



东源海参,济南市民疯狂抢购中

CCTV.COM 商城
央视网商城入驻品牌



冬季滋补至尊——海参

吃点海参吧!冬天吃海参不感冒!生活中,你是不是也常遇到这样的宣传或劝告?冬天吃海参,真是大补良方。

谁该吃海参?糖尿病患者、常熬夜及心烦、体虚乏力、面部口干干燥的人最应该吃。

海参性温平,味咸,能入肾,对抑制肿瘤、缓解便秘有好处。他最大功能在于滋阴,因此对秋冬季节口干干燥的“阴虚型”人有很好的滋养作用。糖尿病人常有午后面赤、大便干燥、五心(手心脚心、心口窝)烦热等阴虚的症状,因此特别适合吃海参。

海参含有丰富的蛋白质,但没有胆固醇。因此也适合高血脂、高血压的人吃。海参中含有

“硫酸软骨素”,能够抗衰老,增加皮肤弹性。海参中的“海参粘多糖”可以抗癌。由于夜能养阴,所以经常熬夜工作的人容易阴虚,故而适合吃一些海参来滋补。

什么时候吃海参?早上吃?晚上吃?

建议一般在早晨空腹食用海参,因为空腹时食用海参可以不但可经胃的消化吸收而且还能直接被小肠吸收,所以空腹食用海参不但吸收快,并且营养基本不流失。每天早餐吃一只海参作为早餐,海参可以切碎熬粥,这样的吃法不但可以让早餐更加方便和营养,也更利于胃肠道对海参营养的吸收。



买1斤送5斤 周末到报社抢东源海参 喜迎2015薄利多销大清仓

- 深海野生即食海参每斤298,买3斤送3斤,每斤只需149元
- 大连即食海参每斤298,买2斤送1斤,只要198元
- 深海淡干海参活动期间1580元/斤,买一斤送3斤深海野生即食(活动过后立马恢复原价3800元/斤)
- 大连野生淡干海参1998元/斤,买一斤送5斤深海野生即食(活动过后立马恢复原价4300元/斤)

对于食品包装上的蓝色“QS”标志很多人并不陌生,早在2004年国家就出台了食品质量安全市场准入制度,食品生产需取得《食品生产许可证》,并加印(贴)QS标志的。而要想取得《食品生产许可证》,必须在原材料、生产设备、工艺流程、检验设备与能力等10个方面达到要求,只有同时通过这“十关”审核的企业才允许生产食品,检验

合格后才能加贴QS标志进入市场,换句话说,只有取得“QS”标志的食品才是放心食品。

对于海参来说,很多都是小作坊式的生产,很多都没有取得“QS”标志认证,由此在产品质量方面存在着各种隐患,而这次我们“海参直销节”上所销售的所有产品均已取得“QS”标志的认证,消费者可以放心购买。



挑选技巧

首先,要看海参的外观,一般好的海参皮质清晰,颜色自然,根据生长环境颜色的不同,主要分为黑色、棕色、灰色等,即绝不是通体的黑色,当然也不是通体都是白色的粉末,另外肉刺以及腹部的管足一般都完整;其次,要看海参的发泡效果了,好海参的肉刺劲道一些,吃起来有弹性。

第一,海参一定要干燥,不干的海参容易变质,而且因为含有大量水分价格实际高出了很多;

第二,购买干海参时一定要挑选干瘪的,不法商贩在海参的加工过程中,为了增加海参的重量加入了大量白糖、胶质甚至是明矾,这样加工出来的海参虽然不符合产品质量标准,但因为参体异常饱满,颜色也黑亮美观,对消费者具有很大的蒙蔽性;另外还需要注意的是,有的海参是染色的,在外观看颜色非常漆黑,海参的开口处也是黑色的,里面露出的海参筋都是黑色的,可见利欲熏心的制造者,见利忘义的程度了。

第三,购买干海参时不要一味追求价格便宜,要结合干海参的水发率来进行综合比较。一斤好的干海参可以发制出15斤的水发海参,涨发率是衡量海参品质优劣的最基本特征。譬如国内的知名品牌福临门海参,其涨发率往往可以达到8倍以上。

鉴别法

望:刺粗壮而挺拔者为好参。海参的体色主要与栖息环境有关,一般呈褐色,但生活在岩礁附近的海参与生活泥沙、碎石底的海参相比较,前者的颜色往往较深。生活在海藻间者,常带有绿色,有时变成赤褐色或紫褐色。所以,颜色决定不出海参的好坏。“好的海参刺粗壮而挺拔,也就是俗称的短、粗、胖,而劣质海参的刺长、尖、细。”野生海参要3年以后才能长成,而只有达到3年以上的海参才会有粗壮的刺,才会具有丰富的营养价值。

闻:有鲜美味道者为好参。不同海域里的海参的味道也有不同。好的海参闻起来有股鲜美的味道,劣质海参则有股怪味、腥味。如果闻着海参有药品的味道,那就更不能买了,里面可能掺有添加剂。

问:问产地,问生长年限。

切:海参弹性很重要。用手感知海参是最直接准确的挑选方法。“用手摸,首先要判断海参潮湿不潮湿,有的海参水分严重超标,用手一摸就能感觉到。”摸的最大限度问在于手感。好的海参手感特别好,有弹性,而那些质量不高的海参摸起来发软,缺乏弹性。”

