



(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 108077739 A

(43)申请公布日 2018.05.29

(21)申请号 201810137072.9

A23L 33/10(2016.01)

(22)申请日 2018.02.10

(71)申请人 宋天富

地址 450000 河南省郑州市中牟县姚家乡  
罗宋村393号

(72)发明人 宋天富

(74)专利代理机构 郑州德勤知识产权代理有限公司 41128

代理人 王莉

(51)Int.Cl.

A23L 7/10(2016.01)

A23L 11/00(2016.01)

A23L 19/00(2016.01)

A23L 25/00(2016.01)

A23L 31/00(2016.01)

权利要求书2页 说明书9页

(54)发明名称

脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉及其制备方法

(57)摘要

本发明提供了一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,包括将经过炒焙、物理压榨除油后的黑芝麻、核桃仁、花生仁与黑木耳粉、熟黑豆、熟黑米、去核大枣和冰糖进行混合得到混合物料,对所述混合物料进行研磨、筛分处理到脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉。该方法在制备过程中不添加任何化学添加剂,制备方法简单易行,易于工业化生产。由该方法制备的养生粉开水冲泡即可食用,能生发、提高机体免疫力、有助于肠胃的蠕动增强消化功能且还具有功能补肝肾、益精血、壮筋骨等功效。

1. 一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其步骤包括:

原料预处理 分别对黑芝麻、核桃仁和花生仁在50℃~130℃温度下进行炒焙处理,再进行物理压榨除油处理,得到脱脂黑芝麻碎颗粒、脱脂核桃仁碎颗粒和脱脂花生仁碎颗粒,分别对黑木耳、黑豆和黑米在50℃~135℃温度下进行炒焙处理得到黑木耳粉、熟黑豆和熟黑米;

物料混配 按照质量份,分别称取所述脱脂黑芝麻碎颗粒30份~55份、所述脱脂核桃仁碎颗粒5份~25份、所述脱脂花生仁碎颗粒15份~35份、所述黑木耳粉3份~13份、所述熟黑豆20~33份、所述熟黑米15份~25份、去核大枣3份~8份和冰糖0.8份~2.5份进行混合得到混合物料,对所述混合物料进行研磨、筛分处理得到脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉。

2. 根据权利要求1所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其特征在于,在对所述混合物料进行研磨、筛分处理的分步骤之前还包括向所述混合物料中添加质量份为2份~10份的黑葡萄粉和5份~12份的黑桑葚粉。

3. 根据权利要求2所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其特征在于,在对所述混合物料进行研磨、筛分处理的分步骤之前还包括向所述混合物料中添加质量份为6份~25份的熟高粱、9份~21份的熟红豆粉、3份~9.8份的熟青稞面粉、2份~4份的熟玉米粉、1份~2.7份的熟薏米粉、3份~17份的熟麦麸粉、5份~27份的熟海带粉、15份~35份的熟荞麦、2份~11.7份的熟小米和8份~12份的熟大米的步骤;其中,所述熟高粱、所述熟红豆粉、所述熟青稞面粉、所述熟玉米粉、所述熟薏米粉、所述熟麦麸粉、所述熟海带粉、所述熟荞麦、所述熟小米和所述熟大米是分别对高粱、红豆粉、青稞面粉、玉米粉、薏米粉、麦麸粉、海带粉、荞麦、小米和小米在50℃~135℃温度下进行炒焙处理得到的。

4. 根据权利要求3所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其特征在于,在对所述混合物料进行研磨、筛分处理的分步骤之前还包括向所述混合物料中添加质量份为0.3份~4.2份的去核山楂、2.1份~6.7份的山药粉、1份~2.8份的杏仁粉、2份~3.4份的芡实粉、4份~8.8份的红薯干粉、3份~7份的红薯叶粉、2份~3.4份的莲子、0.5份~3.2份的燕麦粉、2份~7份的枸杞、5份~13份的牡蛎粉。

5. 根据权利要求4所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其特征在于,在对所述混合物料进行研磨、筛分处理的分步骤之前还包括向所述混合物料中添加质量份为5份~15份的百合粉、3份~17份的紫菜粉、3份~10份的芹菜粉、2.5份~17份的莲藕粉、1份~9份的菠菜粉、6份~17份的红萝卜粉、0.5份~3份的洋葱粉、2份~7.5份的大麦若叶青汁粉。

6. 一种由权利要求1~5任意一项所述的制备方法制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,其特征在于,它包括以下质量份的组份:脱脂黑芝麻碎颗粒30份~55份、脱脂核桃仁碎颗粒5份~25份、脱脂花生仁碎颗粒15份~35份、黑木耳粉3份~13份、熟黑豆20~33份、熟黑米15份~25份、去核大枣3份~8份和冰糖0.8份~2.5份。

7. 根据权利要求6所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,其特征在于,它还包括质量份为2份~10份的黑葡萄粉和5份~12份的黑桑葚粉。

