

美食

浣滆

鍙戝竷浜庯細2007/12/02 14:40

猪蹄又称猪脚,中医称其性平、味甘咸,入胃经,为滋补之品,有补虚弱,填肾精,健腰膝等功能。 现代研究表明猪蹄营养丰富,每100克猪蹄中含蛋白质15。8克,脂肪26。3克,碳水化合物1。7克 ,还含一定量的钙、磷、铁、维生素(A、B、C)等,尤其是猪蹄中富含的胶原蛋白和弹性蛋白,它们 都是大分子蛋白质,对于维持细胞间质水份和组织的形态,功能有积极作用。