海参的功效与作用

1. 延续衰老,消除疲劳,提高免疫力,增强抵抗疾病的能力

海参富含蛋白质、矿物质、维生素等50多种天然珍贵活性物质,其中酸性粘多糖和软骨素可明显降低心脏组织中脂褐素和皮肤脯氨酸的数量,起到延缓衰老的作用。海参体内所含的18种氨基酸能够增强组织的代谢功能,增强机体细胞活力,适宜于生长发育中的青少年。海参能调节人体水份平衡,适宜于孕期腿脚浮肿的女士。海参能消除疲劳,提高人体免疫力,增强人体抵抗疾病的能力,因此非常适合经常处于疲劳状态的中年女士与男士、易感冒、体质虚弱的老年人和儿童等亚健康人群。

2. 补血调经

海参含有非常丰富的精氨酸,被称为是精氨酸种的大富翁。而精氨酸则是组成男性精细胞的重要主成份。它不但具有改善脑和性腺的神经功能的传导作用,还具有明显的缓解性腺衰老的作用,从而提高男性勃起的能力。一天一个海参,足可起到固本培元、补肾益精的效果。胶东刺参含有丰富的铁及海参胶原蛋白,具有显著的补血、养血、补血作用,特别适用于妊娠期妇女、手术后的病人、绝经期的妇女。

3. 调节血脂

常常食用海参能够预防心血管病、降血压、激发造血功能、抑制胆固醇的合成、调节血脂等。海参中含有的钒、锰、钾、铜、尼克酸、牛磺酸等可以影响体内脂肪的代谢过程,具有防止脂肪形成的作用。

4. 抗疲劳

海参中含有丰富的酸性粘多糖和精氨酸,有明显的机体调节功能和抗疲劳作用。另外

海参中的烟酸、牛磺酸、钾、镍等营养素都具有快速消除疲劳,调节神经系统的功能。

5. 调节血糖

海参是非常适宜糖尿病患者食用的食物。海参中所含有的酸性粘多糖具备抑制糖尿病发生的作用,能够在人体中逐渐降低血糖的活性。而且海参中所含有的钾元素对机体中胰岛素的分泌具有至关重要的作用,而海参中的钒则具有防治糖尿病的作用。

6. 促进生长发育

食用海参有助于促进生长发育。海参中丰富的精氨酸、赖氨酸、牛磺酸、钙、磷、碘、铁、锌,是人体发育成长的重要物质,它们直接参与人体的生长发育、免疫调解、伤口愈合、生殖发育等生理活动,在人体能量储备和运转中起着重要作用。从品牌来说,国内最好的两个海参品牌是北京同仁堂以及福临门。如果是商务送礼,选北京同仁堂是最合适的,包装漂亮又有档次。如果是家用,选福临门的,最实惠,产地正宗,质量又好。

海参的营养价值

1. 健脑、益智、长寿

海参含有18种氨基酸,牛磺酸、胶原蛋白、粘多糖、硫酸软骨素、皂苷、多肽及多种维生素和微量元素等活性成份,是您的生命保鲜剂。2. 生血养血和促进钙质吸收—海参胶原蛋白具有促进红骨髓造血功能,有效改善贫血症状;含有天然活性钙,其补钙效果是其他食品无法比拟。

2. 预防心血管疾病

海参岩藻多糖—降血脂,抑制血液凝结,医学上也认为高血压、高血脂、冠心病、肝炎患者及中、老年人,长期坚持食



用海参,对缓解病症和治疗有良好的效果。

3. 增强人体免疫力

抗氧化剂是抗恶性流感,防止人体衰老,防治肿瘤的重要元素。海参皂甙抑制肿瘤,提高机体细胞免疫力,抑制某些肿瘤的生长和转移,长期食用后明显不易感冒,不易得病。现已广泛应用于良性、恶性肿瘤等患者的食疗和治疗中

4. 抗癌灵丹

海参毒素又称海参皂甙,在海参的体壁、内脏和腺体等组织中含有量很高。海参毒素是一种抗毒剂,能抑制某些癌细胞的生长,同具有很强的抗霉菌作用。海参中所含的碘,能抑制癌细胞及血管的生长,具有明显的抗癌作用。海参对肿瘤有明显疗效,对恶性肿瘤的生长、转移具有显著抑制作用,这已被科学所证明。

5. 手术患者的最佳补品

有人曾做过对比实验,两个病情相近,年龄和体重相差不多的手术患者,每天食用一只海参的患者,会比另一患者提前20天左右全面康复。因此,手术后病人、产妇、骨折外

伤患者、献血者或其他失血过多者,食用海参补血,恢复元气,复原状态,能明显缩短康复时间。海参被称为“百补之首”和“补血之神”。

6. 海洋伟哥

海参所含特殊活性物质,是构成男性精细胞的主要成分,具有提高勃起力的作用,有抑制排卵和刺激宫缩作用,能改善脑、性腺神经功能传导作用,延缓性腺衰老,增加性欲要求等功效,抗疲劳、抗衰老、补益肾精,壮阳作用及其明显。

7. 孕产妇的保健

为孕产妇提供全面的营养保障,增强体质,快速有效恢复体力和体力;并能对婴儿的大脑和神经系统的发育提供丰富的脑黄金物质,有效避免婴儿先天性疾病的发生。

8. 美容养颜

海参中的胶原蛋白含量可以与传统中药的阿胶、龟板胶、鹿角胶相媲美,不仅可以生血养血、延缓机体衰老,还可使肌肤充盈、皱纹减少,减少、消除面部色斑让皮肤看起来细腻而富有光泽,并且不增肥,男女均适用

咨询热线:0635-8277092 18763528688

抢购地址:聊城市兴华西路与向南路交叉口西北角古楼办事处二楼齐鲁晚报·今日聊城编辑部