

# 奶油榛子仁批发厂家 榛子仁 干味食品

产品名称	奶油榛子仁批发厂家 榛子仁 干味食品
公司名称	东莞市千味食品有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	东莞市南城街道胜和社区胜和路胜和商住广场D座7楼25号单元
联系电话	15007695232

## 产品详情

土耳其是榛子的主要生产国，其榛子产量占全球榛子总产量的三分之二；榛子的主要生产国还有西班牙、意大利及美国；亚洲、欧洲及北美洲的温带都有榛树生长，碎榛子仁，我国东北、山西、内蒙古、山东以及河南等地也都有榛子分布。

榛属树种世界约有20种，学术界确认的有9种。榛子是木本粮食和木本油料树种，综合利用价值很高，用途较广。

榛子富含油脂（大多为不饱和脂肪酸）、蛋白质、碳水化合物、矿物质、糖纤维、--古甾醇等特殊成分以及人类所需的八种氨基酸与微量元素。

1、榛子本身富含油脂（大多为不饱和脂肪酸）其含量达到60.5%，使所含的脂溶性维生素更易为人体所吸收，对体弱、病后虚羸、易饥饿的人都有很好的补养作用；

2、润泽肌肤的功效；

3、榛子里包含着化学成分紫杉酚，有助于身体健康

4、榛子本身有一种天然的香气，具有开胃的功效，丰富的纤维素还有助消化的作用；

5、榛子还具有降低胆固醇的作用，避免了肉类中饱和脂肪酸对身体的危害；

6、镁、钙和钾等微量元素的含量很高，长期使用有助于调整血压。

7、每天在电脑前面工作的人群多吃点榛子，对视力有一定的保健作用。

生榛子就是还未加工过的榛子，是可以直接吃的。生榛子可以直接剥壳食用，也可以是磨碎或者切碎了放入沙拉、酱汁、牛奶、冰淇淋或是糕点中食用。

榛子的营养价值很高，其成分主要集中在榛子壳及榛子种仁里。榛壳含有大量棕色素，它是一种符合绿色食品需求的天然色素，同时它还是一种生物质原料，在能源与环保领域有一定的研究价值，此外，粉碎后的榛子壳是很好的有机肥原料。

人工种植的可以喷药！如果是榛子，基本没有办法，因为榛子生虫子不是说采摘以后才有的，而是刚刚形成果实的时候，榛子仁，一种叫象甲的虫子，会用长吻在果实表面挖洞，然后把卵产在里面，幼虫随着果实的发育在榛子里面长大！等到采摘的时候。里面的虫子已经又白又胖了！所以说榛子生虫子是无法避免的，只能说采摘后通过水漂，沉底的多是无虫的，浮在水面上的都是有虫的！来加以分拣！

## 适宜人群

一般人群均可使用

1. 适宜饮食减少、体倦乏力、眼花、肌体消瘦等人群食用；
2. 榛子含有丰富的油脂，胆功能严重不良者应慎食。

## 烹饪指导

1. 炒榛子：将榛子炒熟，勿焦，随时食用，生榛子仁批发，去壳嚼肉，量不拘，可开胃进食、明目、增进体力。
2. 用榛子肉30~60克，空腹1次嚼细服下，有驱蛔虫与蛲虫的作用，小儿用量酌减。
3. 榛莲粥：将榛子、莲子、粳米放在一起，奶油榛子仁批发厂家，煮成“榛莲粥”，不仅口感好，而且营养丰富，平时可以多喝些。