

# 山西名优特产展示



## 怀仁全羊杂

羊杂割，为山西的一种地方小吃。羊杂最开始是怀仁的名吃，在雁北一带小有名气。过去怀仁和内蒙人吃羊肉的习惯不一样，内蒙人只吃肉，而怀仁人却在羊下水上做了一些文章，创造了一种美食叫“羊杂”，加上粉条一起吃。现在发展成为山西地方美食。

**营养价值：**羊杂割具有丰富的碳水化合物及钙、磷、铁等人体必需的营养物质，具有健脾养胃、益肾补血、益气调元、温经活络、滋补虚损的功效。

**产品特点：**怀仁羊杂割的吃法和制法均显得粗犷，大锅置火上，连汤带料一锅烩煮，随食随留，不拘形式。

其风味独特、香醇诱人、滑润爽口、柔软筋颤；用水熬煮，原汁原汤，汤色乳白，其味醇香。

**历史民俗：**元世祖忽必烈由晋地入中原，路经曲沃县时，其母庄圣太后染疾，曲沃名医许国桢为其诊治痊愈，成为忽必烈之母的宠信御医。许母韩氏善主厨，随其子侍奉庄圣太后。韩氏见蒙古人吃羊肉，弃下水甚感可惜，即将羊下水拾回洗净，煮熟，配以大葱、辣椒吃，其味甚美。太后品尝后，赞誉不止，即赐名“羊杂酪”。从此逐渐流传，成为民间风味小吃。

## 小米饼干

小米是我国北方人民的主要粮食之一，谷粒的营养价值很高，除了高蛋白之外，小米中的脂肪和维生素也是人体必需的。与其他谷物相比，小米中的胡萝卜素、维生素 B1 和维生素 B2 含量都是其他谷物无法比拟的。

由于小米不需精制，使它保存了许多无机盐，对人体有益处。小米含有丰富的铁质、钙质、钾、纤维、淀粉等，能够为人体补充大量的所需元素和能量。

小米分为粳性小米、糯性小米和混合小米，含有丰富的铁质、复合维生素 B、钙质、钾、纤维素和淀粉，吃小米可以补充铁元素，有利于补血，保护发质，还可滋润皮肤，具有补脾胃、补肾、养心安神、美容养颜

等功效。1、补脾胃 小米最主要的功效是补脾胃，甘味入脾，黄色入脾，小米是黄色的，从味觉上讲，小米味甘而咸，因此食用小米对脾胃虚弱者有益处。2、补肾 五谷具有养精气、补肾气的作用，但是五谷当中小米的补肾功效最强，小米性质偏寒，略带咸味，咸味入肾，所以小米具有益肾气、补元气的功效。3、养心安神 喝小米粥可增强小肠功能，有养心安神之效，小米还作为镇静安眠的保健品食用。4、美容养颜 食用小米能有效减轻皱纹、色斑、色素沉着，因此适合追求美容效果的女性。

乡村味公司与当地农户深度合作，从源头开始收购小米，经过多年的经验积累，以不添加蔗糖为主旨，用小米为主要原料以小米为原料，低温烘烤，加入天然酵母，采用健康工艺制作而成的小米饼干，最大程度的保留了小米高营养、高膳食纤维的特点。

饼干好吃不上火，肠胃消化好吸收。



## 来农伏姜

伏姜中的姜辣素能有效地治疗吃寒凉食物过多而引起的腹胀、腹痛、腹泻、呕吐等。喝过伏姜后，人会有身体发热的感觉，这是因为它能使血管扩张，血液循环加快，促使身上的毛孔张开，这样不但能把多余的热带走，同时还把体内的病菌、寒气一同带出。当身体吃了寒凉之物，受了雨淋或在空调房间里呆久后，喝杯伏姜能及时消除因肌体寒重造成的各种不适。

当人们外感风寒、头痛、痰饮、咳嗽、胃寒呕吐；在遭受冰雪、水湿、寒冷侵袭后，冲一杯伏姜喝，可增进血行，驱散寒邪。常饮伏姜可以温暖保健，补气益血，使人精神好，面色红润。

伏姜中所含的姜辣素、二苯基庚烷类化合物和糖蜜成分具有很强的抗氧化和

清除自由基作用，能将过量的黑色素从真皮层中导出，通过淋巴组织排出体外，可促进日晒皮肤的新陈代谢。女性常饮可以美白，抗衰老，老年人常饮可除“老年斑”。

在饮酒过程中，可同时饮用伏姜茶，通过伏姜的特殊功效，直接刺激胃部血管，加速胃部蠕动，同时减少食物在小肠的停留时间，迅速进入大肠，减少小肠对酒精的吸收，从而也就减轻酒精对体内其它器官的伤害。另外，通过伏姜的解表功效，能使饮酒者迅速流汗，从而将酒精通过汗液快速排出体外，达到解酒功效。

生理期疼痛的女性大多是“寒体质”。而伏姜具有强烈的保温作用，并能促进血液循环，散去体内的“寒”，缓解疼痛。

产妇由于分娩时出血多，加上出汗、腰酸、腹痛，非常损耗体力，气血、筋骨都很虚弱，这时候很容易受到风寒的侵袭。饮用伏姜有补充身体能量、温暖子宫、活络关节的作用。 (赵飞舟 孟金菊 文/图)