



(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 105851894 A

(43)申请公布日 2016.08.17

(21)申请号 201610275698.7

(22)申请日 2016.04.29

(71)申请人 绍兴文理学院

地址 312000 浙江省绍兴市环城西路508号
绍兴文理学院

(72)发明人 李伟波

(74)专利代理机构 绍兴市越兴专利事务所(普
通合伙) 33220

代理人 蒋卫东

(51)Int.Cl.

A23L 13/10(2016.01)

A23L 13/40(2016.01)

A23L 33/105(2016.01)

权利要求书1页 说明书5页

(54)发明名称

一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳及其制备方法

(57)摘要

本发明公开了一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,按重量份计,包括以下原料:狗肉400-600份、竹荪40-60份、洋甘菊20-30份、柠檬马鞭草20-30份;鸡枞菌6-10份、羊肝菌6-10份、当归6-10份、熟地黄6-10份、红糖4-8份、炙黄芪6-10份、淮山药5-15份、枸杞子5-15份、红枣5-15份;高粱根6-10份、泽兰6-10份、白芍5-15份、墨旱莲6-10份、番石榴叶6-10份、桑白皮6-10份、薄荷6-10份、莱菔子6-10份等。本发明运用中医中药辨证施治,通过补中益气,宽胸化痰、利湿利尿、和胃消脂的几种作用的综合结果,使得肥胖产后妇女用本药膳来降脂瘦身美白祛斑获得良好效果。

1. 一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,其特征在於:按重量份计,包括以下原料:狗肉400-600份、竹荪40-60份、洋甘菊20-30份、柠檬马鞭草20-30份;鸡枞菌6-10份、羊肝菌6-10份、当归6-10份、熟地黄6-10份、红糖4-8份、炙黄芪6-10份、淮山药5-15份、枸杞子5-15份、红枣5-15份;高粱根6-10份、泽兰6-10份、白芍5-15份、墨旱莲6-10份、番石榴叶6-10份、桑白皮6-10份、薄荷6-10份、莱菔子6-10份;山楂4-8份、莲子6-10份、芡实4-8份、紫苏籽4-8份、五味子4-8份、生姜5-15份、罗勒4-8份、肉桂4-8份、迷迭香5-15份。

2. 根据权利要求1所述的一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,其特征在於:按重量份计,包括以下原料:狗肉500份、竹荪50份、洋甘菊25份、柠檬马鞭草25份;鸡枞菌8份、羊肝菌8份、当归8份、熟地黄8份、红糖6份、炙黄芪8份、淮山药10份、枸杞子10份、红枣10份;高粱根8份、泽兰8份、白芍10份、墨旱莲8份、番石榴叶8份、桑白皮8份、薄荷8份、莱菔子8份;山楂6份、莲子8份、芡实6份、紫苏籽6份、五味子6份、生姜10份、罗勒6份、肉桂6份、迷迭香10份。

3. 根据权利要求1或2所述的一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,其特征在於:还包括以下配料及调味料:料酒、生抽、精盐、0.1%木瓜蛋白酶。

4. 根据权利要求3所述的一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,其特征在於:所述的配料及调味料按重量份计,包括4-8份料酒、5-15份生抽、精盐适量,0.1%木瓜蛋白酶0.4-0.8U/ μg 。

5. 根据权利要求4所述的一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,其特征在於:所述的配料及调味料按重量份计,包括6份料酒、10份生抽、精盐适量,0.1%木瓜蛋白酶0.6U/ μg 。

6. 根据权利要求3所述的一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳的制备方法,其特征在於:包括以下步骤:

(1)狗肉预处理:将重量份的狗肉洗净,用清水反复浸泡换水去除血色,加入0.1%木瓜蛋白酶,60℃水解6h,取出沥干后切成小块,加入料酒、盐、生抽腌制10-20min;

(2)药包制备:各取重量份的当归、熟地黄、炙黄芪、高粱根、泽兰、白芍、墨旱莲、番石榴叶、桑白皮、莱菔子冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包1;另取重量份的洋甘菊、柠檬马鞭草、红糖、紫苏籽、五味子、薄荷、山楂、罗勒、肉桂、迷迭香冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包2备用;

