



(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 103082175 A

(43) 申请公布日 2013.05.08

(21) 申请号 201110353094.7

(22) 申请日 2011.11.08

(71) 申请人 刘保兴

地址 515800 广东省汕头市澄海区澄华街道
城西中山南路物资综合楼北栋 703 号

(72) 发明人 刘保兴

(51) Int. Cl.

A23L 1/10 (2006.01)

A23L 1/29 (2006.01)

权利要求书1页 说明书2页

(54) 发明名称

一种咖喱鸡肉粽子的制作方法

(57) 摘要

本发明涉及一种咖喱鸡肉粽子的制作方法,包含以下步骤:1) 准备材料;2) 将粽叶以热水煮 8 分钟,糯米提前一夜浸泡,洗净后拌入盐和椰浆,再放上打结的香兰叶,蒸 20 分钟至熟;3) 将材料放入料理机中磨碎成膏,将鸡肉和土豆洗净后切成丁备用,炒锅内倒入适量油烧热,放入巴拉煎炒香,倒入咖喱膏翻炒均匀,再放入咖喱叶一起炒制 1 分钟,加入鸡肉和土豆丁翻炒,调入盐、椰浆和三花淡奶焖煮 10-15 分钟,即成馅;4) 洗净粽叶及粽绳,取 2 张粽叶,在三分之一处折成漏斗状,在漏斗中放馅,再盖米,接着将多余的粽叶折回盖住漏斗包裹好,用绳子在粽腰处扎紧打结,做好后放入锅中,加水煮熟透了便可,放凉后加以真空包装即可。

1. 本发明涉及一种咖喱鸡肉粽子的制作方法,其特征在于包含以下步骤:

1) 准备材料:糯米 1000 克、粽叶、粽绳、椰浆 1 升、盐 2 茶匙、香兰叶 8 条、香蕉叶 2 片(铺蒸器用)、鸡胸肉 500 克、土豆 500 克、椰浆 150 毫升、三花淡奶 1 罐、咖喱叶 3 支、盐 1/2 茶匙、干辣椒 20 条(洗净泡软后沥干水分)、洋葱头 1 粒(去皮洗净)、大蒜 8 瓣、香茅 4 根(取根部白色部分)、黄姜 15 克(洗净去皮)、楠姜 75 克(洗净去皮)、石角栗 25 克、巴拉煎 15 克;

2) 将粽叶以热水煮 8 分钟,洗净擦干水分备用,糯米提前一夜浸泡,将糯米洗净后拌入盐和椰浆,拌匀后倒入铺有香蕉叶的蒸器内,再放上打结的香兰叶,大火蒸半小时,然后打开锅盖翻动一下再蒸 20 分钟至熟,

3) 将干辣椒 20 条(洗净泡软后沥干水分)、洋葱头 1 粒(去皮洗净)、大蒜 8 瓣、香茅 4 根(取根部白色部分)、黄姜 15 克(洗净去皮)、楠姜 75 克(洗净去皮)、石角栗 25 克放入料理机中磨碎成膏,将鸡肉和去皮土豆洗净后全部切成丁备用,炒锅内倒入适量油烧热,然后放入巴拉煎炒香,倒入磨好的咖喱膏一起翻炒均匀,再放入咖喱叶一起炒制 1 分钟,加入切好的鸡肉和土豆丁一起翻炒,然后调入材料 B 中的盐、椰浆和三花淡奶一起焖煮 10-15 分钟,即成馅;

4) 洗净粽叶及粽绳,取 2 张粽叶,在三分之一处折成漏斗状,在漏斗中放馅,再盖米,接着将多余的粽叶折回盖住漏斗包裹好,用绳子在粽腰处扎紧打结,做好后放入锅中,加水,水要没过粽子大火煮熟透了便可,放凉后加以真空包装即可。

一种咖喱鸡肉粽子的制作方法

技术领域

[0001] 本发明涉及食品领域,特别是涉及一种咖喱鸡肉粽子的制作方法。

背景技术

[0002] 随着人们生活水平的不断提高,人们对于饮食的多样化、精品化、营养化的追求也不断提升。粽子是人们日常经常食用的食品,尤其在端午节前后更是家家户户包粽子。“粽子是主副食一起搭配制作的综合性食物,有特殊的营养价值。”以中医饮食的养生观点来看,粽子具有清热解暑、益气生津、养血安神的功效。由于我国地大物博,各地风俗各异,粽子也有许多种不同的做法。

发明内容

[0003] 本发明的目的是提供一种咖喱鸡肉粽子的制作方法。

[0004] 本发明涉及一种咖喱鸡肉粽子的制作方法,其特征在于包含以下步骤:

[0005] 1) 准备材料:糯米 1000 克、粽叶、粽绳、椰浆 1 升、盐 2 茶匙、香兰叶 8 条、香蕉叶 2 片(铺蒸器用)、鸡胸肉 500 克、土豆 500 克、椰浆 150 毫升、三花淡奶 1 罐、咖喱叶 3 支、盐 1/2 茶匙、干辣椒 20 条(洗净泡软后沥干水分)、洋葱头 1 粒(去皮洗净)、大蒜 8 瓣、香茅 4 根(取根部白色部分)、黄姜 15 克(洗净去皮)、楠姜 75 克(洗净去皮)、石角栗 25 克、巴拉煎 15 克;

