

著名品牌“苏仙茶油”帮您普及茶油知识

# 苏仙茶油：好在天然，贵在品质

## 茶油的营养价值

山茶油的化学特性与橄榄油极为相似，只是因为橄榄油具有独特的黄绿色及特殊风味，相对于橄榄油来说，山茶油的不皂化物净含量非常少，但是它更能助人内体消化。此外，山茶油中含有橄榄油中所没有的生物活性物质如山茶甙，山茶皂甙，茶多酚等，其中山茶都特有强心作用，山茶皂又含有溶血栓作用，而茶多酚具有降低胆固醇，化学预防肿瘤等多种作用。

如果拿茶油与红花油，还有猪油相比较，茶油对家兔动脉粥样硬化斑块的形成有明显的延缓作用。

茶油含有高脂较高的脂猪油和基础饲料组，大鼠的血清甘油三脂(TG)，胆固醇(TC)明显低于猪油组和基础饲料组，猪油组的血清LDL明显高于基础组，猪油组的HDL。

另外，在医学著作《本草纲目》书中，都一一记载了茶油具有助消化、养颜明目、清热润肺、解毒止痛的这些功效。其次茶油在养颜和美容方面都有很强大的作用。由于茶油具有这些功能。越来越多的人都在使用它。

## 茶油产业的五大社会价值

1、茶油是提高国人健康不可替代的一级预防产品——食用油脂市场：油茶产业是支柱性营养健康产业。

2、油茶是建立生态型国家的最有价值的树种之一——经济林资源基地：发展生态循环经济大有可为。

3、种植油茶不仅能充分发挥土地的边际效应，无形中也为国家增加了耕地，对缓解耕地资源短缺意义深远。

4、油茶的开发和精细化工——核心产业链，油茶技术难以被国外设置技术壁垒，在国际上具有核心竞争力。

5、发展油茶产业是实现“绿色财富”的新思路、有效解决“农民致富”(在山上办“绿色银行”)和建设社会主义新农村的重要途径之一。因此油茶产业将可成为“无边际、强无尽力”的“朝阳产业”!



## 茶油历史文化

野茶油距今已有二千多年的历史，因其稀有的资源和对人体健康的特殊功效，历来为皇家指定进贡品，在明清时期尤为盛行，当时只有皇族贵戚才能一品野茶油的妙处，野油茶树在全世界唯中国独有，所以说中国的野茶油就是世界的野茶油，是大自然赋予华夏大地的瑰宝。今天，野茶油树资源得到很好的保护和发展，油茶产业展翅腾飞，必将为华夏儿女的健康饮食筑起一道天然屏障。

油茶是一种常绿、长寿树种，一次种植，收获期长达百年以上，一般栽后8-10年

郁闭成林，她有美化环境，保持水土、涵养水源、调节气候的生态效益。油茶树平均高为1.55-2.4米，冠幅平均为1.52-2.99平方米。属六本科，据《本草纲目》记载：“茶籽，苦寒香毒，主治喘急咳嗽，去疾垢……”在抗病性上基本没有发现病害。油茶果从开花到授粉到果实成熟需经历秋、冬、春、夏、秋五季之雨露，尽吸天然养分，日月精华，营养价值极高，在民间素有“抱子怀胎”之美誉，堪称人间奇果。

目前国内对油茶的认识还局限在少数几个省市，因为种植面积及产量的原因，

至今还是“待字闺中无人识”。茶油俗称茶籽油，与橄榄油并称世界两大木本食用油，自古有“东方橄榄油”之称。据《纲目拾遗》记载：“茶油可润肠、清胃、解毒、杀菌……”《农息居饮食谱》记载：“茶油可润躁、清热、息风和利头目……”，烹调肴馔，日用皆宜，蒸熟食之，泽发生光、诸油惟此最为轻清，故诸病不忌……”《农政全书》记载：“茶油可疗痔瘡、退湿热”，野茶油是营养价值极高的纯天然绿色食用油，真正的“油中珍品”。



## 茶油对人体的营养保健作用

茶油中不饱和脂肪酸高达90%以上，油酸达到80-83%，亚油酸达到7-13%，并富含蛋白质和维生素A、B、D、E等，尤其是它所含的丰富的亚麻酸是人体必需而又不能合成的。经科

学鉴定，山茶油的油酸及亚油酸含量均高于橄榄油。

1、孕妇在孕期食用山茶油不仅可以增加母乳，而且对胎儿的正常发育十分有益。

2、婴幼儿及儿童食用山

茶油可利气、通便、消火、助消化，对促进骨骼等身体发育很有帮助。

3、老年人食用山茶油可以去火、养颜、明目、乌发、抑制衰老、长寿健康。

## 小贴士

### 油茶采摘技术

#### 一、采摘时间

“没过霜降节，油在树上歇”、“霜降节后多一日，茶油上树多一滴”，这些谚语形象说明，霜降期间，油茶果的油脂含量达到最高，油质最好，是最佳采摘时期。

#### 二、采摘标准

油茶果正常成熟时的特征是，茶果颜色深而发亮，果皮上的茸毛已经脱掉，茶果基部毛粗而硬，茶果开始微裂，果皮松脆，用手容易剥开，茶籽呈黑褐色而发亮，种仁白中带微黄，呈现正常成熟期的特征，此时正是油茶果的采摘适期。据测定，正常成熟期采摘的油茶果的茶籽，每100千克出油量在30千克左右。

#### 三、采摘方法

油茶素有“抱子怀胎”的美誉，果实成熟时，又逢茶花含苞待放时。为避免伤害枝叶和花，原则上采用人工手摘球果，可在平坦的空旷地上将采摘后的球果均匀铺开日晒，让球果开裂后收集茶籽。做到山头、生产区逐个清场。此外，采摘油茶须小心，落实防护措施，确保人身安全，杜绝森林火灾。

#### 四、采后处理

油茶果采收回来后，要堆沤6-7天，让茶籽起后熟作用增加油分。抓紧晴天晾晒，摊开翻晒，晒3-4天后，油茶籽自然开裂，多数油茶籽能剥离，未分离的进行人工分离，然后过筛扬净，继续晒干，一般要晒12天，才能使淀粉和可溶性糖等有机物充分转化成油脂。晒茶籽用土坪或竹席比水泥晒坪好，可以提高出油率和茶油质量。如果阴雨天无法及时晒干，应将茶籽铺在通风干燥的楼板上，厚约20厘米，每天翻动1-2次，防止发热、霉烂或发芽，一遇晴天就及时翻晒。茶籽晒干后果壳重量比是1:2，晒好的油茶籽应放在通风干燥处收藏。经过1-2个月后茶籽含油率达到最高时，复晒1-2天，这样出油率高，油质也好。