8. 根据权利要求7所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,其特征在于,它还包括质量份为6份~25份的熟高粱、9份~21份的熟红豆粉、3份~9.8份的熟青稞面粉、2份~4份的熟玉米粉、1份~2.7份的熟薏米粉、3份~17份的熟麦麸粉、5份~27份的熟海带粉、15份~

35份的熟荞麦、2份~11.7份的熟小米和8份~12份的熟大米。

9. 根据权利要求8所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,其特征在於,它还包括质量份为0.3份~4.2份的去核山楂、2.1份~6.7份的山药粉、1份~2.8份的杏仁粉、2份~3.4份的芡实粉、4份~8.8份的红薯干粉、3份~7份的红薯叶粉、2份~3.4份的莲子、0.5份~3.2份的燕麦粉、2份~7份的枸杞、5份~13份的牡蛎粉。

10. 根据权利要求9所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,其特征在於,它还包括质量份为5份~15份的百合粉、3份~17份的紫菜粉、3份~10份的芹菜粉、2.5份~17份的莲藕粉、1份~9份的菠菜粉、6份~17份的红萝卜粉、0.5份~3份的洋葱粉、2份~7.5份的大麦若叶青汁粉。

## 脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉及其制备方法

### 技术领域

[0001] 本发明涉及食品领域,具体的说,涉及了一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉及其制备方法。

### 背景技术

[0002] 随着人们物质生活水平的提高,人们的饮食结构也发生了变化,食品的精细化程度极大提高,但膳食纤维、维生素、矿物质等人体必需的营养素却随着加工的精细化程度提高而流失。虽然粗粮营养丰富,含有丰富的膳食纤维、蛋白质、氨基酸、维生素 E、B 族维生素、以及铁、钙、硒、磷、镁等人体必需矿物质,在某些方面其营养价值远远超过精米白面。中国居民膳食指南中也提出了“要注意粗细搭配,经常吃一些杂粮”的建议。由于丰富的营养特点,目前杂粮食品已逐渐得到了广大消费者的热爱和追捧。然而,现有技术中用杂粮制备的食品多以一种杂粮为主料,再配以其他辅料而成,存在营养单一并且有异味的缺点。

### 发明内容

[0003] 由鉴于此,本发明确有必要提供一种营养丰富的黑色保健营养米粉。

[0004] 本发明所采用的技术方案是:一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其步骤包括:

原料预处理 分别对黑芝麻、核桃仁和花生仁在50℃~130℃温度下进行炒焙处理,再进行物理压榨除油处理,得到脱脂黑芝麻碎颗粒、脱脂核桃仁碎颗粒和脱脂花生仁碎颗粒,分别对黑木耳、黑豆和黑米在50℃~135℃温度下进行炒焙处理得到黑木耳粉、熟黑豆和熟黑米;

物料混配 按照质量份,分别称取所述脱脂黑芝麻碎颗粒30份~55份、所述脱脂核桃仁碎颗粒5份~25份、所述脱脂花生仁碎颗粒15份~35份、所述黑木耳粉3份~13份、所述熟黑豆20~33份、所述熟黑米15份~25份、去核大枣3份~8份和冰糖0.8份~2.5份进行混合得到混合物料,对所述混合物料进行研磨、筛分处理到脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉。

[0005] 基于上述,在对所述混合物料进行研磨、筛分处理之前还包括向所述混合物料中添加质量份为2份~10份的黑葡萄粉和5份~12份的黑桑葚粉步骤。

[0006] 基于上述,在对所述混合物料进行研磨、筛分处理的分步骤之前还包括向所述混合物料中添加质量份为6份~25份的熟高粱、9份~21份的熟红豆粉、3份~9.8份的熟青稞面粉、2份~4份的熟玉米粉、1份~2.7份的熟薏米粉、3份~17份的熟麦麸粉、5份~27份的熟海带粉、15份~35份的熟荞麦、2份~11.7份的熟小米和8份~12份的熟大米的步骤;其中,所述熟高粱、所述熟红豆粉、所述熟青稞面粉、所述熟玉米粉、所述熟薏米粉、所述熟麦麸粉、所述熟海带粉、所述熟荞麦、所述熟小米和所述熟大米是分别对高粱、红豆粉、青稞面粉、玉米粉、薏米粉、麦麸粉、海带粉、荞麦、小米和小米在50℃~135℃温度下进行炒焙处理得到的。

[0007] 基于上述,在对所述混合物料进行研磨、筛分处理之前还包括向所述混合物料中

添加质量份为0.3份~4.2份的去核山楂、2.1份~6.7份的山药粉、1份~2.8份的杏仁粉、2份~3.4份的芡实粉、4份~8.8份的红薯干粉、3份~7份的红薯叶粉、2份~3.4份的莲子、0.5份~3.2份的燕麦粉、2份~7份的枸杞、5份~13份的牡蛎粉的步骤。

