

## 越南養燕起源介紹



越南全年炎熱多雨，天然資源豐富，不論環境和氣候，都非常適合金絲燕生活。在越南聚居的金絲燕分為兩種。以棲息地來辨別，越南洞燕多屬戈氏金絲燕，而屋燕則屬爪哇金絲燕。

金絲燕是一種有遷徙拓殖習性的鳥類。因此當牠感受到生長環境不再適合之際，便會開始群體外移。印尼是最早發展養燕產業的國家，馬來西亞，泰國則是跟隨其後，故當地的養燕數量日漸增長。但伴隨著燕群數量的成長，食物資源競爭逐顯激烈，加上天然火山爆發、當地人為焚燒山林、還有都市化建設等種種因素，嚴重破壞燕子的棲息地，漸漸的金絲燕陸續往外遷徙，尋找新地方覓食與繁殖。

由於越南國土沿海，有豐富的森林和海洋資源，金絲燕很自然地從印尼或馬來西亞，橫跨海洋飛往南越地區。它們首先進駐當地居民的屋簷築巢棲身，後來因居民發現養燕的商機，而在沿海開始興建燕屋，久而久之，在越南棲息的金絲燕的數量日漸增加，並慢慢向北邊至中越的省份拓展。

越南的燕屋分佈在沿海各省市至中越一段，北越則因冬季氣溫嚴寒，不適合金絲燕的生長。南越湄公河流域有沼澤叢林以及聯合國教科文化組織協會認定的紅樹林生物保護區，全年雨水充沛，堪稱最純淨與自然的環境，而且昆蟲品種繁多，食物充足，對金絲燕來說是最適合棲息的地方，正因為絕佳的天然環境，才能孕育出最好的燕窩，越南燕窩的特性是：耐燉煮，發頭多(浸泡後的膨脹倍數)，燉後帶有濃濃的蛋香，口感清爽，營養價值成分高。

截至2018年初的統計，在全國的41個省市中已建有6,023間養燕屋，面積超過139萬平方米，燕子數量約760萬隻，年產燕窩約50噸(未包括自然燕子島燕窩產量約6噸)。

養燕並非養鳥，燕子仍是野生的，需要靠自己早出晚歸覓食。燕屋只不過是用來吸引燕子聚居棲息、築巢、產卵、孵化。金絲燕於產卵前以唾液分泌物築成窩巢，大約要20多天才能築成。築成的窩巢，主要是為了孵蛋用，燕子並不居住在其中，對於金絲燕築成的巢，採燕的人並不會作殺雞取卵的事，會耐心等待金絲燕生兒育女，乳燕離巢，成燕就會廢棄燕巢不再使用，此時即可進行燕窩採摘，等到下次成燕準備產卵則會再築一新巢。早期天然的洞燕採擷不易，工人往往為了獲得更多利益，隨意丟棄燕窩內的雛鳥或蛋將其採摘，久而久之才會演變出吃燕窩是殺生的傳聞，對於現時現今的屋燕燕窩來說，這是一種完全天然的汰換，絕對可用於安心食用的健康食材。



## 金燕家 Golden Bird's Nest ~介紹

2014年成立於越南西寧省，在這之前已經深耕越南十多年的時間，這麼長的時間裡，我們學習如何養燕並一步一步了解燕窩的製造過程。燕窩要經過除雜、挑毛、烘乾等複雜的處理程序，最後才會送到消費者的手中。燕窩是昂貴的養生食品，但也確實有其特別又豐富營養價值存在。燕窩的產出對於燕農來說是上天的恩賜，因此金燕家始終懷抱著謙卑與感恩的心情，在經營這個事業，如同牌LOGO上的標語[純淨，天然]，在越南我們擁有萬坪優質、無污染的農地，青青草原，樹林綿綿，群燕自由自在的飛翔，在純淨、自然的環境中，自建燕屋，為金絲燕提供可棲息、築巢、產卵、孵化、孕育下一代的地方。我們承諾只採摘金絲燕幼鳥離巢後所留下的燕窩，為了給食用者最安心與健康的燕窩，本公司的產品定期送檢測，以確保燕窩的質量，健康路上金燕家會陪您一起!

關於燕窩的迷思：

### 從山洞裡天然採摘的燕窩是不是比較好？

天然洞穴產的燕窩除了增加採摘人員的工作危險度外，你無法掌控岩壁上的礦物質為何。燕子吐唾築巢的過程中，岩壁上的礦物質透過直接接觸或由水滴慢慢滲透進入燕窩。再不知道礦物質成份為何的情況下，很可能吃下對身體有害的不明物質。

### 血燕窩？

血燕窩其實就是一種燕窩的變質。因為金絲燕在山洞中築巢，天然的洞穴中通常濕氣較重，岩壁上的礦物質經過水氣的氧化會慢慢滲透在燕窩上，產生血紅色的效果，沒錯，本身血燕含有豐富的礦物質，但如果含量超出人體吸收的範圍，反而變成是一種危害。

