



(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 105995537 A

(43)申请公布日 2016.10.12

(21)申请号 201610385579.7

(22)申请日 2016.06.03

(71)申请人 麻江县生产力促进中心有限
公司

地址 557600 贵州省黔东南苗族侗族自治
州麻江县杏山镇东郊路科技局办公楼

(72)发明人 王佳英

(74)专利代理机构 贵阳春秋知识产权代理事务
所(普通合伙) 52109

代理人 李剑

(51)Int.Cl.

A23L 7/122(2016.01)

A23L 11/00(2016.01)

A23L 13/50(2016.01)

A23L 19/00(2016.01)

权利要求书1页 说明书2页

(54)发明名称

一种特色糍粑的制作方法

(57)摘要

本发明公开了一种特色糍粑的制作方法,包括如下操作步骤:备料:优质富硒糯米、清明菜、赤小豆、乌鸡肉丝、野葱、生姜、植物油、食盐适量;先将优质富硒糯米、赤小豆分别淘洗干净,放入清水浸泡8—12小时后取出滤干;赤小豆用高压锅煮至开裂;在铁锅内放上准备好的植物油烧热,放入生姜、乌鸡肉丝、野葱炒香,将上述赤小豆倒入锅内翻炒,并用锅铲剁碎,放入食盐起锅备用;将预先采摘好的清明菜洗净滤干水分后与优质富硒糯米一起用木甑蒸熟透,然后捣烂成清明菜粑;趁热分取清明菜粑包上预先准备的馅子,待冷却成型后真空包装即可。本糍粑,风味独特,开胃健脾,还可以作为降血压的绿色食品。

1. 一种特色糍粑的制作方法,其特征在于包括如下操作步骤:

1) 备料: 优质富硒糯米10千克、清明菜2-3千克、赤小豆1千克、冰糖0.1-0.2千克、山楂0.1-0.2千克、红枣0.2-0.4千克、芝麻0.1-0.2千克、蜂蜜0.2-0.3千克、植物油0.2-0.3千克;

2) 先将优质富硒糯米、赤小豆分别淘洗干净,放入清水浸泡8—12小时后取出滤干;

3) 赤小豆用高压锅煮至开裂,滤干水分后备用;

4) 在铁锅内放上准备好的植物油烧热,放入生姜、乌鸡肉丝、野葱炒香,将上述开裂赤小豆倒入锅内翻炒,并用锅铲剁碎,放入食盐起锅备用;

5) 将预先采摘好的清明菜洗净滤干水分后与优质富硒糯米一起用木甑蒸熟透,然后将其倒入粑槽内、用粑捶捣烂,做成清明菜粑;

6) 将上述捣烂清明菜粑,趁热分取包上预先准备的馅子,待冷却成型后真空包装即可。

一种特色糍粑的制作方法

技术领域

[0001] 本发明涉及一种特色食品的制作方法,具体是一种特色糍粑的制作方法。

背景技术

[0002] 中国作为传统的美食大国,中华菜肴博大精深,源远流长。许多外国人来中国旅游,尤其青睐中华美食。然而,中华美食任然在发扬光大,人们还在此领域不断探索开发。

[0003] 然而,贵州的一些少数民族地区,还有部分没有公开的祖传秘方的特色食品加工方法,制作的特色食品具有特别的口感和功效。

发明内容

[0004]

本发明旨在提供一种特色糍粑的制作方法,包括如下操作步骤:

1)备料:优质富硒糯米10千克、清明菜2-3千克、赤小豆1千克、乌鸡肉丝0.2-0.3千克、野葱0.2千克、生姜0.02-0.03千克、植物油0.2-0.3千克、食盐适量;

2)先将优质富硒糯米、赤小豆分别淘洗干净放入清水浸泡8—12小时后取出滤干水分;

3)赤小豆用高压锅煮至开裂,滤干水分后备用;

4)在铁锅内放上准备好的植物油烧热,放入生姜、乌鸡肉丝、野葱炒香,将上述开裂的赤小豆倒入锅内翻炒,并用锅铲剁碎,放入食盐起锅备用;

5)预先采摘好的清明菜洗净滤干水分后与优质富硒糯米一起用木甑蒸熟透,然后将其倒入粑槽内、用粑捶捣烂,做成清明菜粑;

6)将上述捣烂清明菜粑,趁热分取包上预先准备的馅子,待冷却成型后真空包装即可。

[0005] 采用上述方法制作的糍粑,风味独特,开胃健脾,回味绵长,可以作为早餐佳选。麻江的一些村寨有长期食用该糍粑的习惯,最近调查发现,这些村寨的中老年人患高血压的极低,也可以作为降血压的绿色食品。

具体实施方式

[0006] 实施例1

1)备料:优质富硒糯米10千克、清明菜3千克、赤小豆1千克、乌鸡肉丝0.3千克、野葱0.2千克、生姜0.03千克、植物油0.3千克、食盐适量;

2)先将优质富硒糯米、赤小豆分别淘洗干净放入清水浸泡12小时后取出滤干水分;

3)赤小豆分别用高压锅煮20分钟,赤小豆开裂,然后随高压锅冷却,降至室温后,滤干水分后备用;

4)在铁锅内放上准备好的植物油烧热,放入生姜、乌鸡肉丝、野葱炒香,将上述开裂的赤小豆倒入锅内翻炒,并用锅铲剁碎,放入适量食盐起锅备用;

5)预先采摘好的清明菜洗净滤干水分后与优质富硒糯米一起用木甑蒸熟透,一般蒸40分钟,然后将其倒入粑槽内,所述粑槽就是一种用石头加工的椭圆形凹槽,用粑捶捣烂,粑

捶就是木材加工成的丁字型捶,做成清明菜粩;

6)将上述捣烂清明菜的粩,趁热分取包上预先准备的馅子,每个重200-300克,摆放在大簸箕里面,待冷却成型后真空包装即可。

[0007] 实施例2

1)备料:优质富硒糯米10千克、清明菜2千克、赤小豆1千克、乌鸡肉丝0.2千克、野葱0.2千克、生姜0.03千克、植物油0.3千克、食盐适量;

2)先将优质富硒糯米、赤小豆分别淘洗干净放入清水浸泡12小时后取出滤干水分;

3)赤小豆分别用高压锅煮20分钟,赤小豆开裂,然后随高压锅冷却,降至室温后,滤干水分后备用;

4)在铁锅内放上准备好的植物油烧热,放入生姜、乌鸡肉丝、野葱炒香,将煮至开裂的赤小豆倒入锅内翻炒,并用锅铲剁碎,放入适量食盐起锅备用;

5)预先采摘好的清明菜洗净滤干水分后与优质富硒糯米一起用木甑蒸熟透,一般蒸40分钟,然后将其倒入粩槽内,所述粩槽就是一种用石头加工的椭圆形凹槽,用粩捶捣烂,粩捶就是木材加工成的丁字型捶,做成清明菜粩;

6)将上述捣烂清明菜的粩,趁热分取包上预先准备的馅子,每个重200-300克,摆放在大簸箕里面,待冷却成型后真空包装即可。