[0008] 基于上述,在对所述混合物料进行研磨、筛分处理之前还包括向所述混合物料中添加质量份为5份~15份的百合粉、3份~17份的紫菜粉、3份~10份的芹菜粉、2.5份~17份的莲藕粉、1份~9份的菠菜粉、6份~17份的红萝卜粉、0.5份~3份的洋葱粉、2份~7.5份的大麦若叶青汁粉。

[0009] 本发明还提供一种由上述制备方法制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,它包括以下质量份的组份:脱脂黑芝麻碎颗粒30份~55份、脱脂核桃仁碎颗粒5份~25份、脱脂花生仁碎颗粒15份~35份、黑木耳粉3份~13份、熟黑豆20~33份、熟黑米15份~25份、去核大枣3份~8份和冰糖0.8份~2.5份。

[0010] 基于上述,所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉还包括质量份为2份~10份的黑葡萄粉和5份~12份的黑桑葚粉。

[0011] 基于上述,所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉还包括质量份为6份~25份的熟高粱、9份~21份的熟红豆粉、3份~9.8份的熟青稞面粉、2份~4份的熟玉米粉、1份~2.7份的熟薏米粉、3份~17份的熟麦麸粉、5份~27份的熟海带粉、15份~35份的熟荞麦、2份~11.7份的熟小米和8份~12份的熟大米。

[0012] 基于上述,所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉还包括质量份为0.3份~4.2份的去核山楂、2.1份~6.7份的山药粉、1份~2.8份的杏仁粉、2份~3.4份的芡实粉、4份~8.8份的红薯干粉、3份~7份的红薯叶粉、2份~3.4份的莲子、0.5份~3.2份的燕麦粉、2份~7份的枸杞、5份~13份的牡蛎粉。

[0013] 基于上述,所述的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉还包括质量份为5份~15份的百合粉、3份~17份的紫菜粉、3份~10份的芹菜粉、2.5份~17份的莲藕粉、1份~9份的菠菜粉、6份~17份的红萝卜粉、0.5份~3份的洋葱粉、2份~7.5份的大麦若叶青汁粉。

[0014] 具体地,本发明提供的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉中各原料的成分及功效如下:

黑芝麻:黑芝麻含有大量的脂肪和蛋白质,还含有糖类、维生素A、维生素E、卵磷脂、钙、铁、铬等营养成分。有健胃、保肝、促进红细胞生长的作用,同时可以增加体内黑色素,有利于头发生长。黑芝麻富含维生素E,而维生素E除了具有良好的抗氧化作用之外,还对人体的生育机能具有良好的促进作用,对于男性可以使精子数量生成增加、精子活力增强,对于女性能够使雌性激素浓度提高。另外,黑芝麻还可以降血脂、抗动脉硬化,抑菌防腐,润肠通便,保护肝脏,清除自由基、抗衰老和抗癌和降血糖作用等多种功效。

[0015] 核桃仁:性味甘,温。归肾、肺、大肠经。补肾,温肺,润肠。核桃果仁中含有丰富的蛋白质、氨基酸及矿物元素,有很高的营养价值,并具有润肺强肾、降低血脂,预防冠心病之功效,长期食用具有益寿养颜,抗衰老等作用。根据科学研究表明,核桃中的磷脂,对脑神经有很好保健作用。核桃仁中含有锌、锰、铬等人体不可缺少的微量元素。人体在衰老过程中锌、锰含量日渐降低,铬有促进葡萄糖利用、胆固醇代谢和保护心血管的功能。核桃仁的镇咳平喘作用也十分明显,冬季,对慢性气管炎和哮喘病患者疗效极佳。可见经常食用核桃,既能健身,又能抗衰老。

[0016] 花生仁：性平，味甘；入脾、肺经。健脾和胃、利肾去水、理气通乳、治诸血症。花生仁中的维生素K有止血作用。花生仁红衣的止血作用比花生仁更高出50倍，对多种出血性疾病都有良好的止血功效。花生仁含有维生素E和一定量的锌，能增强记忆，抗老化，延缓脑功能衰退，滋润皮肤。花生仁含有的维生素C有降低胆固醇的作用，有助于防治动脉硬化、高血压和冠心病。花生仁中的微量元素硒和另一种生物活性物质白藜芦醇可以防治肿瘤类疾病，同时也是降低血小板聚集，预防和治疗动脉粥样硬化、心脑血管疾病的化学预防剂。花生仁还有扶正补虚、悦脾和胃、润肺化痰、滋养调气、利水消肿、止血生乳、清咽止疟的作用。

