

为什么调味品先涨停~猪脑可以和乌天麻一起可以吃吗-股识吧

一、猪脑可以和乌天麻一起可以吃吗

日常被人叫“猪脑”确实不是件愉快的事，但其实猪脑并不是那么一无是处哦。民间讲究吃脑补脑并不是空穴来风的事：猪脑不仅鲜嫩可口，还含有丰富的矿物质，适宜神经衰弱、健忘者食用。

(2-3人份)做法：1.

猪脑洗净小心挑去外膜，泡在冷水中，待血丝浮起，用手抓几下，血丝即可脱落；推荐阅读杨文俊卸任蒙牛总裁职务 中粮地产孙伊萍接任房地产库存超5万亿发改委再度约谈食用油涨价企业信号商卡斯柯回应动车事故北京建筑业劳动合同范本出炉 [组图]车晓离婚后否认3亿分手费[股神争霸]

涨停王浮出水面馨月：央行意外降准的三大原因 2.

鸡脚洗净，用开水氽烫，剥净黄衣；

3. 洗净天麻、枸杞；

天麻切片；

4. 煮沸清水，倒入炖盅，放入所有材料，中小火炖一个半小时，下盐即可食用。

功效：滋补肝肾，安神宁志，降压平肝，改善头晕目眩、耳鸣。

但猪脑含大量的胆固醇，宜少量食用；

胆固醇、高血症患者忌用。

美食科学堂 猪脑 面对猪脑的“长相”，可能很多人都“食不下咽”，但民间有吃脑补脑之说，是有一定道理的。

猪脑含钙、磷、铁比猪肉多，还富含卵磷脂、蛋白质和脂肪，另含硫胺素、核黄素、抗坏血酸和大量的胆固醇等成分，能帮助提高记忆力。

对于脑部正处于发育阶段的儿童来说，适当吃猪脑能起到补脑的作用。

中医认为猪脑具有益脑髓、补虚劳、镇惊安神的功效。

但由于猪脑中胆固醇含量较高，每100克猪脑中含胆固醇量高达3100毫克，为所有食物中胆固醇含量最高者，患有高血压、冠心病、胆囊炎的人应慎食。

猪脑可炖、蒸、浸、炒、下火锅，肉质细腻，鲜嫩可口。

用来炖汤一般可配枸杞，很适合小孩子食用；

或配天麻，对偏头痛有一定的治疗作用；

还可配黑木耳，滋补健脑，适合用脑过度者保养进补。

浸猪脑做菜则讲究嫩，用小火浸煮，最后加入放好调味料的高汤，则嫩似蛋羹。

川式火锅常有脑花可点，“脑花”即猪脑，下在锅底里烫熟，吸饱了汤水，鲜香满口。

在菜市买猪脑一定要挑选新鲜的，颜色看着粉红透白，不蔫水，无杂质。

制作猪脑时一是要先去掉上面的筋膜，如果不去掉会很腥，且猪脑较嫩易熟，筋膜则耐火不易烂，一起吃口感不好，所以要去掉；

二是将猪脑泡在冷水里，除了让血丝浮起来外，在用牙签或镊子挑去筋膜和血丝时，不至于弄碎猪脑。

猪脑不可与酒、盐同食，影响男子性功能。

天麻 天麻是地道的药材，有平肝息风的功能，常用于头痛眩晕、肢体麻木等症。

在古代，天麻的医疗功效已被广为熟知，在现代，天麻还被用于高空飞行人员，作为脑保健药物，可增强视神经的分辨能力。

天麻的吃法极为丰富，是传统药膳的常用品。

天麻炖鸡、天麻炖猪脑、天麻炖甲鱼、天麻烧牛尾等等，皆有养肝活血等功效。

天麻有野生和人工培育、鲜和干之分，但除了在产地，一般市面很少能见鲜天麻。

天麻（干）可原品使用，也可磨成粉使用。

天麻对感冒引起的头痛头晕不合适，适合用于内风所致的头晕。

靓汤心水 猪脑的筋膜和血丝一定要洗净，不然会很腥。

二、
一、

参考文档

[下载：为什么调味品先涨停.pdf](#)

[《什么公司可以炒股软件开发》](#)

[《股票暴跌后还会涨吗》](#)

[下载：为什么调味品先涨停.doc](#)

[更多关于《为什么调味品先涨停》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/store/61828383.html>