[0006] 2) 将粽叶以热水煮 8 分钟,洗净擦干水分备用,糯米提前一夜浸泡,将糯米洗净后拌入盐和椰浆,拌匀后倒入铺有香蕉叶的蒸器内,再放上打结的香兰叶,大火蒸半小时,然后打开锅盖翻动一下再蒸 20 分钟至熟,

[0007] 3) 将干辣椒 20 条(洗净泡软后沥干水分)、洋葱头 1 粒(去皮洗净)、大蒜 8 瓣、香茅 4 根(取根部白色部分)、黄姜 15 克(洗净去皮)、楠姜 75 克(洗净去皮)、石角栗 25 克放入料理机中磨碎成膏,将鸡肉和去皮土豆洗净后全部切成丁备用,炒锅内倒入适量油烧热,然后放入巴拉煎炒香,倒入磨好的咖喱膏一起翻炒均匀,再放入咖喱叶一起炒制 1 分钟,加入切好的鸡肉和土豆丁一起翻炒,然后调入材料 B 中的盐、椰浆和三花淡奶一起焖煮 10-15 分钟,即成馅;

[0008] 4) 洗净粽叶及粽绳,取 2 张粽叶,在三分之一处折成漏斗状,在漏斗中放馅,再盖米,接着将多余的粽叶折回盖住漏斗包裹好,用绳子在粽腰处扎紧打结,做好后放入锅中,加水,水要没过粽子大火煮熟透了便可,放凉后加以真空包装即可。

[0009] 粽子的营养价值也很高,具体如下:糯米含有丰富的碳水化合物,是供给机体热量的主要来源。糯米含的蛋白质较少,并且十分缺乏赖氨酸、色氨酸,还含有高质量的不饱和脂肪酸、纤维素和维生素 E,但含量极少,缺乏维生素 C、维生素 D 和维生素 A,胡萝卜素的含量也很少,钙含量较高但不易被人体吸收。因此,糯米与其他食物搭配食用,营养才更全面。包裹粽子的叶子,除了芦苇叶外,还有荷叶、假黄梨叶及竹叶。其中含有丰富的叶绿素、维生素 A、C 等多种营养。作为食品包装,粽叶具备无污染和使用的“一次性”。因此,被当今营养

学家称之为“天然绿色食品”。用这些天然的叶子包裹食品,特别是米类,叶的清香和营养也会随之进入食品中。再加上和食品一起经过高温蒸煮后,这些营养和香味能更加充分地渗透到食物中,食用起来口感好,又清热消暑,还能比较综合、充分地吸收各种食品的营养成分。

具体实施方式

[0010] 以下结合具体的例子对本发明做进一步描述,但本发明并不限于此特定例子。实施例 1 本发明的生产方法,包含以下步骤:

[0011] 本发明涉及一种咖喱鸡肉粽子的制作方法,其特征在于包含以下步骤:

[0012] 1) 准备材料:糯米 1000 克、粽叶、粽绳、椰浆 1 升、盐 2 茶匙、香兰叶 8 条、香蕉叶 2 片(铺蒸器用)、鸡胸肉 500 克、土豆 500 克、椰浆 150 毫升、三花淡奶 1 罐、咖喱叶 3 支、盐 1/2 茶匙、干辣椒 20 条(洗净泡软后沥干水分)、洋葱头 1 粒(去皮洗净)、大蒜 8 瓣、香茅 4 根(取根部白色部分)、黄姜 15 克(洗净去皮)、楠姜 75 克(洗净去皮)、石角栗 25 克、巴拉煎 15 克;

[0013] 2) 将粽叶以热水煮 8 分钟,洗净擦干水分备用,糯米提前一夜浸泡,将糯米洗净后拌入盐和椰浆,拌匀后倒入铺有香蕉叶的蒸器内,再放上打结的香兰叶,大火蒸半小时,然后打开锅盖翻动一下再蒸 20 分钟至熟,

[0014] 3) 将干辣椒 20 条(洗净泡软后沥干水分)、洋葱头 1 粒(去皮洗净)、大蒜 8 瓣、香茅 4 根(取根部白色部分)、黄姜 15 克(洗净去皮)、楠姜 75 克(洗净去皮)、石角栗 25 克放入料理机中磨碎成膏,将鸡肉和去皮土豆洗净后全部切成丁备用,炒锅内倒入适量油烧热,然后放入巴拉煎炒香,倒入磨好的咖喱膏一起翻炒均匀,再放入咖喱叶一起炒制 1 分钟,加入切好的鸡肉和土豆丁一起翻炒,然后调入材料 B 中的盐、椰浆和三花淡奶一起焖煮 10-15 分钟,即成馅;

[0015] 4) 洗净粽叶及粽绳,取 2 张粽叶,在三分之一处折成漏斗状,在漏斗中放馅,再盖米,接着将多余的粽叶折回盖住漏斗包裹好,用绳子在粽腰处扎紧打结,做好后放入锅中,加水,水要没过粽子大火煮熟透了便可,放凉后加以真空包装即可。