

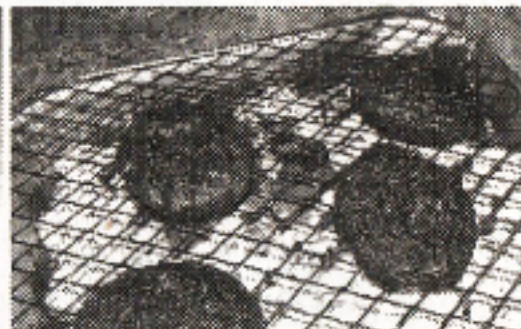
環保尖兵大麥苗 淡化廢物保健康

“绿色”一直是天然、环保的象征。你可曾想过人体天天接触到污染物，也能利用绿色植物来进行体内环保？体内环保做得好，新陈代谢、抵抗力及体质才有机会获得改进。

随著生活水平提高，人们经常大鱼大肉、暴饮暴食；为求好口感，高温煎炸更在所不惜，不知不觉间在体内累积了废物。大麦苗所含的营养素及活性酵素相当完整，是首选的绿色食品。根据加州大学研究报告，大麦萃取物含有大量的活性酵素，能有效地减少多种农药的危害，将其转化成无毒的物质。

再者，大麦叶绿素能分解黄曲霉毒素。过期、不新鲜或保存不当的面包、豆类、坚果、和水果等最容易滋生霉菌，经常接触霉菌毒素就会破坏基因而致病。约翰霍普金斯大学公共卫生学院研究发现，叶绿素与黄曲霉毒素结合之后，形成不易被吸收的状况，进而减少基因受破坏的程度。

另外，大麦纤维也能分解碳氢化合物。经过高温烧烤或煎炸的肉类，如叉烧、烧肉及沙爹等，其实是由胺类变质所形成不良碳氢化合物。纤维能发挥淡化毒性及减少肠胃吸收不良食物的效果。（MT）



大麦苗是体内环保的尖兵，能有效减少及淡化农药、不新鲜、煎炸食物的废物。