(3)材料预处理:取重量份的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌用冷水泡软后捞起挤去水,改刀成片备用;生姜切片;红枣去核洗净,枸杞子洗净备用,莲子、山药、芡实浸泡1h备用;

(4)炖煮:在锅中倒入足量的清水,把生姜和步骤(1)中的狗肉、步骤(2)的药包1均放入锅中,大火煮开后撇去浮沫,倒入料酒,接着放入莲子、淮山药、芡实,盖上锅盖,转小火慢炖1小时,接着放入切好的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌、药包2和适量盐继续小火炖25-35min即可。

一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳及其制备方法

[0001] 技术领域:

本发明涉及一种药膳,特别是涉及一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳及其制备方法。

[0002] 背景技术:

产后瘦身是指女性在生产后进行的减肥,主要方法包括饮食减肥、运动减肥、药物减肥、物理减肥等。传统中医认为,产后瘦身与痰、湿、气虚等有关,可通过祛痰、利湿、补气来达到产后瘦身的目的。目前药膳以产后瘦身茶多见,食疗亦以鱼类或素食为主,兽肉类的瘦身药膳未见相关文献及专利报道。且茶或素食类瘦身药膳产妇用后容易导致营养缺乏,存在一定缺陷。

[0003] 狗子又称矮鹿、野羊,属偶蹄目鹿科,为草食动物。狗肉质纯瘦,全身无肥膘,营养价值高,细嫩鲜美,号称“瘦肉之王”,总氨基酸含量比牛肉高4.7%,优质肉比牛肉高5%-8%、比羊肉高10%-20%,而胆固醇比牛肉低33.8%;古有“食狗肉成仙”的传说,狗茸、血、心、肝、肾、骨、肉等均有补身益寿功能,可健脾、生精、补髓、养血、益阳,能提高记忆力,促进生长发育和新陈代谢。

[0004] 本发明旨在制作一款营养全面且祛痰、利湿、补气、活血,适合产后女性食用的瘦身祛斑药膳。

[0005] 发明内容:

针对上述现有技术存在的缺陷,本发明的目的在于提供一种营养全面且祛痰、利湿、补气、活血的产后瘦身祛斑狗肉药膳。

[0006] 为了实现上述目的,本发明采用的技术方案为:

一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,按重量份计,包括以下原料:狗肉400-600份、竹荪40-60份、洋甘菊20-30份、柠檬马鞭草20-30份;鸡枞菌6-10份、羊肝菌6-10份、当归6-10份、熟地黄6-10份、红糖4-8份、炙黄芪6-10份、淮山药5-15份、枸杞子5-15份、红枣5-15份;高粱根6-10份、泽兰6-10份、白芍5-15份、墨旱莲6-10份、番石榴叶6-10份、桑白皮6-10份、薄荷6-10份、莱菔子6-10份;山楂4-8份、莲子6-10份、芡实4-8份、紫苏籽4-8份、五味子4-8份、生姜5-15份、罗勒4-8份、肉桂4-8份、迷迭香5-15份。

[0007] 优选地,所述的产后瘦身祛斑的狗肉药膳,按重量份计,包括以下原料:狗肉500份、竹荪50份、洋甘菊25份、柠檬马鞭草25份;鸡枞菌8份、羊肝菌8份、当归8份、熟地黄8份、红糖6份、炙黄芪8份、淮山药10份、枸杞子10份、红枣10份;高粱根8份、泽兰8份、白芍10份、墨旱莲8份、番石榴叶8份、桑白皮8份、薄荷8份、莱菔子8份;山楂6份、莲子8份、芡实6份、紫苏籽6份、五味子6份、生姜10份、罗勒6份、肉桂6份、迷迭香10份。

