

# 内江豆芽机 四季阳光机械 黄豆芽机

产品名称	内江豆芽机 四季阳光机械 黄豆芽机
公司名称	青州四季阳光机械有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	山东省青州市益都街道现代设备物流园D区36号
联系电话	13396369022

## 产品详情

### 绿豆芽药用价值

绿豆芽为豆科植物绿豆的种子浸沤后发出的嫩芽，绿豆芽还具有很高的药用价值，一般中医认为，绿豆芽的性凉味甘，不仅具有很好的消暑热功效，厂家直销豆芽机，还可以通经脉、解诸毒，除此以外还能补1shen和利1尿，达到消1肿和滋1阴壮1阳的目的，还能降1xuezh1和软化血管哦。

《本草纲目》：诸豆生芽、皆腥韧不堪，惟此豆之芽，白美独异，今人视为寻常，而古人未知者也。但受湿热郁滯之气，故颇发疮动气，与绿豆之性，稍有不同。

### 芽苗菜营养价值

在豆类发芽过程中，其储存的营养物质，如蛋白质、淀粉、脂肪等，会被降解为氨基酸等小分子成分，更易于人体消化吸收。

而对于黄豆芽而言，大豆中的抗营养因子，如凝集素、植酸等，在发芽后得到克服和改进，如植酸在植酸酶的作用下降解，而释放整合的钙、磷、铁和锌等矿物质元素，使得豆芽营养成分的生物利用率显著提高。

大豆中的胀气因子（如棉籽糖、鼠李糖和水苏糖等寡糖）在发芽过程中急剧下降，大大减轻了肠胃胀气问题。

除此之外，大豆发芽过程中，-氨基丁酸（一种脑神经递质）、大豆异黄酮等功能性因子含量也得到提高。

有些人认为豆芽两头口感不好，吃豆芽时只吃中间白嫩的部分，或者烹调前花大量功夫把豆芽两头一点

点去掉。其实，豆芽中营养丰富的不是白嫩的部分，而是黄色的那头，另一头的芽根则富含纤维素。豆芽中纤维素和水分含量比较高，有利于减肥。

我们在购买豆芽时，要警惕那些卖相过好、不长根须、颜色鲜嫩的豆芽。

在烹调方式上，豆芽可凉拌、清炒、做汤、和肉类一起炖煮等。如清炒绿豆芽时，除了少油少盐，下锅后迅速翻炒，适当加点醋，既保存了水分和维生素C，又保证口感清脆爽口。

- 1、选大粒饱满圆润的黄豆，自动控温豆芽机，找一个大小适宜的小盆，将黄豆放入盆中，倒入自来水，将黄豆浸泡。泡至黄豆看起来都发起来了（由圆形变成椭圆形了），将水倒掉。如果房间暖和，这个过程大概半天就够了。
- 2、找来一块干净的布（纱布或者笼屉布），用水浸湿，盖在发起来的豆子上面。这个时候小盆里应该没有水了。然后找个暖和的地方放置。不要放在阳光直射的地方。等着豆子发芽。
- 3、接下来，内江豆芽机，看豆子大多数都已经发芽了，就精挑细选一下，将没有发芽的豆子挑出来扔掉。然后就看准备生多少豆芽，来选择合适的盆子。找一个大小适宜，并且下面漏洞的盆，（哈，生活中破了的盆子这下有用武之地了。）将发芽的豆子小心的放进去，注意不要碰掉了刚出来的小芽。然后再找一个比刚才那个盆子略大的盆，不漏的盆。在完整的盆子上踉上一块木板或者两条木棒，总之就是把漏洞的盆子放在上面，注意漏的洞不要被堵塞了。
- 4、然后就是浇水了。次浇水的时候，将自来水从豆子上面均匀地浇下去，争取让每一块豆子都被浇到水，（浇水的时候将纱布拿开）。水从豆子的缝隙流下去，从盆子的漏洞里流出来，流到下面的盆子里。以后再浇水的时候，用下面盆子里蓄的水浇就可以了。水当然会越来越来少，不够的时候，加自来水就可以了。每天浇水的次数不限，次数多，黄豆芽机，豆芽就长得快。

如果生豆芽的量比较少，不准备大张旗鼓地弄的话，可以不用漏洞的盆子。只要将发芽的豆子放进大小适宜的完好的盆子里，盖好布。每次浇水，待水从豆芽的缝隙流到盆子底部了，就可以将水再倒出去。这个浇完的水也不用留着，再浇的时候，重新用新的自来水就可以了。倒的时候一定要倒干净，不然底部留存水的话，豆芽会烂的。

- 5、待长到足够高，就可以吃了。拔的时候可以优先找豆芽生得密的地方拔，好给下面的豆芽让地方。拔下来的豆芽把根掐掉，把残余的豆荚捡出来，豆芽洗干净，就可以做菜了。

内江豆芽机-四季阳光机械-黄豆芽机由青州四季阳光机械有限公司提供。青州四季阳光机械有限公司（[www.sdxsyg.com](http://www.sdxsyg.com)）是从事“豆芽机,花生芽机,芽苗机,种子催芽机,豆芽淋水机,豆芽生产线”的企业，公司秉承“诚信经营，用心服务”的理念，为您提供高质量的产品和服务。欢迎来电咨询！联系人：赵甜。