芝麻中什么芝麻营养好呢？

芝麻有白芝麻和黑芝麻之分，一般认为营养成分最好的是黑芝麻。芝麻中维生素E的含量很高，能促进细胞分裂，延缓细胞衰老。芝麻铁含量较高，可以促进血红蛋白的再生，还可以令皮肤细腻光滑、红润有光泽。

什么是芝麻信用？支付宝芝麻信用，什么是芝麻信用，芝麻信用分？

??分别是个人用户的信用历史、行为偏好、履约能力、身份特质和人脉关系。和传统征信数据主要来源于借贷领域有所不同，脱胎于互联网的信用数据来源更广，涵盖信用卡还款、网购、转账、理财、水电气缴费、租房信息、住址搬迁历史、社交关系等方方面面芝麻信用可以干什么？目前在芝麻信用的“信用生活”栏里，有五大功能，出行、住宿、金融、购物和社交。