



(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 103783404 A

(43) 申请公布日 2014. 05. 14

(21) 申请号 201410081966. 2

(22) 申请日 2014. 03. 07

(71) 申请人 陈斌

地址 233000 安徽省蚌埠市蚌山区陶山嘉园
20号1单元802室

(72) 发明人 陈斌

(51) Int. Cl.

A23L 1/164 (2006. 01)

A23L 1/212 (2006. 01)

A23L 1/29 (2006. 01)

权利要求书1页 说明书2页

(54) 发明名称

一种水果寿司

(57) 摘要

本发明公开一种水果寿司, 它是以白米、黑米、薏米、海苔皮、西瓜、火龙果、黄瓜、圣女果、鸭蛋、火腿、肉松、玉米、沙拉酱、番茄酱、辣酱制成。本发明的具有味道好、营养价值高、营养搭配均衡、成本廉价、食用安全、制作简单等优点。

1. 一种水果寿司,其特征在于是按照以下重量配比的原料制成:白米 100-200、黑米 40-80、薏米 30-60、海苔皮 10、西瓜 10-20、火龙果 15-30、黄瓜 10-20、圣女果 10-20、鸭蛋 5-15、火腿 5-15、肉松 5-10、玉米 5-10、沙拉酱 5-10、番茄酱 4-8、辣酱 2-5。

2. 根据权利要求 1 所述,其特征在在于所述的寿司其中各个原料的用量为:白米 160、黑米 50、薏米 40、海苔皮 10、西瓜 10、火龙果 15、黄瓜 10、圣女果 15、鸭蛋 8、火腿 10、肉松 8、玉米 5、沙拉酱 7、番茄酱 4、辣酱 3。

3. 根据权利要求 1 所述,其特征在在于所述寿司还可以添加核桃、香肠。

4. 根据权利要求 1 所述,其特征在在于所述的白米、黑米、薏米、海苔皮、西瓜、火龙果、黄瓜、圣女果为寿司的主料部分。

5. 根据权利要求 1 所述,其特征在在于所述的鸭蛋、火腿、肉松、玉米为寿司的辅料部分。

6. 根据权利要求 1 所述,其特征在在于所述的沙拉酱、番茄酱、辣酱为寿司的调料部分。

一种水果寿司

[0001] 技术领域：

本发明涉及食品领域，特别涉一种寿司。

[0002] 背景技术：

寿司，一千八百多年前(即后汉年代)，寿司已在中国流传，至公元 700 年寿司开始传入日本。当时是一些商旅，用醋腌制饭团，再加上海产或肉类，压成一小块，作为沿途的食粮，后来广泛地流传日本，当时的配料更用上各种刺身，并名为“江户散鮓”亦称“握鮓”，即是现今最受欢迎的寿司。

[0003] 随着生活水平的提高，口味单一、营养搭配不均衡的传统寿司已经满足不了人们的需求了。

[0004] 发明的内容：

本发明的目的就是为了解决现有寿司口味单一、营养搭配不均衡的缺陷而提供一种水果寿司。

[0005] 本发明采用的技术方案如下：

一种水果寿司，其特征在于是按照以下重量配比的原料制成：白米 100-200、黑米 40-80、薏米 30-60、海苔皮 10、西瓜 10-20、火龙果 15-30、黄瓜 10-20、圣女果 10-20、鸭蛋 5-15、火腿 5-15、肉松 5-10、玉米 5-10、沙拉酱 5-10、番茄酱 4-8、辣酱 2-5。

[0006] 在上述方案的基础上，可以有以下进一步技术方案：其特征在于所述的寿司其中各个原料的用量为：白米 160、黑米 50、薏米 40、海苔皮 10、西瓜 10、火龙果 15、黄瓜 10、圣女果 15、鸭蛋 8、火腿 10、肉松 8、玉米 5、沙拉酱 7、番茄酱 4、辣酱 3。

[0007] 所述寿司还可以添加核桃、香肠。

[0008] 所述的白米、黑米、薏米、海苔皮、西瓜、火龙果、黄瓜、圣女果为寿司的主料部分。

[0009] 所述的鸭蛋、火腿、肉松、玉米为寿司的辅料部分。

[0010] 所述的沙拉酱、番茄酱、辣酱为寿司的调料部分。

[0011] 本水果寿司物所含热量低、脂肪低、富有营养、营养搭配均衡、味道好、制作方便简单、适宜各类人群享用。

[0012] 具体实施方式：

一种水果寿司，其特征在于是按照以下重量配比的原料制成：白米 100-200 克、黑米 40-80 克、薏米 30-60 克、海苔皮 10 克、西瓜 10-20 克、火龙果 15-30 克、黄瓜 10-20 克、圣女果 10-20 克、鸭蛋 5-15 克、火腿 5-15 克、肉松 5-10 克、玉米 5-10 克、沙拉酱 5-10 克、番茄酱 4-8 克、辣酱 2-5 克。

[0013] 本水果寿司制作方法分为以下几个步骤：

1、取白米 160 克、黑米 50 克、薏米 40 克、海苔皮 10 克、西瓜 10 克、火龙果 15 克、黄瓜 10 克、圣女果 15 克、鸭蛋 8 克、火腿 10 克、肉松 8 克、玉米 5 克、沙拉酱 7 克、番茄酱 4 克、辣酱 3 克，备好；

2、将白米、黑米、薏米放入饭锅中蒸熟并加入白醋，把蒸熟的白米、黑米、薏米放入铺好的海苔皮的寿司帘上，然后，把蒸熟的白米、黑米、薏米用手压平，再放入沙拉酱、番茄酱、辣

酱并均匀涂抹；

3、再加入西瓜、火龙果、黄瓜、圣女果、鸭蛋、火腿、肉松、玉米，将寿司帘卷起，制成寿司；然后，用刀切成圆片状装入盒子中，水果寿司便制作完成了。