



(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 101816438 A

(43) 申请公布日 2010.09.01

(21) 申请号 201010115921.4

(22) 申请日 2010.03.02

(71) 申请人 于池

地址 264500 山东省威海市乳山青山路北首
三玥休闲饭庄

(72) 发明人 于池

(74) 专利代理机构 威海科星专利事务所 37202

代理人 于涛

(51) Int. Cl.

A23L 1/325(2006.01)

A23L 1/29(2006.01)

权利要求书 1 页 说明书 3 页

(54) 发明名称

一种高汤鱼的制作方法

(57) 摘要

本发明涉及一种食品的制作方法,具体地说是一种高汤鱼的制作方法,其特征在于包括以下几个步骤:准备材料,熬制高汤,制备油,制作高汤鱼,本发明与现有技术相比,能够有效地去除淡水鱼的土腥味或者海鱼的腥味,并且综合鸡、猪骨、鱼的营养,口味鲜美,能够满足营养不良、产后、术后以及老年人等人群的营养的摄入和补充的需要,具有能够有效的保持食物的营养价值,操作简便等优点。

1. 一种高汤鱼的制作方法,其特征在于包括以下几个步骤:

步骤 A:准备材料,

步骤 B:熬制高汤,

步骤 C:制备油,

步骤 D:制作高汤鱼。

2. 根据权利要求 1 所述的一种高汤鱼的制作方法,其特征在于所述步骤 A 中包括如下步骤:

步骤 a:将鸡、猪骨头、鱼洗净,

步骤 b:将鸡、猪骨头切块,将鱼改为柳叶刀,置于器皿中备用。

3. 根据权利要求 1 所述的一种高汤鱼的制作方法,其特征在于所述步骤 B 中包括如下步骤:

步骤 a:取鸡、猪骨头切块和清水按重量比 2-3 :4-6 :15-18 置于锅内,

步骤 b:加热,熬煮 22-26 小时,

步骤 c:出锅,过滤得高汤,备用。

4. 根据权利要求 1 所述的一种高汤鱼的制作方法,其特征在于所述步骤 C 中包括如下步骤:

步骤 a:取花生油、色拉油按 1 :1 配比倒入锅内,

步骤 b:向锅内加入调料,

步骤 c:加热至油开后至少 5 分钟,

步骤 d:出锅沉淀后,过滤得油,备用。

5. 根据权利要求 1 所述的一种高汤鱼的制作方法,其特征在于所述步骤 D 中包括如下步骤:

步骤 a:取步骤 C 中所制得的油置于锅中,并对其加热,

步骤 b:将鱼放入油锅内,两面煎炸,

步骤 c:向锅内加入料酒、白醋、啤酒,烹出香味,

步骤 d:取清水与步骤 C 中所制高汤按重量比 1 :1 加入锅内,加热至烧开,

步骤 e:向锅内加入人参、板栗,再次加热,至汤呈乳白色,

步骤 f:向锅内加入调料,调味出锅。

一种高汤鱼的制作方法

技术领域

[0001] 本发明涉及一种食品的制作方法,具体地说是一种高汤鱼的制作方法。

背景技术

[0002] 众所周知,鱼类的营养价值很高,鱼肉中蛋白质的含量丰富,其所含人体必需的氨基酸的量和比值适宜人体的需要,是人体摄入蛋白质的良好来源,同时鱼肉中脂肪的含量较少,而且多由不饱和脂肪酸构成,人体对其的吸收率可达 95%,具有降低胆固醇、预防心脑血管疾病等作用,除此之外,鱼肉中还含有丰富的矿物质如铁、磷、钙等,鱼的肝脏则含有大量的维生素 A 和维生素 D,另外鱼肉中肌纤维较短,水分含量高,因此口感细腻,相对于其他家禽肉类更容易被人体消化吸收,因此成为人们喜爱的食品。为了保持鱼类的营养价值和良好的口味,在烹饪的过程中需要去除其腥味,传统的烹饪方法有红烧、清蒸等,随着生活水平的提高,人们对健康越来越重视,但传统的鱼类食品限于材料和加工工艺,口味单一,无法满足人们的需求。

发明内容

[0003] 本发明为了克服现有技术的不足,针对现有技术,提供一种能够有效的保持食物的营养价值,操作简便的高汤鱼的制作方法。

[0004] 本发明采用的技术措施是:

一种高汤鱼的制作方法,其特征在于包括以下几个步骤:

步骤 A:准备材料,

步骤 B:熬制高汤,

步骤 C:制备油,

步骤 D:制作高汤鱼。

[0005] 本发明步骤 A 中准备材料包括如下步骤:

步骤 a:将鸡、猪骨头、鱼洗净,

步骤 b:将鸡、猪骨头切块,将鱼改为柳叶刀,置于器皿中备用。

[0006] 本发明步骤 B 中熬制高汤包括如下步骤:

步骤 a:取鸡、猪骨头切块和清水按重量比 2-3:4-6:15-18 置于锅内,

步骤 b:加热,熬煮 22-26 小时,

步骤 c:出锅,过滤得高汤,备用。

[0007] 本发明步骤 C 中制备油包括如下步骤:

