

## 【河南特产，经典美味】美七健康红枣/特级500g精

产品名称	【河南特产，经典美味】美七健康红枣/特级500g精
公司名称	奥星好想你红枣股份有限公司
价格	44.00/千克
规格参数	产地/厂家:美七红枣 品种:大枣 规格:500 (个/kg)
公司地址	中国 河南 郑州市管城回族区 管城区陇海路60号
联系电话	86 0371 66367228 15936238378

### 产品详情

产地/厂家	美七红枣	品种	大枣
规格	500 (个/kg)	可溶性固形物	99 (%)
可食率	99 (%)	农药残留量	999 (mg/kg)

【品牌】美七健康红枣

【级别】特级

【规格】500克/袋\*20

【产地】河南·新郑

【保质期】9个月

【生产日期】见封口

【食用方法】开袋即食、煲汤、煮粥、泡茶、做馅料等。

健康红枣来自新疆的绿色生产基地，是新郑红枣嫁接种植所成，采用天山雪水灌溉，不施农药和化肥，是真正意义上的无污染无公害的“天然绿色食品”。由于光照时间充足，所以营养成分积累丰富，含糖量高；因为昼夜温差大，所以，病虫害很难存活。健康红枣果实饱满，颜色红润，皮薄肉厚，营养丰富，口感极佳，不仅是您一年四季的营养伴侣，也是您居家旅行、馈赠亲友之佳品。每百克红枣含量碳水化合物-----50.3-86.9g蛋白质-----3.3g脂肪-----0.4g含钙-----61mg含磷-----55mg抗坏血酸-----12mg粗纤维-----3.1mg含铁-----1.6mg

民间也有“门前一颗枣，红颜直到老”、“若要皮肤好，粥里加大枣”的说法。大枣可以做成各种美食，如大枣粥、大枣糕、大枣茶和大枣汤等。大枣既能美容，又是美食，何乐不为呢？下面就为您介绍一些大枣的美容妙方：

### 1、补血养颜妙方

通过食用下面的方子，可以让女性朋友气血充足，从而面色红润，容光焕发！而不会因为气血不足出现面容枯槁、晦暗等等。

#### 【西洋参大枣粥】

原料：西洋参3克，大枣10枚，粟米100克。

制作：先将西洋参洗净，置清水中浸泡一夜，切碎西洋参；洗净大枣；将西洋参、大枣、粟米及浸泡西洋参的清水一起倒入砂锅内，再加些清水，小火熬60分钟。

用法：每日1次，早晨食用。

功效：久食本粥可使身体变得强壮，皮肤变得细腻红润。适用于四肢无力，气虚体弱，面色苍白无光泽者。

#### 【大枣菊花粥】

原料：大枣50克，粳米100克，菊花15克。

制作：三者一同放入锅内加清水适量，煮至浓稠时，放入适量红糖调味食用。

功效：此方具有健脾补血、清肝明目之功效。长期食用可使面部肤色红润，起到保健防病、驻颜美容的作用。

#### 【大枣香菇汤】

原料：干香菇20只，大枣8枚，料酒、精盐、味精、姜片、花生油各适量。

制作：将干香菇先用温水浸发至软，再用凉清水洗去泥沙；将大枣洗净，去核。用有盖炖盅，加进澄清过滤的泡发香菇的水和加入适量清水，再放入香菇、大枣、精盐、味精、料酒、姜片、熟花生油少许，盖上盅盖，上蒸笼蒸1小时左右。出笼即可食用。

特点：滑润适口，甜、咸、香、辣味均有，但口味柔和鲜香。

功效：健美、抗衰老，会使女性容光焕发，青春久驻。

#### 【大枣炖兔肉】

原料：兔肉150克，大枣6枚，生姜5克，料酒、食盐、葱等调味料适量。

制作：将兔肉切块，加料酒、盐腌渍20分钟。大枣放锅底，上放兔肉，加生姜片、葱等调料及水少许，炖至熟烂即可佐餐食用。

功效：滋阴补中、益气健脾、养血补血、护肤美容。

### 【大枣黄豆粥】

原料：黄豆50克，大枣10枚，粳米200克。

制作：黄豆洗净泡发一宿。大枣温水泡15分钟后洗净。粳米冲洗一下，放入锅中，加水烧开。放入黄豆小火熬40分钟，再加入大枣熬40分钟。食用时，可根据自己的口味加糖或盐拌匀即可。

功效：补气活血，滋润肌肤。方中黄豆益气养血，健脾宽中，润燥行水，通便解毒。黄豆含有很多b族维生素、微量元素，如经常食用，会提高肌肤的新陈代谢能力，促进肌肤排除毒素，令肌肤润泽青春。大枣可使身体气顺血旺，配合黄豆中丰富的养料送达毛发与全身细胞，以达到润泽肌肤的功效。是肌肤干燥粗糙、发质干枯人士的食疗佳品。

### 【大枣桂圆鸡蛋汤】

原料：大枣10枚，桂圆肉20克，莲子40克，鸡蛋100克，姜10克。

制作：鸡蛋放入冷水锅内，放在火上加热煮熟，去壳；桂圆肉洗净；莲子去心，保留莲子衣；大枣去核，洗净；生姜去皮切片；锅内放入适量水，用旺火煮开，下入桂圆肉、莲子、大枣、姜片、鸡蛋，用中火煮2小时即成。清淡适口，回味甘甜。