



喷香新米上市 口感营养兼备

码帮选取的章丘龙山镇的正宗龙山小米、内蒙赤峰科尔沁地区的月子小米、五常稻花香米全部开仓特卖啦。三种新米经过码帮严格挑选，保证绿色生产。在种植过程中只施农家肥，靠天等雨，不喷洒任何农药，是真正意义上的有机产品。现在全部平价开卖。之前一直在吃码帮大米、小米的消费者这下有口福了。码帮商城下单即可品尝到今年一波鲜米，新米数量不多，赶快抢购吧！

□王廷

纯正五常稻花香米中精品餐桌首选



东北五常大米5KG/袋 市场98元 码帮价75元
五常大米早就已经是我国出产最好稻米的代名词。市场上各色品牌的五常大米琳琅满目，往往一个地区市场上十几种不同品牌不同价位的五常大米。消费者遇到众多的五常大米时，选择却成了难题。

记者了解到，目前市场上五常大米良莠不齐，很多经销商将五常大米与其他地方的米混合。标上五常大米的标志蒙骗消费者。目前市场上低于七元每斤的五常香米都不纯正，为什么这么说呢？稻花香二号，现在在东北的，厂收购价，已经飙到五元以上，接近六元的价格加上经销商代理商分销商，各个层级的成本费用加在一起最终成

本价在七元左右，所以说市场上低于七元每斤的五常大米都值得怀疑。

五常稻花香大米做成饭食味清淡略甜，绵软略粘，芳香爽口，饭粒表面油光艳丽，剩饭不回生，是百姓餐桌上的首选，是日常生活中做米饭的佳品。

长期以来，中医一直认为以大米煮粥常食，可补中益气，健脾养胃，益精强志，强壮筋骨，和五脏，通血脉，聪耳明目，止烦，止渴，止泻，是膳食的“第一补物”，大米能提高人体的免疫功能，促进血液循环，从而降低患高血压的几率。此外，大米米糠层的粗纤维分子，有助于胃肠蠕动，对胃病、便秘、痔疮等有比较好的食疗功效。

龙山小米 营养滋补佳品

本周，济南人最喜爱的正宗章丘龙山小米新鲜上市了。龙山小米取自章丘龙山镇地区，自古以来就是济南甚至山东的骄傲，成为历代皇室的贡品，在清代被列为四大贡米之一。相传乾隆皇帝下江南的时候，选中了龙山小米，此后一直是皇室的贡米，而普通老百姓也就无从食用了。

龙山小米色泽金黄、质粘味香、悬而不浮、油而不腻、入口爽滑，龙山小米熬制出来的小米粥，上面漂着一层厚厚的“米油”，给婴儿吃更是非常有营养。所以龙山小米熬出来的粥营养丰富，有“代参汤”的美称。我国北方许多妇女在生育后，都有用小米加红糖来调养



龙山小米价格表

规格	市场价	码帮价
小米1kg装	30元	25元
小米2.5kg装	75元	58元
小米5kg斤装	150元	115元

身体的传统。龙山小米的营养价值尤其体现在新米上，刚刚打出来的新米营养尤其高。据权威机构测定，其淀粉含量66.85%—69.76%，蛋白质含量达11.2%—13.4%，脂肪含量4.5%—5.85%，比普通小米高1%—3%，所含蛋白质、脂肪均高于大米、面粉。而粗纤维的含量又是几种主要粮食作物中最低的。所以特别适合产妇、幼儿及老人补身体。

虽然说龙山小米是市场上的宠儿，但在山东市场上打着龙山小米旗号的大多不正宗。目前真正的龙山小米产地非常集中，主要在章丘龙山镇方圆不足5公里的

范围内。

齐鲁晚报·码帮本次与章丘市农业局合作，将龙山小米唯一指定的开发商：龙山小米开发有限公司合作，将今年第一时间打出晾晒的首波新小米率先推入济南市场，将百分百正宗龙山新米奉献给消费者，实在是广大码帮会员的口福。

