



(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 109549076 A

(43)申请公布日 2019.04.02

(21)申请号 201811313550.3

(22)申请日 2018.11.06

(71)申请人 怒江傈僳族自治州接待处

地址 673100 云南省怒江傈僳族自治州六
库镇新城区龙江路123号

(72)发明人 杨建梅

(74)专利代理机构 北京华仲龙腾专利代理事务
所(普通合伙) 11548

代理人 李静

(51) Int. Cl.

A23L 7/10(2016.01)

A23L 13/50(2016.01)

A23L 27/10(2016.01)

A23L 33/10(2016.01)

权利要求书1页 说明书3页

(54)发明名称

一种草果拌饭及其制备方法

(57)摘要

本发明公开了一种草果拌饭及其制备方法,包括以下重量份的原料:草果100-150份、鹅2500-3000份、大米480-530份、盐100-200份和植物油400-500份。本发明原料来源广泛,通过将草果与米饭、菜品配合,制作成拌饭,不仅可以满足人们对于能量、营养和口味的需求,还具有治疗消化不良的作用,具有良好的应用前景。

1. 一种草果拌饭,其特征在于,包括以下重量份的原料:草果100-150份、鹅2500-3000份、大米480-530份、盐100-200份和植物油400-500份。

2. 根据权利要求1所述的草果拌饭,其特征在于,所述鹅替换为高黎贡山猪。

3. 根据权利要求1所述的草果拌饭,其特征在于,所述植物油采用玉米油、大豆油、菜籽油或者葵花籽油中的至少一种。

4. 一种如权利要求1-3任一所述的草果拌饭的制备方法,其特征在于,具体步骤如下:

步骤一,将鹅洗净后用盐腌制,然后在室外晒架上晒晾,晒晾后切成肉片;

步骤二,将植物油加热至120-140摄氏度并且加入适量草果煸炒,煸炒出香味后加入步骤一的肉片爆炒,肉片呈金黄色并且伴随有香味时装盘,得到菜品;

步骤三,将大米煮熟得到米饭,将剩余的草果粉碎得到草果面,将草果面和步骤二中的菜品加入米饭中并且搅拌,即得到成品。

5. 根据权利要求4所述的草果拌饭的制备方法,其特征在于,所述步骤一中腌制的时间为5-7天,晒晾时间为3-4天。

6. 根据权利要求4或5所述的草果拌饭的制备方法,其特征在于,所述步骤一中肉片的长度为4-5cm。

7. 根据权利要求4所述的草果拌饭的制备方法,其特征在于,所述步骤二中煸炒的时间为1-2分钟,爆炒的时间为3-4分钟。

8. 根据权利要求4所述的草果拌饭的制备方法,其特征在于,所述步骤三在搅拌前加入调味酱。

9. 根据权利要求8所述的草果拌饭的制备方法,其特征在于,所述调味酱包括但不限于黄豆酱、草果油、辣椒油和腊板鹅油。

一种草果拌饭及其制备方法

技术领域

[0001] 本发明涉及一种食品,具体是一种草果拌饭。

背景技术

[0002] 民以食为天,吃饭是每个人每天都要进行的。人们根据自己的喜好,摄入不同的食物来满足自己的能量、营养和口味需求。

[0003] 食物是指能够满足机体正常生理和生化能量需求,并能延续正常寿命的物质,食物通常是由碳水化合物、脂肪、蛋白质、水构成,能够藉进食或是饮用为人类或者生物提供营养或愉悦的物质。食物的来源可以是植物、动物或者其他界的生物,例如真菌,亦或发酵产品像是酒精。人类借由采集、耕种、畜牧、狩猎、渔猎等许多种不同的方式获得食物。

[0004] 拌饭就是常见的一种食物,拌饭是将不同的菜加入米饭中并且辅以酱,人们在食用时需要将菜和酱与米饭一起搅拌,口味更加丰富。

[0005] 现有的拌饭仅仅具有满足人体的能量和营养需求的作用,不具有其他作用。

发明内容

[0006] 本发明的目的在于提供一种草果拌饭,以解决上述背景技术中提出的问题。

[0007] 为实现上述目的,本发明提供如下技术方案:

[0008] 一种草果拌饭,包括以下重量份的原料:草果100-150份、鹅2500-3000份、大米480-530份、盐100-200份和植物油400-500份。

[0009] 作为本发明进一步的方案:将鹅替换为高黎贡山猪。

[0010] 作为本发明进一步的方案:植物油采用玉米油、大豆油、菜籽油或者葵花籽油中的至少一种。

[0011] 所述草果拌饭的制备方法,具体步骤如下:

[0012] 步骤一,将鹅洗净后用盐腌制,然后在室外晒架上晾晒,晾晒后切成肉片;

[0013] 步骤二,将植物油加热至120-140摄氏度并且加入适量草果煸炒,煸炒出香味后加入步骤一的肉片爆炒,肉片呈金黄色并且伴随有香味时装盘,得到菜品;

