



(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 106213392 A

(43)申请公布日 2016.12.14

(21)申请号 201610591555.7

(22)申请日 2016.07.26

(71)申请人 邱泽文

地址 545026 广西壮族自治区柳州市城中
区牛车坪村马鹿山屯北区九队28号

(72)发明人 邱泽文

(74)专利代理机构 长沙正奇专利事务所有限责
任公司 43113

代理人 周晟

(51) Int. Cl.

A23L 23/00(2016.01)

A23L 33/105(2016.01)

A23L 33/10(2016.01)

权利要求书1页 说明书3页

(54)发明名称

芭蕉叶排骨汤的制备方法

(57)摘要

本发明涉及一种芭蕉叶排骨汤的制备方法，它由以下步骤制备得到：1)将芭蕉叶微火烘烤后折好放入锅内水煮，最后过滤掉叶渣留下叶汁；2)在布纱袋中装入宝盖草、八角、薏米、玄参、金银花、地骨皮；3)将排骨洗干净，切成3厘米的长块，沸水焯2分钟；4)将步骤3焯后的排骨放入锅内，加入步骤1)中制备的叶汁和步骤2)中装好材料的纱布袋，然后加入玉米、姜片、红枣、枸杞、盐、清水，用大火煮沸后调至小火，慢炖20-30分钟后加盛出即可食用。本方法制备出来的排骨汤在含有大量的胶原蛋白的同时还能够清热解毒，非常适合人们在夏季食用。

1. 一种芭蕉叶排骨汤的制备方法,其特征在于:它由以下步骤制备得到:

1)取800-1000g芭蕉叶洗干净,置于瓦片上小火烘烤5-10分钟,叶色变黄后取下晾凉,将晾凉后的芭蕉叶折好放入锅内,加入4000-5000g清水并用大火煮沸,沸腾持续10-20分钟后用小火慢煮3-4小时,取下晾凉后过滤掉叶渣留下叶汁;

2)在布纱袋中装入材料,各材料如下,宝盖草、八角、薏米、玄参、金银花、地骨皮;

3)取300-400g排骨洗干净,切成3厘米的长块,干净锅内加入600-800g清水、5-10g生姜片、5-10g料酒,大火将水煮沸后放入切好的排骨,焯2分钟后将排骨捞出;

4)将步骤3)捞出的排骨放入干净的高压锅内,加入步骤1)中制备出的叶汁和步骤2)中装好材料的纱布袋,然后加入玉米、姜片、红枣、枸杞、盐,最后加入清水并用大火煮沸,持续沸腾30-40分钟后调至小火,慢炖50-60分钟后盛出即可食用。

2. 根据权利要求1所述的芭蕉叶排骨汤的制备方法,其特征在于:在步骤1)中,首次滤出来的叶汁倒回干净的锅内用大火煮沸20-30分钟后用小火慢煮1-2小时,最后过滤取汁。

3. 根据权利要求1所述的蕉叶排骨汤的制备方法,其特征在于:在步骤2)中,布纱袋内的药材含量分别为宝盖草10-20g、八角10-20g、薏米20-30g、玄参15-20g、金银花15-20g、地骨皮10-20g。

4. 根据权利要求1所述的蕉叶排骨汤的制备方法,其特征在于:在步骤4)中,加入的玉米为2厘米的长段。

5. 根据权利要求1所述的蕉叶排骨汤的制备方法,其特征在于:在步骤4)中,加入以下材料的重量分别为:叶汁500-700g,布纱袋内材料总重量100g,玉米80-100g,姜片10-15g,红枣15-20g,枸杞5-10g,盐10-15g,清水500-700g。

芭蕉叶排骨汤的制备方法

技术领域

[0001] 本发明涉及食品领域,特别涉及一种芭蕉叶排骨汤的制备方法。

背景技术

[0002] 夏季天气炎热,夏季养生注重在清热解毒去火,很多人吃不下饭睡不好觉,这样一来,火气自然就上来了。一旦火气太大,人的免疫力随着降低,所以也就很容易生病。夏季多“吃苦”可以帮助清热解毒清火,因为大部分有苦味的食物都是具有清热降火的功效的。夏季暑邪多,容易伤津耗气,夏季养生首先要避暑,避免在阳光下长时间工作,可以选择在空调房、海边、森林等清凉之处避暑。其次注重调理,人体气血趋向体表,从而形成阳气在外,阴气内伏的生理状态,所以夏季食物应着眼于清热、消暑,健脾益胃,以清淡爽口、利水渗湿、富含营养、易于消化的食物为主。

