白质之外，还富含大豆异黄酮、大豆配醣体等，而这些成份可以有效抑制吸收体内的脂质和醣类，进而发挥出燃烧体脂肪的效果。

龙王豆浆粉-源谷碾坊-六安豆浆粉由安徽源谷坊生态农业有限公司提供。安徽源谷坊生态农业有限公司（www.ahygnf.com）拥有很好的服务与产品，不断地受到新老用户及业内人士的肯定和信任。我们公司是商盟认证会员，点击页面的商盟客服图标，可以直接与我们客服人员对话，愿我们今后的合作愉快！