

保健
橱窗

太医为何指定 燕窝为滋补圣品?

林慧莉整理

相传600多年前，郑和下西洋途经南洋时，曾以珠宝、瓷器换取燕窝，进贡皇帝。燕窝因其独特功效被太医指定为滋补圣品，并与人参、鲍鱼同列为皇宫中的珍品。

燕窝主要含水溶性蛋白质，约占60%，并含丰富矿物质、多种维生素、碳水化合物及人体所需的氨基酸。1987年，《燕窝考》中提到，据今日科学研究所知，燕窝的活性蛋白质含“促进细

胞分裂激素”和“表皮生长因子”，能促进细胞健康、增强体质、恢复元气，并提供身体热量。

调理虚损劳疾圣药

李时珍的《本草纲目》记载，燕窝甘淡平，大养肺阴，化痰止咳，补而能清，是调理虚损劳疾的圣药。它不寒不躁的特性，无论任何季节都是男女老幼的上等补品。

►福华特级官燕口感香浓爽口，含有高天然营养价值，是送礼自用两相宜的佳选。



福华特级冰糖官燕 养颜滋补品质保证

福华补品创业于1986年，除了在门市售卖多种燕片（黑窝雨燕）和燕盏（白窝雨燕），也在2006年开设即食燕窝厂，以自制自销的经营方式推出24种即食燕窝产品，产品都不含人工色素与添加口味、防腐剂，开瓶后即可马上饮用或放入冰箱。

品质保证 价格大众化

福华燕窝产品以现代化的管理与生产技术，加上严格的品质控制，使产品达到极高的卫生与安全水准及保持其天然的营养价值。

生产系统也获得HACCP (Hazard Analysis And Critical Control Point; 危害分析与关键控制点) 认证，产品质量稳定可靠，价格大众化，深受信赖与欢迎，早已成为消费者广泛推荐的天然保健食品。

即食燕窝促销 购物20元扣25%

为了让高品位的顾客可以随时吃到上等燕窝滋补品，福华补品特别推出即食特级冰糖官燕。福华特级官燕是采用特级粗金丝官燕条炖制而成，口感香浓爽口，并含有高天然营养价值。

福华精品罐装特级冰糖官燕、特级冰糖洞燕和特级泡参冰糖洞燕，方便食用和保存，是送礼自用两相宜的佳选！

即日起福华举行特别促销：凡在福华购物达20元就能以25%折扣购买1罐即食燕窝。

福华燕窝食谱 适合全家大小

1 燕窝川贝炖蛋

材料 (4人份)

福华燕窝：3-4片
川贝磨成粉状：10克
鸡蛋：2个
牛奶或椰浆：半杯
冰糖：100克

制法

1. 燕窝以清水浸泡1小时后，以慢火炖45分钟，捞起滤水。
2. 冰糖以燕窝水(半杯)煮成糖水后，加入川贝粉和牛奶(或椰浆)搅匀。
3. 蛋打匀，去泡。
4. 把燕窝放进小锅里，徐



徐倒入蛋液、牛奶(或椰浆)、冰糖液略加热搅匀。
5. 再分成4小碗炖6-7分钟即成。可冷、热吃。

推荐产品：血燕、金丝燕
润肺养阴，健脾益气，也适合常咳多痰，胃口欠佳的儿童吃，老人虚弱咳嗽亦有帮助。

2 寿星燕窝羹

材料 (4人份)

福华燕窝：3-4片
灵芝：10克
泡参：10克
雪耳：15克
冰糖：100克
红枣：6颗

制法

1. 燕窝以清水浸泡1小时后，捞起滤水待用。
2. 灵芝和泡参切薄片；红枣去核。
3. 雪耳用温水泡半小时。
4. 把燕窝、灵芝、泡参、雪耳、红枣和冰糖放进炖盅里，加水以慢火炖一个



半小时左右即成。(不喜欢太甜的人，可随意减冰糖分量。)

推荐产品：血燕、金丝燕
延年益寿，增进身体抵抗力，提高机体耐力。对失眠、健忘皆是良好辅助食疗。