绿色小米产自赤峰草原



赤峰科尔沁月子小米2KG/袋 市场50元 码帮价40元

科尔沁气候寒冷，小米生长缓慢，营养物质能够扎实地积累到谷粒当中。赤峰的气候条件也决定了根植于赤峰旱坡地的粟和黍耐干旱、抗倒伏、适应性强、品质优良等特点，致使当地小米加工后的小米颗粒大、粒形圆、晶莹透明，品质非常高。所以有“散汉杂粮，悉出天然”一说。正是由于赤峰的小米适

口性好、营养丰富，非常适合妇女小孩食用，当地有月子小米的说法。

小米粥是健康食品。可单独煮熬，亦可添加大枣、红豆、红薯、莲子、百合等，熬成风味各异的营养品。小米磨成粉，可制糕点，美味可口。将小米、紫米、玉米渣、红豆、绿豆、花生豆、红枣一起煮至黏稠状，这种粥营养较全面，富含丰富的碳水化合物、蛋白质、脂肪、微量元素和维生素，尤适宜食欲欠佳、肠胃不好以及贫血的人食用。

在线购买:

码帮商城http://mabangqwb.com.cn

现场购买:

- 1.每日9:00—17:30御品堂(仅卖大米、小米、脐橙)(舜耕山庄南邻,舜耕路28号,乘坐39、48、64、66、110、152、K100、K169路在舜耕会展中心站下车向南走100米路东)电话:88803333
- 2.每周六9:00—17:00

码帮会员中心(经十路16122号经十路与环山路交叉口西南角院内副楼坐电梯至2楼,如走楼梯请到4楼)(乘坐公交16路、31、62、79、115、117、152、BRT2、K51、K56在科院路下车向东40米)

客服电话:0531-85196828 85196137
码帮商城官方QQ群:343348973



正宗新疆枣 甘甜营养好

冬天正是人体最容易受到寒气伤害的时候,是人最虚弱的时期,在这个时节继续进补非常必要。大枣作为一种非常好的滋补品,在冬季尤其受到营养专家推荐,一些懂得养生的人也在这个时候继续进补红枣,有助于身体慢慢适应天气。本周,码帮新到的正宗新疆若羌灰枣与和田玉枣,首批货源不多,赶快来抢购吧!

□王廷

中医中药理论认为,红枣具有补虚益气、养血安神、健脾和胃等作用,是脾胃虚弱、气血不足、倦怠乏力、失眠多梦等患者良好的保健营养品。要问哪里的红枣好,那毫无疑问会提到新疆。新疆有着得天独厚的枣子生长条件,红枣在新疆被称为“黄金枣”。

个头小密度高的若羌灰枣

若羌位于塔里木盆地东南边缘,全县以沙漠和戈壁为主。冬季严寒,夏季酷热,风沙大,降水少,昼夜温差非常大。有枣一年长达210天的无霜期,独特的生长环境让灰枣肉质厚实,且富含多种维生素和微量元素,具有补血、养颜的功效,更是被誉为“天然维生素丸”。

灰枣在树上自然挂果后采摘,昼夜温差大,形状呈梭形,虽然个头不大,但其含糖量是疆内红枣中最高。但近年来市面上所售的若羌灰枣都不一定是原生的若羌枣。因为十几年前,若羌的原生枣数量已减少,因此枣农便从河南等地引进了当地的灰枣进行种植,结果由于新疆日照时间长,早晚温差大,产出的灰枣品质比原产的要好许多。但不论是原生枣还是引进的灰枣,若羌灰枣的品质和滋补功效都不错,因此价格也相对较高。

虽然灰枣个头小,长相不好看,但若干万别以貌取“枣”,灰枣在枣子中可称得上“甜蜜蜜”。因为灰枣糖分高,往往表面会析出一层糖,加上所处的地区风沙大,表皮上新形成了一层灰。拿一握灰枣仔细品尝会有种泉水的清甜,肉深核小,肉质细腻,果肉含糖量高,吃剩下的枣核细长绵软,若当作休闲零食食用的话,是一种不错的选择。