[0003] 由此可见,为夏季准备一款能够清热解毒的主食料理是非常有必要的。

发明内容

[0004] 本发明的目的在于提供一种芭蕉叶排骨汤的制备方法,通过该方法制备出来的排骨汤在含有大量独特营养的同时,还能够清热解毒。

[0005] 本发明的技术解决方案如下:一种芭蕉叶排骨汤的制备方法,它由以下步骤制备得到:

1)取800-1000g芭蕉叶洗干净,置于瓦片上用小火烘烤5-10分钟,叶色变黄后取下晾凉,将晾凉后的芭蕉叶折好放入锅内,加入4000-5000g清水并用大火煮沸,沸腾持续10-20分钟后用小火慢煮3-4小时,取下晾凉后过滤掉叶渣留下叶汁;

2)在布纱袋中装入材料,各材料如下,宝盖草、八角、薏米、玄参、金银花、地骨皮;

3)取300-400g排骨洗干净,切成3厘米的长块,干净锅内加入600-800g清水、5-10g生姜片、5-10g料酒,用大火将水煮沸后放入切好的排骨,焯2分钟后将排骨捞出;

4)将步骤3)捞出的排骨放入干净的高压锅内,加入步骤1)中制备出的叶汁和步骤2)中装好材料的纱布袋,然后加入玉米、姜片、红枣、枸杞、盐,最后加入清水并用大火煮沸,持续沸腾30-40分钟后调至小火,慢炖50-60分钟后加盛出即可食用。

[0006] 作为优化,在步骤1)中,首次滤出来的叶汁倒回干净的锅内大火煮沸20-30分钟后用小火慢煮1-2小时,然后过滤取汁。

[0007] 作为优化,在步骤2)中,布纱袋内的药材的含量分别为宝盖草10-20g、八角10-20g、薏米20-30g、玄参15-20g、金银花15-20g、地骨皮10-20g。

[0008] 作为优化,在步骤4)中,加入的玉米为2厘米的长段。

[0009]

作为优化,在步骤4)中,加入以下材料的重量分别为:叶汁500-700g,布纱袋内材料总重量100g,玉米80-100g,姜片10-15g,红枣15-20g,枸杞5-10g,盐10-15g,清水500-700g。

[0010] 芭蕉叶:为芭蕉目、芭蕉科、芭蕉属植物,叶片入药,性寒味甘、淡,具有清热,利尿,

解毒之功效。

[0011] 宝盖草:又名珍珠莲、接骨草、莲台夏枯草等,属管状花目,味苦性温,具有祛风,通络,消肿,止痛之功效。

[0012] 薏米:又名薏苡仁、苡仁、六谷子,为禾本科植物,其性凉,味甘、淡,具有利水、健脾、除痹、清热排脓之功效。

[0013] 玄参:为咸寒之品,质润多液,具有滋阴降火、解毒、利咽之功效。

[0014] 金银花:又名忍冬,自古被誉为清热解毒的良药,它性甘寒气芳香,甘寒清热而不伤胃,芳香透达。

[0015] 地骨皮:又名枸杞皮,为茄科、枸杞属植物,具有凉血除蒸、清肺降火等功效。

[0016] 本发明的有益效果是:将烘烤过的芭蕉叶煮沸取汁,利用叶汁来炖排骨,炖出来的排骨汤在含有大量的胶原蛋白的同时还能够清热解毒,非常适合人们在夏季食用;另外本发明制备过程中还加入宝盖草、薏米、玄参、金银花、地骨皮,这些材料的加入使得制备的出来的汤清热解毒的效果更加显著。