[0017] 黑木耳：味甘，性平，有小毒。治益气不饥，轻身强志；还能断谷疗痔。木耳中铁的含量极为丰富，故常吃木耳能养血驻颜，令人肌肤红润，容光焕发，并可防治缺铁性贫血。黑木耳含有维生素K，能维持体内凝血因子的正常水平，防止出血。黑木耳中的胶质可把残留在人体消化系统内的灰尘、杂质吸附集中起来排出体外，从而起到清胃涤肠的作用。此外，它对胆结石、肾结石等内源性异物也有比较显著的化解功能；它还有帮助消化纤维类物质功能，对无意中吃下的难以消化的头发、谷壳、木渣、沙子、金属屑等异物有溶解与烊化作用，因此，它是矿山、化工和纺织工人不可缺少的保健食品。同时，木耳含有抗肿瘤活性物质，能增强机体免疫力，经常食用可防癌抗癌。

[0018] 黑豆：营养丰富，含有蛋白质、脂肪、维生素、微量元素等多种营养成分，同时又具有多种生物活性物质，如黑豆色素、黑豆多糖和异黄酮等，药用价值很高，在中医用药上属于滋补佳品。具有消肿下气、润肺清热、活血利水、祛风除痹、补血安神、明目健脾、补肾益阴、解毒的作用。传统中医学认为，黑豆是一种既便宜，又有助于抗衰老，具有医食同疗的特殊功能的食品。《本草纲目》说：“豆有五色，各治五脏，惟黑豆属水性寒，可以入肾。治水、消胀、下气，治风热而活血解毒，常食用黑豆，可百病不生。”药理研究结果显示，黑豆具有养阴补气作用，是强壮滋补食品。

[0019] 黑米：性平，味甘，归脾、胃经。黑米含粗蛋白质、粗脂肪、碳水化合物、粗灰分、B族维生素、维生素E、钙、磷、钾、镁、铁、锌等，有开胃益中、健脾活血、明目的功效。现代医学证实，黑米具有滋阴补肾，健脾暖肝、补益脾胃，益气活血，养肝明目等疗效。经常食用黑米，有利于防治头昏、目眩、贫血、白发、眼疾、腰膝酸软、肺燥咳嗽、大便秘结、小便不利、肾虚水肿、食欲不振、脾胃虚弱等症。

[0020] 红枣：性微温，味甘、微甜，具有补脾益气，养血安神之功效。红枣含有蛋白质、脂肪、醣类、有机酸、维生素A、维生素C、微量钙和多种氨基酸等丰富的营养成份，红枣能促进白细胞的生成，降低血清胆固醇，提高血清白蛋白，保护肝脏。红枣中还含有抑制癌细胞，甚至可使癌细胞向正常细胞转化的物质。红枣中富含钙和铁，它们对防治骨质疏松、产后贫血有重要作用，另外，红枣所含的芦丁，是一种使血管软化，从而使血压降低的物质，对高血压病有防治功效。

[0021] 黑葡萄粉：性平味甘酸，入脾、肺、肾三经。功能生津止渴，健脾和胃，补益气血，补肾宜肝，强筋骨，利小便。黑葡萄之所以呈现出黑色外表，是因为它含有丰富的色素类物质，例如：原花青素、叶绿素等，这类物质具有很强的抗氧化性。相比浅色葡萄来说，黑葡萄还含有更加丰富的维生素C，可以增加人体的抵抗力。此外，黑葡萄中钾、镁、钙等矿物质的含量也高于普通水果，这些离子大多以有机酸盐的形式存在于水果当中，对维持人体的离子平衡有至关重要的作用。黑葡萄的保健功效更好。它含有丰富的矿物质钙、钾、磷、铁以及维生

素B1、B2、B6、C等,还含有多种人体所需的氨基酸。

[0022] 黑桑葚粉:性微寒,入心、肝、肾经,为滋补强壮、养心益智佳果。具有补血滋阴,生津止渴,润肠燥等功效,主治阴血不足而致的头晕目眩,耳鸣心悸,烦躁失眠,腰膝酸软,须发早白,消渴口干等症。黑桑葚有增加皮肤血液供应,改善血液循环的作用,因此对于头发有一定的营养和保健作用。黑桑葚对脾脏有增重作用,对溶血性反应有增强作用,可防止人体动脉硬化、骨骼关节硬化,促进新陈代谢。它可以促进血红细胞的生长,防止白细胞减少,并对治疗糖尿病、贫血、高血压、高血脂、冠心病、神经衰弱等病症具有辅助功效。同时他还具有生津止渴、促进消化、帮助排便等作用,适量食用黑桑葚能促进胃液分泌,刺激肠蠕动及解除燥热。

