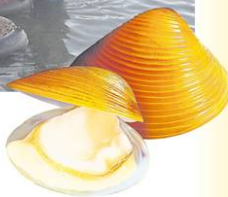


黄金蚬养生篇 ⑥



在众多蚬品种中，黄金蚬最为独特！
它，不但营养高，对人体也很容易吸收，
原来黄金蚬的药用价值也是无可比拟！
黄金蚬优越的生长环境从而造就了无懈可
击的全面营养，无论是何者皆可食用，是最佳天然营养补充剂。



一家人的营养补品

蚬是古老的养肝补品，被中医认为是极品良药，具有固肝、退火、明目、清心功效。在众多蚬品种中，又属黄金蚬最为独特。

为何特别指明黄金蚬？因为蚬的外壳是随着生长环境而变，较砂质、干净的水域偏向黄色，若水质较差的则偏向黑色。

台湾花莲县寿丰乡由于空气清新、水质佳，加上养殖业者利用沙砾地冒出地下涌泉，采用阶梯式的活水养殖，此地生产的蚬外壳如金黄色，因此博得“黄金蚬”的称号。

药用价值高

它的独特不仅仅表现在它漂亮的外观上，其营养价值和药用价值也是很多蚬无法比拟的，其独特之处在于：

(一) 得天独厚拥有大量营养素

黄金蚬终其一生将近过滤一万公升的绿藻，故其营养成分中含有大量的绿藻精华以及多种类的矿物质及维生素，其余含量丰富的有机锌、DHA皆为有益人体元素。

(二) 完美的蚬蛋白

黄金蚬的蛋白价经联合国 FAO 机



特别高。
黄金蚬的营养价值因此都比较高。
花莲县采用阶梯式活水养殖，因此营养价值特别高。

构评定为 100（即完美蛋白），其他被视为高蛋白的食物如牛肉 80、牛奶 74、黄豆 56，红肉鲑鱼 89，蚬在这方面可说是非常完美。

完美蛋白的意义是所组成的氨基酸成分比例为完美比例，可完全吸收快速且代谢时不产生氨毒（阿摩尼亚），不会增加肝肾的负担，可促进细胞再生，是最佳的保健食品。

(三) 完美的钙磷比

蚬含钙量高达 320mg、磷 95mg 为最佳比率，容易被人体吸收。钙有安定情绪作用，较不易生气、焦虑不安，又可预防骨质疏松症。

优越的生长环境从而造就了无懈可击的全面营养，黄金蚬具有多种养颜美容、调节生理机能及增强体力的优点，无论是成人、小孩、孕妇、老人皆可食用，是最佳天然营养补充的上品。

资料提供

吃一吃黄金蚬，找回健康……

Bio Greeno Sdn. Bhd.

No. 58, Jalan Puteri 2/4,
Bandar Puteri, 47100 Puchong, Selangor.
Tel: 603 - 8063 7889 / 016-228 1565
Fax: 603 - 8063 7797
Email: biogreeno@gmail.com
网站: www.biogreeno.com