[0008] 本发明的进一步设置在于:所述的产后瘦身祛斑的狗肉药膳还包括以下配料及调味料:料酒、生抽、精盐、0.1%木瓜蛋白酶。

[0009] 所述的配料及调味料按重量份计,包括4-8份料酒、5-15份生抽、精盐适量,0.1%木瓜蛋白酶0.4-0.8U/ μ g。

[0010] 优选地,所述的配料及调味料按重量份计,包括6份料酒、10份生抽、精盐适量,0.1%木瓜蛋白酶0.6U/ μ g。

[0011] 本发明还提供了一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳的制备方法,其特征在于:包括以下步骤:

(1)狗肉预处理:将重量份的狗肉洗净,用清水反复浸泡换水去除血色,加入0.1%木瓜蛋白酶,60℃水解6h,取出沥干后切成小块,加入料酒、盐、生抽腌制10-20min;

(2)药包制备:各取重量份的当归、熟地黄、炙黄芪、高粱根、泽兰、白芍、墨旱莲、番石榴叶、桑白皮、莱菔子冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包1;另取重量份的洋甘菊、柠檬马鞭草、红糖、紫苏籽、五味子、薄荷、山楂、罗勒、肉桂、迷迭香冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包2备用;

(3)材料预处理:取重量份的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌用冷水泡软后捞起挤去水,改刀成片备用;生姜切片;红枣去核洗净,枸杞子洗净备用,莲子、山药、芡实浸泡1h备用;

(4)炖煮:在锅中倒入足量的清水,把生姜和步骤(1)中的狗肉、步骤(2)的药包1均放入锅中,大火煮开后撇去浮沫,倒入料酒,接着放入莲子、淮山药、芡实,盖上锅盖,转小火慢炖1小时,接着放入切好的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌、药包2和适量盐继续小火炖25-35min即可。

[0012] 下面对本发明的配方中所选用的主要原料的性能及作用机理进行简要分析:

1、君药:

狗肉:具有祛寒、增热量、生胃火等作用,所含骨髓具有治疮疖、愈创伤等功效。

[0013] 竹荪:性温味甘,具有活血、健脾、益胃、助消化之功效。

[0014] 洋甘菊:味微苦、甘香,明目、退肝火,治疗失眠,降低血压,可增强活力、提神。增强记忆力、降低胆固醇。

[0015] 柠檬马鞭草:原产南美,叶子多被用作草药茶,具有芳香性,能助消化、止痉挛。

[0016] 2、臣药:

鸡枞菌:性平味甘,具有益胃、清神、治痔等功效。

[0017] 羊肚菌:性平,味甘寒无毒。具有益肠消食、化痰理气、润胃健脾之功效。

[0018] 当归:味甘,辛,苦,性温。归肝、心、脾经。补血活血,调经止痛,润燥滑肠。

[0019] 熟地黄:味甘,性温。归肝;肾经。补血滋润;益精填髓。

[0020] 红糖:甘甜、温润、无毒。入肝、脾。润心肺,和中助脾,缓肝气,解酒毒,补血,破瘀。

[0021] 炙黄芪:甘,温。归肺、脾经。益气补中。

[0022] 淮山药:味甘,性平。归脾、肺、肾经。补脾养胃,生津益肺,补肾涩精,清热解毒。

[0023] 枸杞子:味甘,性平。归肝、肾、肺经。养肝,滋肾,润肺。

[0024] 红枣:味甘性温。归脾胃经,有补中益气、养血安神、缓和药性的功能。

[0025] 3、佐药:

