

姓氏酒贴牌定制

产品名称	姓氏酒贴牌定制
公司名称	亳州市酒巷酒业有限责任公司
价格	24.00/瓶
规格参数	产地:安徽亳州市 品牌:敢担当 规格:1*6
公司地址	安徽省亳州市谯城区古井镇
联系电话	18156789153

产品详情

姓氏酒贴牌定制 相信很多人都知道，饮酒对身体是有一定好处的，那真的是这样吗？怎样饮酒才能对身体有好处呢？是不是随便喝都能对身体好呢？很多人在这一点上并没有清楚的认知，导致有时候因为酒精喝多了都不自知。

其实，就这个东西就像菜刀和其他实物一样，都有双面性，如果不喝，身体可能就会存在某些功能系统的缺陷，但是喝多了，又会导致某些疾病的发生。所以，科学地饮酒是每个人都需要学会的。不但对身体好，而且还很适合用到商业应酬之中去。接下来告诉大家一些科学饮酒有益身心健康的好习惯吧！

一、喝酒必须要有下酒菜

喝酒的时候有下酒菜是符合人们营养卫生科学性的。因为饮酒会促进人体的新陈代谢，消耗体内的蛋白质，因此，在喝酒的时候点一些蛋白质较高的食物做下酒菜是好的选择。像松花蛋、花生米、鸡、鸭、鱼、排骨、瘦肉等菜肴，都是好的选择。不过，这些都是酸性食物，还需要一些碱性叫高的食物，比如蔬菜，水果等。把体内的各种元素综合。

二、要注意保护肝脏

我们都知道，白酒的含酒精量是比较大的，而酒精对肝脏的伤害具有一定的刺激作用。所以，在选择下酒菜的时候还要考虑是否对肝脏有益，有利于保护肝脏的菜肴是非常好的，在此推荐山药、糖水水果罐头、糖醋鱼、糖醋排骨等，因为这些食物含糖量较高，糖对肝脏是有一定的保护作用的。如果在加一个豆腐酒更好了，因为豆腐中含有丰富的半胱氨酸，能够加速乙醇从体内排出，减轻酒精造成的伤害。

三、喝不同的酒，吃不同的菜

不同的酒，酒精和其他成分含量不同，所搭配的下酒菜自然不是一层不变的，啤酒：啤酒含糖类较多，不宜用大鱼大肉来做下酒菜否则会产生更多的脂肪，导致体内的热量过高，使人发胖，还容易患有高血压、心脏病等疾病。白酒：白酒和其他酒精浓度较高，需要吃一些蛋白质较高的食物，像蛋类、禽类、水产类、肉类等食品，还有一些解酒的食物。如果是葡萄酒、果子酒的话，那就应配一些水果好。

喝酒不论能不能喝，我们都应从自身身体情况出发，一切以自己身体为核心去喝酒，不可多喝，也不可不多，适当吃些下酒菜缓解酒力是必须的。在此祝大家身体健康、生意兴隆。

姓氏酒贴牌定制