燕窩白的就比較好？

燕窩純天然的顏色是略帶米白的顏色。如果看見特別純白或者是顏色完全一致的燕窩就要小心，可能是商家在處理時有其他的手法。

### 燕窩到底要幾 AAA？

燕窩等級不影響燕窩的營養價值

簡單來說明：燕窩的營養價值與其大小，形狀，顏色是毫無關聯的，正常金絲燕所製作的燕盞重量介於5~8G，試想一間燕屋內有成千上萬的燕子，所造的窩絕不可能大小形狀都相同，賣相單純就只是消費者喜歡好看的，因此坊間才會出現很多將燕窩分門別類的等級，同時價格更是五花八門，純粹就是一種拉抬價格的手法，燕窩的價值來自於它的營養成份，絕非好看與否來論定。

### 我刷我刷我刷刷刷？

曾經發生在印尼的燕窩刷膠事件，為了增加重量，降低成本，而使得整個養燕業蒙塵。燕窩外層上有一層亮面的效果，那不是刷膠做來的，會這樣誤解其實是非常錯誤的觀念，那層薄薄的自然蠟面，有人說是燕窩酸，但是正確解釋，那層亮面是燕窩的多醣體，多醣體是一種長鏈醣，為修復受損細胞的重要組成部分，活化細胞，調節人體免疫功能，只有在營養價值高的燕窩才會出現，而且這層燕窩酸是從原燕上就已經存在的。

### 吃燕窩燕子沒有家好可憐？

金絲燕在產卵前會以唾液分泌物築成窩巢，整個過程約需20天的時間才能築成，主要是用來孵蛋與孕育乳燕所用，燕子本身並不居住在其中，通常等到乳燕離巢後，成燕就會廢棄燕巢不再使用。等到下一次的孵育期到來，會再重新築一新巢。所以就對燕子而言，摘取燕窩就像是幫他們資源回收一般。

### 強迫燕子幫你工作好壞壞？

燕子無法被豢養，只能依照他們的自由意志決定是否在你的燕屋居住，築巢。為了獲得燕子的青睞，燕農們必須努力打造適合燕子居住的環境並且定期清潔環境。

(香港代理) whatsapp訂購/查詢電話：9223 6521

Website : [www.theinferiorguide.com](http://www.theinferiorguide.com)





(香港代理) whatsapp訂購/查詢電話: 9223 6521

Website : [www.thesuperiorguide.com](http://www.thesuperiorguide.com)