高粱根:味甘,性平。平喘,利尿,止血。

[0026] 泽兰:性微温,味苦、辛。活血化瘀,行水消肿。

[0027] 白芍:性凉,味苦酸,微寒,具有补血柔肝、平肝止痛。敛阴收汗等功效。

[0028] 墨旱莲:甘、酸,寒。归经:归肾、肝经。功能主治:滋补肝肾,凉血止血。

[0029] 番石榴叶:味苦,涩,性平。燥湿健脾,清热解毒。

[0030] 桑白皮:味甘微苦。有降血糖,利尿,抗人体艾滋病病毒HIV,抗菌等作用。

[0031] 薄荷:辛,凉。入肺经、肝经。疏散风热,清利头目,利咽透疹,疏肝行气。

[0032] 莱菔子:性平,味辛、甘、无毒,归肺、胃经。具有消食导滞,降气化痰功效。

[0033] 4、使药：

生姜：味辛，性温。能开胃止呕，化痰止咳，发汗解表。

[0034] 山楂：性微温，味甘、酸。归脾、胃、肝经。有消食化积、活血散瘀功效。

[0035] 莲子：甘、温涩、无毒。入脾、肾、心经。清心醒脾，补脾止泻，养心安神明目、补中养神，健脾补胃，止泻固精，益肾涩精止带。

[0036] 芡实：性平味甘。归脾、胃经、肝经。能行气消食，健脾开胃。

[0037] 紫苏籽：味辛，性温。归肺经。降气消痰、止咳平喘、润肠。

[0038] 桑葚：味甘性寒。功能滋阴补血生津润肠。

[0039] 五味子：温、酸、甘。归肺、心、肾经。收敛固涩，益气生津，补肾宁心。

[0040] 罗勒：性温味辛。有疏风行气，化湿消食、活血、解毒之功效。

[0041] 肉桂：性大热，味辛、甘。散寒邪而利气，下行而补肾。

[0042] 迷迭香：辛，温，无毒。消除胃气胀、增强记忆力、提神醒脑。

[0043] 本发明按中医药“君臣佐使”原理科学配方，具有补中益气，宽胸化痰、利湿利尿、和胃消脂的功效。猪肉搭配竹荪、洋甘菊、柠檬马鞭草作为组方中的君药，主要起到补气及消脂、降糖作用，从解决肥胖的根本原因着手。与鸡枞菌、羊肚菌等菌菇类相配具有益气补脑、凉血解毒、降压、抗癌、减肥功效。羊肚菌所含的亚油酸和油酸分别有降低人体胆固醇浓度和降低低密度脂蛋白(LDL)，升高高密度脂蛋白(HDL)的功能。此外，还可以与佐药中的莱菔子、使药中的山楂产生协同作用，和胃助消化，消除脂垢。研究表明莱菔子水溶性生物碱对ApoE基因敲除小鼠血脂的影响，发现莱菔子水溶性生物碱能够提高高密度脂蛋白胆固醇(HDL-C)的含量。上述中药所含有的油酸类、生物碱等成分通过不同的机制，协同产生和胃消食作用。

[0044] 宽胸化痰可改善脏腑功能。中医有“肥人多痰”的观点，该痰是指肥胖之痰浊，亦即脂肪过多。臣药莱菔子醇提取物具有显著的祛痰作用，炒莱菔子水提取物具有一定的平喘作用。淮山药、枸杞等作用机理各有不同；此外使药中的生姜亦能增强其润肺化痰的作用，上述几味药叠加进而产生协同强化的结果。

[0045] 现代研究发现，臣药中的当归能扩张外周血管，降低血管阻力，增加循环血流量等。当归的水溶液抑制酪氨酸酶活性，从而抑制黑色素形成，对治疗黄褐斑、雀斑等色素性皮肤病收效良好。红糖含有胡萝卜素、核黄素、烟酸等成分，对皮肤细胞具有强效抗氧化及修护作用，令肌肤美白，且红糖中含有的“糖蜜”具有强力解毒功效，能将黑色素从真皮层中导出，产生美白祛斑作用。佐药中的白芍也可以治疗面色萎黄、面部色斑、无光泽。上述几种中药产生协同作用。

[0046] 利尿泻下则是是给以出路加强排泄的。通过用清热利湿法以强化排泄邪浊。使药中的芡实、紫苏籽均有利湿功效。

[0047] 使药由生姜、山楂、罗勒、迷迭香、莲子几味健脾和胃的中药构成，对上述药膳中君药、臣药和佐药的进行调和之后，药膳中含有的营养物质更利于产后妇女的吸收和利用。