[0023] 枸杞子:味甘,性平,具有养肝、滋肾、润肺的功效。《本草纲目》记载:枸杞子甘平而润,性滋补能补肾、润肺、生精、益气。现代医学研究表明:枸杞子富含枸杞多糖,该多糖是一种水溶性多糖,能够增强非特异性免疫功能,提高抗病能力,抑制肿瘤生长和细胞突变;并且该多糖还可以通过神经-内分泌-免疫调节网络发挥抗癌作用。枸杞多糖能明显增强受损胰岛细胞内超氧化物歧化酶的活性,提高胰岛细胞的抗氧化能力,减轻过氧化物对细胞的损伤,降低内二醛生成量。另外,枸杞中所含的枸杞多糖、B-胡萝卜素都是强力的抗氧化剂,再加上枸杞所含的微量元素硒和维生素E的协同作用,组成了强大的抗氧化部队。枸杞子能有效降低高脂血症患者血清中甘油三酯和胆固醇的含量,具有明显的调节血脂、调节脂类代谢功能,对预防心血管疾病具有积极作用。

[0024] 山楂:山楂含多种有机酸,口服后增强胃液酸度,提高胃蛋白酶活性,促进蛋白质的消化;山楂味酸,刺激胃黏膜促进胃液分泌;山楂中含脂肪酶,能促进脂肪的消化;山楂含有维生素C等成分,口服可增进食欲;山楂对胃肠运动功能具有调节作用。山楂消食健胃的功效主要与助消化、抑菌等药理作用有关,为其治疗肉食积滞、胃脘胀满、泻痢腹痛等提供了药理学依据;行气散瘀的功效也主要与降血脂、抗动脉粥样硬化、抗心肌缺血等药理作用有关。山楂的有效成分有机酸、山楂黄酮是其发挥药理作用的重要物质基础。

[0025] 同时,本发明提供的制备脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的方法,是通过黑芝麻、核桃仁和花生仁在50℃~130℃温度下进行炒焙后再进行物理压榨除油处理的,在较大程度保留黑芝麻、核桃仁和花生仁自身性能的同时,还降低了制备的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉中的脂肪含量,使其营养价值更加均衡。

[0026] 因此,本发明相对现有技术具有突出的实质性特点和显著的进步,具体的说,本发明提供的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉采用能增加体内黑色素且富含多种维生素、氨基酸及营养成分,又含有能补肝肾、益精血、壮筋骨的物质作为食品原材料,具有较高的食用保健价值,以上原料经混合后合用,能调理生发、增强免疫力、益精血、壮筋骨、有助于肠胃的蠕动增强消化功能等功效。同时,本发明提供的黑色保健营养米粉制备过程中不添加任何化学添加剂,制备方法简单易行,易于工业化生产。

## 具体实施方式

[0027] 下面通过具体实施方式,对本发明的技术方案做进一步的详细描述。

### [0028] 实施例1

本实施例提供一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其步骤包括:

原料预处理 分别对黑芝麻、核桃仁和花生仁在130℃温度下进行炒焙处理,再进行物理压榨除油处理,得到脱脂黑芝麻碎颗粒、脱脂核桃仁碎颗粒和脱脂花生仁碎颗粒,分别对黑木耳、黑豆和黑米在135℃温度下进行炒焙处理得到黑木耳粉、熟黑豆和熟黑米;

物料混配 按照质量份,分别称取所述脱脂黑芝麻碎颗粒55份、所述脱脂核桃仁碎颗粒5份、所述脱脂花生仁碎颗粒20份、所述黑木耳粉13份、所述熟黑豆20份、所述熟黑米15份、去核大枣3份和冰糖2.5份进行混合得到混合物料,对所述混合物料进行研磨、筛分处理到脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉。

[0029] 本实施例还提供一种由所述的制备方法制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,它包括以下质量份的组份:脱脂黑芝麻碎颗粒55份、所述脱脂核桃仁碎颗粒5份、所述脱脂花生仁碎颗粒20份、所述黑木耳粉13份、所述熟黑豆20份、所述熟黑米15份、去核大枣3份和冰糖2.5份。

[0030] 以本实施例制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉进行如下实验,以验证本发明的食用保健功效。

[0031] 2016年12月1日,寻找50名年龄及胖瘦不同的志愿者作为受实验者,所述50名受实验者均存在脱发、抵抗力低下易感冒等健康问题。实验过程中,25人每人每天三餐均食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,剩余25人食用普通食物,连续食用半年,食用期间和停止食用一个月后观察受实验者的状况。

[0032] 观察期间,食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的25人中仅患过1~2次轻微感冒为2人、患过重感冒的1人,而食用普通食物的25人中患过重感冒的为4人;同时,食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的25人脱发问题明显得到改善,身体状况也有了很大提高,整个人都精神焕发了起来,而且还能明显地感觉到身体免疫能力的提高,即使在感冒流行的季节也没有再患过感冒。

[0033] 由此可见,本发明具有较高的食用保健价值,能调理生发、增强免疫力等功效。

[0034] 实施例2

本实施例提供一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其步骤包括:

原料预处理 分别对黑芝麻、核桃仁和花生仁在100℃温度下进行炒焙处理,再进行物理压榨除油处理,得到脱脂黑芝麻碎颗粒、脱脂核桃仁碎颗粒和脱脂花生仁碎颗粒,分别对黑木耳、黑豆和黑米在90℃温度下进行炒焙处理得到黑木耳粉、熟黑豆和熟黑米;