[0014] 步骤三,将大米煮熟得到米饭,将剩余的草果粉碎得到草果面,将草果面和步骤二中的菜品加入米饭中并且搅拌,即得到成品。

[0015] 作为本发明进一步的方案:步骤一中腌制的时间为5-7天,晾晒时间为3-4天。

[0016] 作为本发明进一步的方案:步骤一中肉片的长度为4-5cm。

[0017] 作为本发明进一步的方案:步骤二中煸炒的时间为1-2分钟,爆炒的时间为3-4分钟。

[0018] 作为本发明进一步的方案:步骤三在搅拌前加入调味酱。

[0019] 作为本发明进一步的方案:调味酱包括但不限于黄豆酱、草果油、辣椒油和腊板鹅油。

[0020] 与现有技术相比,本发明的有益效果是:本发明原料来源广泛,通过将草果与米

饭、菜品配合,制作成拌饭,不仅可以满足人们对于能量、营养和口味的需求,还具有治疗消化不良的作用,具有良好的应用前景。

具体实施方式

[0021] 下面结合具体实施方式对本专利的技术方案作进一步详细地说明。

[0022] 实施例1

[0023] 一种草果拌饭,包括以下重量份的原料:草果100份、鹅2500份、大米480份、盐100份和植物油400份。植物油采用玉米油。

[0024] 所述草果拌饭的制备方法,具体步骤如下:

[0025] 步骤一,将鹅洗净后用盐腌制6天,然后在室外晒架上晒晾3天,晒晾后切成长度为4.2cm的肉片;

[0026] 步骤二,将玉米油加热至133摄氏度并且加入适量草果煸炒1分钟,煸炒出香味后加入步骤一的肉片爆炒,肉片呈金黄色并且伴随有香味时装盘,得到菜品;

[0027] 步骤三,将大米煮熟得到米饭,将剩余的草果粉碎得到草果面,将草果面、腊板鹅油和步骤二中的菜品加入米饭中并且搅拌,即得到成品。

[0028] 实施例2

[0029] 一种草果拌饭,包括以下重量份的原料:草果125份、高黎贡山猪2860份、大米5000份、盐160份和植物油450份。植物油采用玉米油、大豆油和葵花籽油的混合物。

[0030] 所述草果拌饭的制备方法,具体步骤如下:

[0031] 步骤一,将高黎贡山猪洗净后用盐腌制7天,然后在室外晒架上晒晾4天,晒晾后切成长度为5cm的肉片;

[0032] 步骤二,将植物油加热至125摄氏度并且加入适量草果煸炒2分钟,煸炒出香味后加入步骤一的肉片爆炒4分钟,肉片呈金黄色并且伴随有香味时装盘,得到菜品;

[0033] 步骤三,将大米煮熟得到米饭,将剩余的草果粉碎得到草果面,将草果面、草果油和步骤二中的菜品加入米饭中并且搅拌,即得到成品。

[0034] 实施例3

[0035] 一种草果拌饭,包括以下重量份的原料:草果150份、鹅3000份、大米530份、盐200份和植物油500份。植物油采用玉米油和葵花籽油的混合物。

[0036] 所述草果拌饭的制备方法,具体步骤如下:

[0037] 步骤一,将鹅洗净后用盐腌制6天,然后在室外晒架上晒晾3天,晒晾后切成长度为4.5cm的肉片;

[0038] 步骤二,将植物油加热至120-140摄氏度并且加入适量草果煸炒,煸炒出香味后加入步骤一的肉片爆炒,肉片呈金黄色并且伴随有香味时装盘,得到菜品;

[0039] 步骤三,将大米煮熟得到米饭,将剩余的草果粉碎得到草果面,将草果面、腊板鹅油和步骤二中的菜品加入米饭中并且搅拌,即得到成品。

[0040] 对比例

[0041] 采用江中健胃消食片作为对比例。

[0042] 选择400名患有消化不良症状的患者作为志愿者,随机平均分为4组,1-3组的患者每天食用实施例1-3的产品一次,4组的患者每天服用对比例的产品,观察并记录结果,治疗

标准：显效：消化不良症状完全消失，三个月内没有复发；有效：消化不良的症状基本消失；无效：消化不良的症状没有改善甚至更加严重，结果见表1。

[0043] 表1

[0044]

	显效数/名	有效数/名	无效数/名	显效率/%	总有效率/%
1组	32	47	21	32	79
2组	36	48	16	36	84
3组	31	51	18	31	82
4组	34	47	19	34	81

[0045] 从表1中可以看出，1-3组的显效率和总有效率与4组相差不多，表明本发明的产品在治疗消化不良上具有良好的效果。在实验期间，1-4组的患者均未出现不良反应。

[0046] 草果为姜科植物草果的干燥成熟果实，是药食两用中药材的大宗品种之一，草果作为调味香料，全株可提取芳香油，草果具有燥湿温中、除痰截疟、健脾开胃、利水消肿的功能。

[0047] 本发明中的鹅和高黎贡山猪也可以替换为其他具有特色的菜品。

[0048] 对于本领域技术人员而言，显然本发明不限于上述示范性实施例的细节，而且在不背离本发明的精神或基本特征的情况下，能够以其他的具体形式实现本发明。因此，无论从哪一点来看，均应将实施例看作是示范性的，而且是非限制性的，本发明的范围由所附权利要求而不是上述说明限定，因此旨在将落在权利要求的等同要件的含义和范围内的所有变化囊括在本发明内。

[0049] 此外，应当理解，虽然本说明书按照实施方式加以描述，但并非每个实施方式仅包含一个独立的技术方案，说明书的这种叙述方式仅仅是为清楚起见，本领域技术人员应当将说明书作为一个整体，各实施例中的技术方案也可以经适当组合，形成本领域技术人员可以理解的其他实施方式。