[0048] 本发明的有益效果在于：

本发明在预处理猪肉时，加入了木瓜蛋白酶，利用酶促反应，使猪肉所含的大量蛋白质水解成小分子肽或氨基酸，有效转化蛋白质的利用，大大提高其营养价值，并有利于人体消化和吸收。

[0049] 本发明运用中医中药辨证施治,通过补中益气,宽胸化痰、利湿利尿、和胃消脂的几种作用的综合结果,使得肥胖产后妇女用本药膳来降脂瘦身美白祛斑获得良好效果。

[0050] 具体实施方式:

实施例1:

本实施例的一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,按重量份计,包括以下原料:

狗肉400份、竹荪40份、洋甘菊20份、柠檬马鞭草20份;鸡枞菌6份、羊肝菌6份、当归6份、熟地黄6份、红糖4份、炙黄芪6份、淮山药5份、枸杞子5份、红枣5份;高粱根6份、泽兰6份、白芍5份、墨旱莲6份、番石榴叶6份、桑白皮6份、薄荷6份、莱菔子6份;山楂4份、莲子6份、芡实4份、紫苏籽4份、五味子4份、生姜5份、罗勒4份、肉桂4份、迷迭香5份。

[0051] 调味料及其他配料:4份料酒、5份生抽、精盐适量,0.1%木瓜蛋白酶0.4U/ μ g。

[0052] 上述产后瘦身祛斑的狗肉药膳的制备方法,包括以下步骤:

(1)狗肉预处理:将重量份的狗肉洗净,用清水反复浸泡换水去除血色,加入0.1%木瓜蛋白酶0.4U/ μ g,60℃水解6h,取出沥干后切成小块,加入料酒、盐、生抽腌制10min;

(2)药包制备:各取重量份的当归、熟地黄、炙黄芪、高粱根、泽兰、白芍、墨旱莲、番石榴叶、桑白皮、莱菔子冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包1;另取重量份的洋甘菊、柠檬马鞭草、红糖、紫苏籽、五味子、薄荷、山楂、罗勒、肉桂、迷迭香冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包2备用;

(3)材料预处理:取重量份的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌用冷水泡软后捞起挤去水,改刀成片备用;生姜切片;红枣去核洗净,枸杞子洗净备用,莲子、淮山药、芡实浸泡1h备用;

(4)炖煮:在锅中倒入足量的清水,把生姜和步骤(1)中的狗肉、步骤(2)的药包1均放入锅中,大火煮开后撇去浮沫,倒入料酒,接着放入莲子、山药、芡实,盖上锅盖,转小火慢炖1小时,接着放入切好的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌、药包2和适量盐继续小火炖25min即可。

[0053] 实施例2:

本实施例的一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,按重量份计,包括以下原料:

狗肉500份、竹荪50份、洋甘菊25份、柠檬马鞭草25份;鸡枞菌8份、羊肝菌8份、当归8份、熟地黄8份、红糖6份、炙黄芪8份、淮山药10份、枸杞子10份、红枣10份;高粱根8份、泽兰8份、白芍10份、墨旱莲8份、番石榴叶8份、桑白皮8份、薄荷8份、莱菔子8份;山楂6份、莲子8份、芡实6份、紫苏籽6份、五味子6份、生姜10份、罗勒6份、肉桂6份、迷迭香10份。

[0054] 调味料及其他配料:6份料酒、10份生抽、精盐适量,0.1%木瓜蛋白酶0.6U/ μ g。

[0055] 上述产后瘦身祛斑的狗肉药膳的制备方法,包括以下步骤:

(1)狗肉预处理:将重量份的狗肉洗净,用清水反复浸泡换水去除血色,加入0.1%木瓜蛋白酶0.6U/ μ g,60℃水解6h,取出沥干后切成小块,加入料酒、盐、生抽腌制15min;

(2)药包制备:各取重量份的当归、熟地黄、炙黄芪、高粱根、泽兰、白芍、墨旱莲、番石榴叶、桑白皮、莱菔子冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包1;另取重量份的洋甘菊、柠檬马鞭草、红糖、紫苏籽、五味子、薄荷、山楂、罗勒、肉桂、迷迭香冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包2备用;