具体实施方式

[0017] 下面结合具体实施例对本发明做进一步说明。

[0018] 实施例1

一种芭蕉叶排骨汤的制备方法,它由以下步骤制备得到:

1)取800g芭蕉叶洗干净,置于瓦片上用小火烘烤5分钟,叶色变黄后取下晾凉,将晾凉后的芭蕉叶折好放入锅内,加入4000g清水并用大火煮沸,沸腾持续10分钟后用小火慢煮3小时,取下晾凉后过滤掉叶渣留下叶汁;将滤出来的叶汁倒回干净的锅内用大火煮沸30分钟后用小火慢煮1小时,然后过滤取汁。

[0019] 2)在布纱袋中装入材料,各材料如下,宝盖草10g、八角10g、薏米20g、玄参20g、金银花20g、地骨皮20g。

[0020] 3)取400g排骨洗干净,切成3厘米的长块,干净锅内加入800g清水、10g生姜片、10g料酒,用大火煮沸后放入切好的排骨,焯2分钟后将排骨捞出。

[0021] 4)将步骤3)捞出的排骨放入干净的高压锅内,加入步骤1)中制备的叶汁700g和步骤2)中装好材料的纱布袋,然后加入2厘米长段的玉米100g、姜片15g、红枣20g、枸杞10g、盐15g,最后加入清水700g并用大火煮沸,持续沸腾50分钟后调至小火,慢炖30分钟后加盛出即可食用。

[0022] 实施例2

一种芭蕉叶排骨汤的制备方法,它由以下步骤制备得到:

1)取1000g芭蕉叶洗干净,置于瓦片上用小火烘烤10分钟,叶色变黄后取下晾凉,将晾凉后的芭蕉叶折好放入锅内,加入5000g清水并用大火煮沸,沸腾持续20分钟后用小火慢煮4小时,取下晾凉后过滤掉叶渣留下叶汁;将滤出来的叶汁倒回干净的锅内用大火煮沸30分钟后用小火慢煮1小时,然后过滤取汁。

[0023] 2)在布纱袋中装入材料,各材料如下,宝盖草20g、八角15g、薏米25g、玄参15g、金银花15g、地骨皮10g。

[0024] 3)取300g排骨洗干净,切成3厘米的长块,干净锅内加入600g清水、5g生姜片、5g

料酒,用大火煮沸后放入切好的排骨,焯2分钟后将排骨捞出。

[0025] 4)将步骤3)捞出的排骨放入干净的高压锅内,加入步骤1)中制备出的叶汁500g和步骤2)中装好材料的纱布袋,然后加入2厘米长段的玉米80g、姜片10g、红枣15g、枸杞5g、盐10g,最后加入清水500g并用大火煮沸,持续沸腾40分钟后调至小火,慢炖20分钟后加盛出即可食用。

[0026] 实施例3

一种芭蕉叶排骨汤的制备方法,它由以下步骤制备得到:

1)取900g芭蕉叶洗干净,置于瓦片上用小火烘烤8分钟,叶色变黄后取下晾凉,将晾凉后的芭蕉叶折好放入锅内,加入4500g清水并用大火煮沸,沸腾持续15分钟后用小火慢煮3.5小时,取下晾凉后过滤掉叶渣留下叶汁;将滤出来的叶汁倒回干净的锅内大火煮沸30分钟后用小火慢煮1小时,然后过滤取汁。

[0027] 2)在布纱袋中装入材料,各材料如下,宝盖草10、八角20、薏米30、玄参10g、金银花10g、地骨皮20g。

[0028] 3)取350g排骨洗干净,切成3厘米的长块,干净锅内加入700g清水、8g生姜片、8g料酒,用大火煮沸后放入切好的排骨,焯2分钟后将排骨捞出。

[0029] 4)将步骤3)捞出的排骨放入干净的高压锅内,加入步骤1)中制备出的叶汁600g和步骤2)中装好材料的纱布袋,然后加入2厘米长段的玉米90g、姜片13g、红枣17g、枸杞8g、盐13g,最后加入清水600g并用大火煮沸,持续沸腾45分钟后调至小火,慢炖25分钟后加盛出即可食用。