# 燕窩的功效

## 燕窩醫學研究→十大功效

根據【本草綱目】記載，燕窩入肺生氣、入腎滋水，入胃補脾，補而不燥。

燕窩的功能包括養陰潤燥、益氣補中、補肺治虛損，止咳痰喘等。

除【本草綱目】外，不少古籍亦有記載燕窩的功效，包括古代清朝1694年江昂之

《本草備要》及1695年張璐之《本經逢原》記載以燕窩去治病。除此以外，

亦有多位學術專家編寫書籍如《本草從新》、《本草求真》和《本草綱目拾遺》詳述燕窩的食療功效。

《本草從新》「燕窩大補元氣，潤肺滋陰，治虛勞咳嗽，引火歸源，滑腸開胃。」

《本草求真》「燕窩入肺生氣，入腎滋水，入胃補脾，俾其補而不燥，潤而不滯。」

《本草綱目拾遺》味甘淡平，大養肺陰，化痰止咳，補而能清，為調理虛損勞瘵之聖藥

於1985年，江潤祥及關培生教授在《明報月刊》231期刊載的《燕窩考》一文，

全面考証有關燕窩在中國明朝（1536年）黃衷之《海語》中的記載，

屠本峻在1596年出版的《閩中海錯疏》中說明燕窩是高級食品。

經過百餘年的臨床試驗，多位學者亦已確定燕窩的獨特醫療價值，視之為有療效的滋養

補品。江潤祥教授根據中國歷代文獻記載，指出燕窩可以療肺，對後期肺癆、胃潰瘍

及咯血、對促進人體的生長發育等療效特別顯著。

香港中文大學亦曾對燕窩作出深入而詳盡研究，發現燕窩的水溶性蛋白質含有

「促進細胞分裂激素」(Mitogenic Stimulation Factor) 和「表皮生長因子」(Epidermic Growth Factor) 可以：

1.促進細胞再生、增強身體的免疫能力 2.恢復元氣

3.增加身體對X光檢查及其他放射線損害的抵禦能力 4.強壯心臟功能 5.提供身體熱量

近年來燕窩已越來越普及，不少人都視為保健食品。從營養學分析，

燕窩主要含60%蛋白質（水溶蛋白），當中包含多種氨基酸，水分佔10%，

其餘還有纖維素、碳水化合物和少量脂肪，此外還有鈣、硫、鉀、磷和碘等礦物質，能助長兒童發育，加速病後及產後復原。

燕窩適合不同年齡、性別人士服用針對不同的人群，燕窩的具體功效如下：

女性常食燕窩能保養肌膚，使肌膚滋潤、光滑、富有彈性，

這也是香港眾多明星熱衷食用"燕窩"保持容顏亮麗的一個秘訣。

男性食燕窩《本草綱目》稱燕窩"能使金水相生，腎氣上滋於肺而胃氣亦得以安，

食品中直最則良者。因此它具有潤肺、益氣、補脾等功效，長期食用可使人精神飽滿、

精力充沛，不易虛弱，更能增加體力和體能。

**(香港代理) whatsapp訂購/查詢電話：9223 6521**

**Website : [www.thesuperiorguide.com](http://www.thesuperiorguide.com)**



**婦女**在懷孕期間最需要營養的補助，**在新加坡就有一半以上的孕婦食用燕窩。**

因燕窩裡含有豐富的活性蛋白，可促進人體組織生長，提高免疫能力。孕婦食用燕窩能使未來的新生嬰兒更強壯、白皙、增強抵抗力，可以促進嬰兒腦部發展，對於妊娠後的產婦，用燕窩進補吃燕窩可潤肺止咳、補中益氣，可迅速復原身體，回復青春。初生嬰兒故意把燕窩燉溶成水，混合在奶中，或加在米糊中，有助消化、調理腸胃和增加食慾

**老年人**通常腸胃不好，身體虛弱，或有骨質疏鬆、關節炎等現象。

**吸煙**會導致喉乾多痰，並可能引起支氣管炎、肺氣腫、肺癌等疾病。

燕窩中所含有多醣抗體維生素，可以增強免疫系統，

長期食用燕窩，還可以潤肺，化痰止咳。

**青少年成人**加速新陳代謝，增強體質，有助發育成長，促進腦部發展，強壯身體機能，更可令肌膚更幼滑。精神緊張、工作忙碌者：可消除疲勞，舒緩壓力。病癒體弱、哮喘患者：恢復體魄，增強免疫力，令呼吸順暢。睡眠不足、燥熱者：清腸熱，潤肺。體弱多病、病後健康以及工作忙碌勞心傷神者來說，燕窩更是上等、最佳的天然滋補調理食品。

### 註冊中醫師李南細分燕窩十大功效

1. 補血、清血、整腸健脾，壯陽等
2. 補肺養陰、止肺虛性咳嗽、減少肺氣病變。哮喘、氣促、久咳、痰中帶血、咳血、支氣管炎、出汗、低潮熱
3. 補虛養胃、止胃寒性、嘔吐。胃陰虛引起之反胃、乾嘔、腸鳴聲
4. 燕窩能滋陰調氣，病後虛弱、癆傷、中氣虧損
5. 使皮膚光滑、有彈性和光澤，減少皺紋
6. 燕窩中多種氨基酸，小孩常吃能更加聰敏、增加思維，抗敏感、補其先後天之不足
7. 孕婦在產前、產後進食，有安胎、補胎之效
8. 燕窩含多種氨基酸，對食道癌、咽喉癌、胃癌、肝癌、直腸癌等有抑止和抗衡作用
9. 經電療、化療引起的後遺症（咽乾、喉痛、腫痛、便秘、聲嘶、作嘔等）食燕窩都有明顯的改善
10. 燕窩味甘性平、滋陰潤燥，是有營養的食品，有保健食療之效，是大眾歡迎的健康食品

**(香港代理) whatsapp訂購/查詢電話：9223 6521**

**Website : [www.thesuperiorguide.com](http://www.thesuperiorguide.com)**



# 金燕頂級燕盞 (原價 : \$1088) 會員價 : \$888

單位以每兩計算



使用最好的超輕毛原燕盞來製作，採乾挑的方式生產，微噴水量在燕盞上，使其變軟後挑毛，不影響燕盞的本身的結構與形狀，且囊絲清晰完整，保留整盞原型。



(香港代理) whatsapp訂購/查詢電話: 9223 6521  
Website : [www.thesuperiorguide.com](http://www.thesuperiorguide.com)



# 金燕特級燕盞 (原價 : \$908) 會員價 : \$798

單位以每兩計算

選取較好的輕毛或中毛燕盞。浸濕後進行挑毛，挑毛後進行自然風乾定型，定型的做法又分為疏盞（直接風乾定型）和密盞（推密定型）兩種。挑毛後的燕盞乾淨度極好。和乾挑一樣也保留最高的營養價值。



(香港代理) whatsapp訂購/查詢電話: 9223 6521

Website : [www.thesuperiorguide.com](http://www.thesuperiorguide.com)





## 金燕盞角條 (原價 : \$768) 會員價 : \$668

單位以每兩計算

燕角是燕窩黏結在燕板上兩邊頭尾，也是金絲燕最先吐出燕窩黏在木樑上的部分，相當於燕窩的“地基”，比較堅硬與厚實。由於燕角本身就是燕窩的一部分，所以在營養方面，與其他部位並沒有本質上的區別，燉後口感黏滑，紮實，有嚼勁。



(香港代理) whatsapp訂購/查詢電話: 9223 6521  
Website : [www.thesuperiorguide.com](http://www.thesuperiorguide.com)