物料混配 按照质量份,分别称取所述脱脂黑芝麻碎颗粒30份、所述脱脂核桃仁碎颗粒10份、所述脱脂花生仁碎颗粒35份、所述黑木耳粉3份、所述熟黑豆20、所述熟黑米25份、黑葡萄粉2份、黑桑葚粉8份、去核大枣8份和冰糖0.8份进行混合得到混合物料,对所述混合物料进行研磨并过200目筛处理到脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉。

[0035] 本实施例还提供一种由所述的制备方法制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,它包括以下质量份的组份:脱脂黑芝麻碎颗粒30份、脱脂核桃仁碎颗粒10份、脱脂花生仁碎颗粒35份、黑木耳粉3份、熟黑豆20、熟黑米25份、黑葡萄粉2份、黑桑葚粉8份、去核大枣8份和冰糖0.8份。

[0036] 以本实施例制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉进行如下实验,以验证本发明的食用保健功效。

[0037] 2016年12月10日,寻找60名年龄及胖瘦不同的志愿者作为受实验者,所述50名受



实验者均存在脱发、抵抗力低下易感冒、消化不良、高血脂等健康问题。实验过程中,30人每人每天三餐均食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,剩余30人食用普通食物,连续食用半年,食用期间和停止食用一个月后观察受实验者的状况。

[0038] 观察期间,食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的30人中仅患过1~2次轻微感冒为3人、患过重感冒的2人,而食用普通食物的25人中患过重感冒的为6人;同时,食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的30人脱发问题明显得到改善、30名受实验者普遍感觉随着食用时间的增加,不仅血脂、胆固醇降下来了,身体状况也有了很大提高,以前常出现的头昏脑胀、午后易困夜晚却清醒的状况消失了,行动变得更加灵敏,整个人都精神焕发了起来,而且还能明显地感觉到身体免疫能力的提高,即使在感冒流行的季节也没有再患过感冒。

[0039] 由此可见,本发明具有较高的食用保健价值,能调理生发、增强免疫力、益精血、壮筋骨、有助于肠胃的蠕动增强消化功能等功效。

#### [0040] 实施例3

本实施例提供一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其步骤包括:

原料预处理 分别对黑芝麻、核桃仁和花生仁在100℃温度下进行炒焙处理,再进行物理压榨除油处理,得到脱脂黑芝麻碎颗粒、脱脂核桃仁碎颗粒和脱脂花生仁碎颗粒;分别对高粱、黑木耳、黑豆、黑米、红豆粉、青稞面粉、玉米粉、薏米粉、麦麸粉、海带粉、荞麦、小米和小米在135℃温度下进行炒焙处理,得到熟高粱、黑木耳粉、熟黑豆、熟黑米、熟红豆粉、熟青稞面粉、熟玉米粉、熟薏米粉、熟麦麸粉、熟海带粉、熟荞麦、熟小米和熟大米;

物料混配 按照质量份,分别称取所述脱脂黑芝麻碎颗粒33份、所述脱脂核桃仁碎颗粒25份、所述脱脂花生仁碎颗粒35份、所述熟高粱20份、所述黑木耳粉3份、所述熟黑豆30份、所述熟黑米25份、去核大枣3份、冰糖0.8份、黑葡萄粉10份、黑桑葚粉5份、所述熟红豆粉21份、所述熟青稞面粉9.8份、所述熟玉米粉4份、所述熟薏米粉2.7份、所述熟麦麸粉17份、所述熟海带粉27份、所述熟荞麦15份、所述熟小米2份和所述熟大米12份进行混合得到混合物料,对所述混合物料进行研磨并过300目筛处理到脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉。

[0041] 本实施例还提供一种由所述的制备方法制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,它包括以下质量份的组份:脱脂黑芝麻碎颗粒33份、脱脂核桃仁碎颗粒25份、脱脂花生仁碎颗粒35份、熟高粱20份、黑木耳粉3份、熟黑豆30份、熟黑米25份、去核大枣3份、冰糖0.8份、黑葡萄粉10份、黑桑葚粉5份、熟红豆粉21份、熟青稞面粉9.8份、熟玉米粉4份、熟薏米粉2.7份、熟麦麸粉17份、熟海带粉27份、熟荞麦15份、熟小米2份和熟大米12份。

[0042] 以本实施例制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉进行如下实验,以验证本发明的食用保健功效。

[0043] 2016年12月20日,寻找40名年龄及胖瘦不同的志愿者作为受实验者,所述40名受实验者均存在脱发、抵抗力低下易感冒、消化不良、食欲低下等健康问题。实验过程中,20人每人每天三餐均食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,剩余20人食用普通食物,连续食用半年,食用期间和停止食用一个月后观察受实验者的状况。