步骤 a:取花生油、色拉油按 1:1 配比倒入锅内,

步骤 b:向锅内加入调料,

步骤 c:加热至油开后至少 5 分钟,

步骤 d:出锅沉淀后,过滤得油,备用。

[0008] 本发明步骤 D 中烹制高汤鱼包括如下步骤:

- 步骤 a :取步骤 C 中所制得的油置于锅中,并加热至油开,
- 步骤 b :将鱼放入油锅内,两面煎炸,
- 步骤 c :向锅内加入料酒、白醋、啤酒,烹出香味,
- 步骤 d :取清水与步骤 C 中所制高汤按重量比 1 :1 加入锅内,加热至烧开,
- 步骤 e :向锅内加入人参、板栗,再次加热,至汤呈乳白色,
- 步骤 f :向锅内加入调料,调味出锅。

[0009] 本发明与现有技术相比,能够有效地去除淡水鱼的土腥味或者海鱼的腥味,并且综合鸡、猪骨、鱼的营养,口味鲜美,能够满足营养不良、产后、术后以及老年人等人群的营养的摄入和补充的需要,具有能够有效的保持食物的营养价值,操作简便等优点。

[0010] 具体实施方式 :

本发明采用的技术措施是 :

一种高汤鱼的制作方法,其特征在于包括以下几个步骤 :

- 步骤 A :准备材料,
- 步骤 B :熬制高汤,
- 步骤 C :制备油,
- 步骤 D :制作高汤鱼。

[0011] 本发明步骤 A 中准备材料包括如下步骤 :

- 步骤 a :将鸡、猪骨头、鱼洗净,
- 步骤 b :将鸡、猪骨头切块,将鱼改为柳叶刀,置于器皿中备用。

[0012] 本发明步骤 B 中熬制高汤包括如下步骤 :

- 步骤 a :取鸡、猪骨头切块和清水按重量比 2-3 :4-6 :15-18 置于锅内,
- 步骤 b :加热,熬煮 22-26 小时,
- 步骤 c :出锅,过滤得高汤,备用。

[0013] 本发明步骤 C 中制备油包括如下步骤 :

- 步骤 a :取花生油、色拉油按 1 :1 配比倒入锅内,
- 步骤 b :向锅内加入调料,
- 步骤 c :加热至油开后至少 5 分钟,
- 步骤 d :出锅沉淀后,过滤得油,备用。

[0014] 本发明步骤 D 中烹制高汤鱼包括如下步骤 :

- 步骤 a :取步骤 C 中所制得的油置于锅中,并对其加热,
- 步骤 b :将鱼放入油锅内,两面煎炸,
- 步骤 c :向锅内加入料酒、白醋、啤酒,烹出香味,
- 步骤 d :取清水与步骤 C 中所制高汤按重量比 1 :1 加入锅内,加热至烧开,
- 步骤 e :向锅内加入人参、板栗,再次加热,至汤呈乳白色,
- 步骤 f :向锅内加入调料,调味出锅。

[0015] 本发明步骤 A 中所取用的鱼可以用淡水鱼,也可以是海鱼,淡水鱼一般品种为鲢鱼,鲢鱼,鲤鱼,鳙鱼,草鱼等,海鱼一般是鲈鱼,红头,嘉鱼,大头鱼,马面屯,石丁鱼,偏口鱼等。

[0016] 下面根据实施例对本发明作进一步描述 :

将所选用的鱼洗净并改为柳叶刀,备用,将已脱毛去内脏的老母鸡 2-3kg,剁成块备用,将新鲜的猪骨头 4-6kg 砍成小块连同老母鸡块加水 15kg 下锅,在锅内中火熬煮 22-26 小时,期间视水的多少斟酌加水,加水期间锅内的水应该不低 15kg 出锅时的汤应该不低于 10kg,这样汤就熬制成功,出锅过滤后备用,将优质花生油与优质色拉油按 1:1 比例放入锅中,加花椒,八角,葱段,香菜段,姜片,蒜片一同在锅中自油开锅后不低于 5 分钟,出锅沉淀待用,将制得的油放入锅中加热,并将鱼放入锅中大火两面煎一下,然后放入料酒,白醋啤酒,烹出香味,放入 50% 的高汤,50% 的清水,大火烧开,打去浮沫,放入人参一颗,板栗 6 到 8 个,改成小火炖 20 分钟,待汤乳白色,加入盐,味精,咖啡伴侣,调味出锅,在器皿中放入葱末香菜末枸杞子,上桌后食客可根据自己的咸淡口味自己添加醋,盐,辣椒,胡椒面,白糖等额外调味。

[0017] 本发明与现有技术相比,能够有效地去除淡水鱼的土腥味或者海鱼的腥味,并且综合鸡、猪骨、鱼的营养,口味鲜美,能够满足营养不良、产后、术后以及老年人等人群的营养的摄入和补充的需要,具有能够有效的保持食物的营养价值,操作简便等优点。

[0018]