

# 徐州黑米早餐粥 黑米早餐粥报价 冬至速冻

产品名称	徐州黑米早餐粥 黑米早餐粥报价 冬至速冻
公司名称	泰安市泰山区冬至速冻食品有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	山东省泰安市泰山区南河西村
联系电话	13153889089 13153889089

## 产品详情

### 腊八粥的做法

农历十二月初八，俗称腊八节，人们总爱在这一天煮上一锅美味可口的腊八粥。在我国远古时期，“腊”本是一种祭礼。人们常在新旧交替时，用猎获的禽兽来举行大祭。古时腊八这一天，家家户户，大人小孩都要喝腊八粥。哪怕是襁褓中的小儿，做母亲的也要喂他吃几口腊八粥，以示祛灾，人畜兴旺。腊八习俗始于佛门。相传，的创始人释迦牟尼，29岁那年舍弃王室的豪华生活，出家修行。由于他在苦行道中劳累过度，加之又饥又渴，黑米早餐粥价格，昏倒在地。

恰巧有位牧羊姑娘路过，将自己随身带的杂粮和瓜果用泉水熬成稀粥，喂给他喝。

自从传入我国后，各地兴建寺院、煮粥献佛的活动也随之日益盛行起来。

这便是腊八节吃腊八粥的来历。腊八粥调理营养，易于吸收，是食疗”佳品，黑米早餐粥报价，有和胃、补脾、养心、、益、利肝、消渴、明目、、的作用。也是老少皆宜滋补养生粥羹。

1准备好所有的食材。

2黑米，糯米，麦仁用清水淘洗干净浸泡。

3花生米，莲子，红枣，绿豆，徐州黑米早餐粥，红豆，薏仁分别浸泡20分钟备用。

4桂圆去皮果肉洗净备用。

5把浸泡过花生，莲子，红枣倒入电压锅内胆。

6再放入豆类。

7加入所有米类。

8放入桂圆。

9加入冰糖。

10加入所需量的开水。

11加盖按下营养饭-煮粥键。

12滴声提示后即可开盖搅拌均匀食用。

### 小贴士

所有食材分别分开浸泡20分钟，然后再煮粥。冰糖量可自行调整。  
电压锅用开水煮粥会更快捷食材也更易熟。

### 八宝粥中使用粳米和大米的区别（上）

粳米，是粳稻的种仁，又称大米。其味甘淡，其性平和，每日食用，粳米能yang胃气、长肌肉；《食鉴本草》也认为，粳米有养脾胃、养五脏、壮气力的良好功效。粳米中的蛋白质虽然只占7%，但因吃量很大，所以仍然是蛋白质的重要来源。粳米所含人体必需氨基酸也比较quan面，还含有脂肪、钙、磷、铁及B族维生素等多种营养成分。

粳米是大米的一种，在中国各地均有栽培，种植历史已有6900多年，是中国饮食文化的特产之一，南方人更是以为主食，日日食用，然而作为中药，其功用却jue不是如此简单，粳米为稼穡之品，土爰稼穡，故粳米入胃，黑米早餐粥批发，其色白，故又入肺。禾苗精华皆潜收于米中，且粳米与其他五谷不同，生于水中时日甚久，得水中之精甚厚，故于肺胃大有滋养补益之能，对于肺胃阴虚燥渴之证，甚为相宜。

### 海鲜蔬菜瘦肉粥的做法

1将大米清洗干净

2倒在锅内加适量冷水开始煮至，开锅以后关小火，锅的盖子留个缝，不然容易溢锅

3瘦肉切丁姜切丝加适量胡椒粉

4加适量盐搅拌均匀腌制一会儿

5北极虾提前拿出来化开

6芹菜叶和香葱清洗干净

7切成末备用

8粥即将煮好了加入腌好的猪肉丁

9看到猪肉丁变色了加入北极虾

10再加入芹菜叶，搅和一下再加适量盐关火

11后撒入香葱末

12盛入碗中开吃

小贴士

因为北极虾本身就是煮熟了的，所以下锅热一下就可以了，不用久煮。

徐州黑米早餐粥-黑米早餐粥报价-冬至速冻(推荐商家)由泰安市冬至速冻食品有限公司提供。泰安市冬至速冻食品有限公司(www.dzsdsp.com)有实力，信誉好，在山东泰安的速冻面点等行业积累了大批忠诚的客户。公司精益求精的工作态度和不断的完善创新理念将促进冬至速冻和您携手步入辉煌，共创美好未来！