[0044] 观察期间,食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的20人中仅患过1~2次轻微感冒为1人、患过重感冒的3人,而食用普通食物的20人中患过重感冒的为5人;同时,食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的20人脱发问题明显得到改善、20名受实验者普遍

感觉随着食用时间的增加,不仅血脂、胆固醇降下来了,身体状况也有了很大提高,以前常出现的头厌食、体弱消瘦的状况消失了,行动变得更加灵敏,整个人都精神焕发了起来,而且还能明显地感觉到身体免疫能力的提高,即使在感冒流行的季节也没有再患过感冒。

[0045] 由此可见,本发明具有较高的食用保健价值,能调理生发、增强免疫力、益精血、壮筋骨、有助于肠胃的蠕动增强消化功能等功效。

#### [0046] 实施例4

本实施例提供一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其步骤包括:

原料预处理 分别对黑芝麻、核桃仁和花生仁在100℃温度下进行炒焙后再进行物理压榨除油处理,得到脱脂黑芝麻碎颗粒、脱脂核桃仁碎颗粒和脱脂花生仁碎颗粒;分别对高粱、黑木耳、黑豆、黑米、红豆粉、青稞面粉、玉米粉、薏米粉、麦麸粉、海带粉、荞麦、小米和小米在135℃温度下进行炒焙处理,得到熟高粱、黑木耳粉、熟黑豆、熟黑米、熟红豆粉、熟青稞面粉、熟玉米粉、熟薏米粉、熟麦麸粉、熟海带粉、熟荞麦、熟小米和熟大米;

物料混配 按照质量份,分别称取所述脱脂黑芝麻碎颗粒35份、所述脱脂核桃仁碎颗粒10份、所述脱脂花生仁碎颗粒35份、所述熟高粱18份、所述黑木耳粉5份、所述熟黑豆33份、所述熟黑米25份、去核大枣8份、冰糖0.8份、黑葡萄粉2份、黑桑葚粉12份、熟红豆粉21份、熟青稞面粉9.8份、熟玉米粉4份、熟薏米粉2.7份、熟麦麸粉3份、熟海带粉5份、熟荞麦15份、熟小米11.7份、熟大米12份、去核山楂0.3份、山药粉6.7份、杏仁粉1份、芡实粉3.4份、红薯干粉8.8份、红薯叶粉3份、莲子3.4份、燕麦粉3.2份、枸杞7份、牡蛎粉5份进行混合得到混合物料,对所述混合物料进行研磨并过300目筛处理到脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉。

[0047] 本实施例还提供一种由所述的制备方法制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,它包括以下质量份的组份:脱脂黑芝麻碎颗粒35份、所述脱脂核桃仁碎颗粒10份、所述脱脂花生仁碎颗粒35份、所述熟高粱18份、所述黑木耳粉5份、所述熟黑豆33份、所述熟黑米25份、去核大枣8份、冰糖0.8份、黑葡萄粉2份、黑桑葚粉12份、熟红豆粉21份、熟青稞面粉9.8份、熟玉米粉4份、熟薏米粉2.7份、熟麦麸粉3份、熟海带粉5份、熟荞麦15份、熟小米11.7份、熟大米12份、去核山楂0.3份、山药粉6.7份、杏仁粉1份、芡实粉3.4份、红薯干粉8.8份、红薯叶粉3份、莲子3.4份、燕麦粉3.2份、枸杞7份、牡蛎粉5份。

[0048] 以本实施例制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉进行如下实验,以验证本发明的食用保健功效。

[0049] 2016年11月30日,寻找44名年龄及胖瘦不同的志愿者作为受实验者,所述44名受实验者均存在脱发、消化不良、食欲低下等健康问题。实验过程中,22人每人每天三餐均食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,剩余22人食用普通食物,连续食用半年,食用期间和停止食用一个月后观察受实验者的状况。

[0050] 观察期间,食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的22人的脱发问题明显得到改善、且22名受实验者普遍感觉随着食用时间的增加,身体状况也有了很大提高,以前常出现的厌食、体重下降等问题逐渐好转,而且还能明显地感觉到身体充满活力。

[0051] 由此可见,本发明具有较高的食用保健价值,能调理生发、壮筋骨、有助于肠胃的蠕动增强消化功能等功效。

#### [0052] 实施例5

本实施例提供一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其步骤包括:

原料预处理 分别对黑芝麻、核桃仁和花生仁在100℃温度下进行炒焙处理,再进行物理压榨除油处理,得到脱脂黑芝麻碎颗粒、脱脂核桃仁碎颗粒和脱脂花生仁碎颗粒;分别对高粱、黑木耳、黑豆、黑米、红豆粉、青稞面粉、玉米粉、薏米粉、麦麸粉、海带粉、荞麦、小米和 大米在135℃温度下进行炒焙处理,得到熟高粱、黑木耳粉、熟黑豆、熟黑米、熟红豆粉、熟青稞面粉、熟玉米粉、熟薏米粉、熟麦麸粉、熟海带粉、熟荞麦、熟小米和熟大米;