(3)材料预处理:取重量份的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌用冷水泡软后捞起挤去水,改刀成片备用;生姜切片;红枣去核洗净,枸杞子洗净备用,莲子、淮山药、芡实浸泡1h备用;

(4)炖煮:在锅中倒入足量的清水,把生姜和步骤(1)中的狗肉、步骤(2)的药包1均放

入锅中,大火煮开后撇去浮沫,倒入料酒,接着放入莲子、山药、芡实,盖上锅盖,转小火慢炖1小时,接着放入切好的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌、药包2和适量盐继续小火炖30min即可。

[0056] 实施例3:

本实施例的一种产后瘦身祛斑的狗肉药膳,按重量份计,包括以下原料:

狗肉600份、竹荪60份、洋甘菊30份、柠檬马鞭草30份;鸡枞菌10份、羊肝菌10份、当归10份、熟地黄10份、红糖8份、炙黄芪10份、淮山药15份、枸杞子15份、红枣15份;高粱根10份、泽兰10份、白芍15份、墨旱莲10份、番石榴叶10份、桑白皮10份、薄荷10份、莱菔子10份;山楂8份、莲子10份、芡实8份、紫苏籽8份、五味子8份、生姜15份、罗勒8份、肉桂8份、迷迭香15份。

[0057] 调味料及其他配料:8份料酒、15份生抽、精盐适量,0.1%木瓜蛋白酶0.8U/ μ g。

[0058] 上述产后瘦身祛斑的狗肉药膳的制备方法,包括以下步骤:

(1)狗肉预处理:将重量份的狗肉洗净,用清水反复浸泡换水去除血色,加入0.1%木瓜蛋白酶0.8U/ μ g,60 $^{\circ}$ C水解6h,取出沥干后切成小块,加入料酒、盐、生抽腌制20min;

(2)药包制备:各取重量份的当归、熟地黄、炙黄芪、高粱根、泽兰、白芍、墨旱莲、番石榴叶、桑白皮、莱菔子冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包1;另取重量份的洋甘菊、柠檬马鞭草、红糖、紫苏籽、五味子、薄荷、山楂、罗勒、肉桂、迷迭香冷水浸泡10min后用纱布包装好制得药包2备用;

(3)材料预处理:取重量份的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌用冷水泡软后捞起挤去水,改刀成片备用;生姜切片;红枣去核洗净,枸杞子洗净备用,莲子、山药、芡实浸泡1h备用;

(4)炖煮:在锅中倒入足量的清水,把生姜和步骤(1)中的狗肉、步骤(2)的药包1均放入锅中,大火煮开后撇去浮沫,倒入料酒,接着放入莲子、淮山药、芡实,盖上锅盖,转小火慢炖1小时,接着放入切好的竹荪、鸡枞菌、羊肝菌、药包2和适量盐继续小火炖35min即可。

[0059] 在本发明中精盐的放入量可以根据个人的口味进行增减,没有特殊限制。

[0060] 本发明的配方中选用的均为安全无毒副作用“药食两用”天然中药材,食用安全,补中益气,宽胸化痰、利湿利尿、和胃消脂、活血美容,效果明显,尤其适合产后肥胖妇女食用,能有效地降血脂、美白祛斑。经过20名21-41岁产后肥胖妇女的直接食用(每周食用2-3次,食用三个月后),普遍反映体重明显减轻、血脂水平降低、腰围减小、色斑变淡,具体如下表所示。

[0061] 表1食用狗肉后产后肥胖妇女情况统计表

年龄段	使用人数	体重减轻	血脂降低	腰围减小	色斑变淡
21-30	10	7	5	6	5
31-40	10	7	6	8	5
合计	20	14	11	14	10

本发明在所述狗肉中添加膳食调味料,不降低本发明药膳的药用效果,而且使得狗肉的味道更加鲜美,口感更好,气味更芳香。

[0062] 添加了鸡枞菌、羊肚菌、莲子、枸杞子、红枣几种原料后,降血脂、美白祛斑效果明显增加。