个大营养好的和田玉枣

和田地处新疆南部,干旱少雨,光照时间长,昼夜温差大,这里拥有最适合红枣生长的无污染碱性沙化土壤,充沛的光热资源富含矿物质。和田玉枣的特点是皮薄、核小、肉厚、颜色好、干而不皱,维生素C含量高,碳水化合物含量比各种蔬菜和水果都高,是极好的食补品。

和田玉枣的营养和保健价值很高。它含蛋白质、脂肪、糖类、纤维素等,营养价值十分丰富。维生素C含量在水果中名列前茅,每百克含量达0.1-0.6克,比苹果、橘子等高100倍左右24。维生素P的含量也是百果之冠。因为自古以来人们就把红枣视为最佳的滋补品。不但能美味果糖,还是滋补良药,有强身壮骨、补血行气、滋补润燥之功效。有润肠、止咳、补五脏、治虚损的功效。它还有加强肌力的功效。它含糖量高因而产生热量大,另含有丰富的蛋白质、脂肪及多种维生素,尤其所含的维生素C量,几乎是众水果之冠。最特别的是它含有环磷酸腺苷,能扩张血管,加强肌力的功效,增强心肌收缩力,还有镇定作用。

码帮精选新疆红枣 买着又便宜又放心

齐鲁晚报·码帮将真正的新疆红枣以厂家价格回馈消费者。在码帮商城,五种精选大枣:新疆戈壁枣-灰枣一级、新疆戈壁枣-灰枣二级、戈壁枣三星、戈壁枣四星、戈壁枣五星将为广大消费者见面。相比于市场上种类繁多品质参差不齐的新疆大枣,码帮与新疆当地供销社、厂家合作,精选出品质最优的两种五个等级的新疆枣,将出厂的



大枣以成本价回馈消费者。因为成本价销售,厂家供货量有限,所有要买高品质大枣者,请尽早到抢购的原则,让广大市民,让广大消费者真正放心地购买到真正的新疆大枣。

相关知识:

如何挑选好的红枣?

现在市场上用未成熟的枣,加以色素和糖精浸泡,充当优质大枣的也屡见不鲜。如何来挑选真正的优质新疆和田大枣呢?

- 1.看干型:干枣是在树上长到9成干,然后用杆子打下来,摊在地上,然后拉起来,再晒几天,再不经任何加工,干枣子在99%,1%的水分,天然绿色,放三年不坏,因为干!湿枣容易易分解出来;用手摸湿枣的感觉,果肉软,表面不光亮,很多褶皱,干枣有少量褶皱,摸起来干。
- 2.看外形:优质新疆枣,饱满均匀,短壮且圆,厚肉厚方,表面褶皱细腻,皮色是紫红色,颜色沉一点,就像是被红那样,而非化学色素浸泡出来的那种鲜红。
- 3.品味道:和田枣剥开后,肉色淡黄,结实,没有丝丝相连,入口甜润,而肉色深黄、核大,有益条相连,口感粗糙,甜味不足或带酸涩味的品质次。

码帮商城热销新疆枣推荐

名称	市场价	码帮价
新疆戈壁枣-灰枣一级 500g	48元	29.9元
新疆戈壁枣-灰枣二级 500g	48元	28元
戈壁枣三星(一粘) 500g	30元	22元
戈壁枣四星(二粘) 500g	48元	28元
戈壁枣五星(四粘) 500g	68元	38元

在线购买:码帮商城http://mabangqwb.com.cn
现场购买:

- 1.每周六9:00—17:00,码帮会员中心(经十路16122号经十路与环山路交叉口西南角院内副楼2楼,如走楼梯请到4楼)(乘坐公交16路、31、62、79、115、117、162、BRT2、K51、K56在科院路下车向东40米)
 - 2.每天9:00—17:00,御品堂舜耕路店(舜耕山庄南邻,舜耕路28号,乘坐39、48、64、66、110、162、K100、K169路在舜耕会展中心站下车向南走100米路东,电话:88803333)
- 客服电话:0531-85196828 85196137
齐鲁晚报码帮商城官方QQ群:343348973