物料混配 按照质量份,分别称取所述脱脂黑芝麻碎颗粒50份、所述脱脂核桃仁碎颗粒10份、所述脱脂花生仁碎颗粒35份、所述熟高粱15份、所述黑木耳粉5份、所述熟黑豆33份、所述熟黑米25份、去核大枣8份、冰糖0.8份、黑葡萄粉2份、黑桑葚粉12份、熟红豆粉11份、熟青稞面粉5份、熟玉米粉3份、熟薏米粉2份、熟麦麸粉10份、熟海带粉20份、熟荞麦35份、熟小米11.7份、熟大米12份、去核山楂0.3份、山药粉6.7份、杏仁粉1份、芡实粉3.4份、红薯干粉8.8份、红薯叶粉3份、莲子3.4份、燕麦粉3.2份、枸杞7份、牡蛎粉5份、百合粉5份、紫菜粉3份、芹菜粉10份、莲藕粉17份、菠菜粉9份、红萝卜粉6份、洋葱粉3份、大麦若叶青汁粉7.5份进行混合得到混合物料,对所述混合物料进行研磨并过200目筛处理到脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉。

[0053] 本实施例还提供一种由所述的制备方法制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,它包括以下质量份的组份:脱脂黑芝麻碎颗粒50份、所述脱脂核桃仁碎颗粒10份、所述脱脂花生仁碎颗粒35份、所述黑木耳粉5份、所述熟黑豆33份、所述熟黑米25份、去核大枣8份、冰糖0.8份、黑葡萄粉2份、黑桑葚粉12份、熟高粱15份、熟红豆粉11份、熟青稞面粉5份、熟玉米粉3份、熟薏米粉2份、熟麦麸粉10份、熟海带粉20份、熟荞麦35份、熟小米11.7份、熟大米12份、去核山楂0.3份、山药粉6.7份、杏仁粉1份、芡实粉3.4份、红薯干粉8.8份、红薯叶粉3份、莲子3.4份、燕麦粉3.2份、枸杞7份、牡蛎粉5份、百合粉5份、紫菜粉3份、菠菜粉9份、红萝卜粉6份。

[0054] 以本实施例制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉进行如下实验,以验证本发明的食用保健功效。

[0055] 2016年10月30日,寻找34名年龄及胖瘦不同的志愿者作为受实验者,所述34名受实验者均存在脱发、消化不良、食欲低下、维生素缺乏等健康问题。实验过程中,17人每人每天三餐均食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,剩余17人食用普通食物,连续食用半年,食用期间和停止食用一个月后观察受实验者的状况。

[0056] 观察期间,食用所述脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的17人的脱发问题明显得到改善、且17名受实验者普遍感觉随着食用时间的增加,不仅身体状况有了很大提高,而且经检测体内维生素含量逐渐趋于正常值,还能明显地感觉到身体免疫能力的提高,即使在感冒流行的季节也没有再患过感冒。

[0057] 由此可见,本发明具有较高的食用保健价值,能调理生发、增强免疫力、壮筋骨、补充维生素、有助于肠胃的蠕动增强消化功能等功效。

#### [0058] 实施例6

本实施例提供一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其步骤与实施例5中的步骤大致相同,不同之处在于:本实施例中所述物料混配步骤中还包括向所述混合物料中添加质量份为10份的芹菜粉和2.5份的莲藕粉。

[0059] 本实施例还提供一种由所述的制备方法制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生

粉,它的组份与实施例5中的组份大致相同,不同之处在于:本实施例制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉中还包括10份的芹菜粉和2.5份莲藕粉。

[0060] 采用实施例5中的验证试验,对本实施例制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉进行食用保健功效试验,试验结果与实施例5中的验证结果相同。

[0061] 实施例7

本实施例提供一种脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉的制备方法,其步骤与实施例5中的步骤大致相同,不同之处在于:本实施例中所述物料混配步骤中还包括向所述混合物料中添加质量份为3份洋葱粉和7.5份大麦若叶青汁粉。

[0062] 本实施例还提供一种由所述的制备方法制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉,它的组份与实施例5中的组份大致相同,不同之处在于:本实施例制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉中还包括3份洋葱粉和7.5份大麦若叶青汁粉。

[0063] 采用实施例5中的验证试验,对本实施例制得的脱脂三黑核桃乌发保健方便养生粉进行食用保健功效试验,试验结果与实施例5中的验证结果相同。

[0064] 最后应当说明的是:以上实施例仅用以说明本发明的技术方案而非对其限制;尽管参照较佳实施例对本发明进行了详细的说明,所属领域的普通技术人员应当理解:依然可以对本发明的具体实施方式进行修改或者对部分技术特征进行等同替换;而不脱离本发明技术方案的精神,其均应涵盖在本发明请求保护的技术方案范围当中。