

扁桃仁供应商 云浮扁桃仁 干味食品批发

产品名称	扁桃仁供应商 云浮扁桃仁 干味食品批发
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

扁桃仁不仅香美可口，味道甘甜，而且营养价值很高。有关扁桃仁的营养价值，已经有了很多的商业宣传，但我国国产扁桃仁的营养品质，人们恐怕还所知不多。

1999年对我国新疆所采扁桃仁进行的测定表明，国产扁桃仁（扁桃仁）的粗蛋白含量为28%，脂肪含量为55%，而且脂肪当中，脱皮扁桃仁批发商，单不饱和脂肪酸比例高达71%，可与橄榄油相媲美。其亚油酸含量为20%，不饱和脂肪酸比例占92%。

也就是说，从脂肪酸比例来说，扁桃仁几乎和橄榄油相当，而它的蛋白质和膳食纤维含量远远高于橄榄油，它的优势是其他坚果难以比拟的。

扁桃仁（*semenpersicae*, peachseed），别名毛桃仁、桃仁、大桃仁。为蔷薇叶植物桃的种子，扁桃仁供应商，桃核里的仁儿。可制食品，可入中药。果实成熟后收集果核，除去果肉及核壳，取出种子，晒干便可以制作成扁桃仁。

1.维生素：扁桃中水溶性维生素B1、维生素B2的含量分别是160微克和120微克，维生素B6以吡哆醇、吡哆醛、吡哆胺的形态存在，含量为80微克/克，烤制和去皮等加工过程造成都分维生素B6降解。熏蒸对仁内的维生素B1和维生素B2没有影响。

2矿物质：扁桃仁矿物质元素的含量常用灰分占干物质的百分比表示。矿物质中主要元素是钾和磷，二者占总矿物质质量的70%，磷与钙呈负相关.而与氯、钠、钢和氮呈正相关。

3碳水化合物：扁桃仁中可溶性糖的含量相对较低，一般为3%-8%，非还原糖有蔗糖和棉籽糖，分别占总量的90%和7%，葡萄糖、果糖、山梨醇和肌醇的含量较少。多糖占干物重的3%-6%。

4脂类：脂类是扁桃的主要成分，一般超过干重的40%。不同品种脂的含量及组成表现较大的差异。立地条件也影响油的成分，寒冷地区的扁桃不饱和脂肪酸的含量较高。油酸和亚油酸占扁桃油脂肪酸总量的90%。在成熟的扁桃仁中，脂肪酸主要以甘油三酯的形式存在。

5蛋白质：扁桃仁的蛋白质含量为18%-24%，包括清蛋白、球蛋白、谷蛋白和醇溶蛋白。

6除了以上营养价值外，扁桃仁还具有数不胜数的营养价值，可以制成食品，也可以入药，用途广泛。

扁桃仁的功效与作用体现在以下几点要素

扁桃仁具有加快肠胃蠕动的功效 可以缓解，扁桃仁中富含多种纤维素，能够加快食物消化，扁桃仁富含脂肪油，可以有效的润滑肠道，缓解大便干燥，刺激肠道等功效.

扁桃仁的功效与作用还有止血的功能，脱皮扁桃仁供应商，扁桃仁中含有大量果胶，可以加快血小板的增殖，有止血的作用，适用的范围是出血量过多，月经期间月经量多的女生 扁桃仁的功效与作用，扁桃仁富含蛋白质、胡萝卜素、多种维生素及身体所需的钙质、铁等营养成分，可以满足人体生活每日所需.其中极其重要的成分是不饱和脂肪酸和维生素E，可以有效的降低人体血液的浓度、提高高密度脂蛋白含量，防止血管樱花的功效.

以上就是小编给大家整理的扁桃仁的功效与作用，其实还有很多，扁桃仁不仅营养丰富，云浮扁桃仁，还美味，但是虽然优点很多，但是扁桃仁的热量很高，想要减肥的额MM不能贪吃哦.