

[19] 中华人民共和国国家知识产权局



[12] 发明专利申请公布说明书

[21] 申请号 200810114702.7

[51] Int. Cl.

A23L 1/168 (2006.01)

A23L 1/29 (2006.01)

A23F 3/14 (2006.01)

A61K 36/8969 (2006.01)

A61P 3/10 (2006.01)

[43] 公开日 2009年12月16日

[11] 公开号 CN 101601451A

[22] 申请日 2008.6.11

[21] 申请号 200810114702.7

[71] 申请人 刘泳宏

地址 100080 北京市海淀区中关村南一条3
号中科院研究生院电子所

[72] 发明人 刘泳宏

权利要求书3页 说明书6页

[54] 发明名称

一种天然五色降糖药膳粥及制作方法

[57] 摘要

本发明提供了一种天然五色降糖药膳粥及制作方法，属于保健食品加工技术领域。本发明将西洋参、党参、黄精、黄芪、绞股蓝、甘草、白术、白芍、首乌、地黄、山楂、山药、山茱萸、三七、酸枣仁、沙棘、枸杞子、五味子、决明子、灵芝、乌梅、茯苓、葛根、玉竹、百合、麦冬、泽泻、金银花、菊花、苦瓜、苦丁、翻白草、银杏叶、桑叶、荷叶、绿茶36味中草药制成天然降糖茶；再将大米、小米、紫米、玉米渣、高粱米、燕麦、薏苡仁、芡实、白扁豆、红小豆、豌豆、黄豆、黑豆、螺旋藻粉、木糖醇、天然降糖茶与适量水，按常规熬制成天然五色降糖药膳粥。食疗特点：清热排毒、呵护脏腑、益气生血、平衡酸碱、消渴降糖、提升免疫。具有食疗与保健双重功效。

1、一种天然五色降糖药膳粥,特征在于其配方按重量份计分别为:

(1) 天然降糖茶配方及制备方法: 西洋参 1-6%, 党参 2-8%, 黄精 2-8%, 黄芪 3-12%, 绞股蓝 2-8%, 甘草 2-8%, 白术 2-8%, 白芍 2-8%, 首乌 3-12%, 地黄 2-8%, 山楂 5-16%, 山药 2-8%, 山茱萸 2-8%, 三七 1-6%, 酸枣仁 1-6%, 沙棘 1-6%, 枸杞子 3-10%, 五味子 2-8%, 决明子 2-8%, 灵芝 1-6%, 乌梅 1-6%, 茯苓 1-6%, 葛根 2-8%, 玉竹 2-8%, 百合 2-8%, 麦冬 2-8%, 泽泻 1-6%, 金银花 1-6%, 菊花 1-6%, 苦瓜 1-6%, 苦丁 1-6%, 翻白草 3-10%, 银杏叶 2-8%, 桑叶 2-8%, 荷叶 2-8%, 绿茶 3-12%; 将上述 36 味天然降糖中草药分别切片、晾干、搅拌均匀、粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌, 制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶; 用不锈钢锅将水煮沸, 按每袋茶加水 1-4 升比例添加天然降糖茶袋泡茶, 再用文火煎煮 25-35 分钟, 即制成天然降糖茶;

(2) 天然五色降糖药膳粥配方: 大米 62-88%, 小米 5-11%, 紫米 2-8%, 玉米渣 2-8%, 高粱米 2-8%, 白扁豆 2-8%, 红小豆 2-8%, 豌豆 2-8%, 黄豆 2-8%, 黑豆 2-8%, 燕麦 2-8%, 薏苡仁 1-6%, 芡实 1-6%, 螺旋藻粉 0.3-2%, 木糖醇 0.7-3%, 天然降糖茶 280-480%, 水适量。

2、根据权利要求 1 所述的一种天然五色降糖药膳粥,特征在于其配方按重量份计分别为:

(1) 天然降糖茶配方及制备方法: 西洋参 1%, 党参 3%, 黄精 3%, 黄芪 8%, 绞股蓝 3%, 甘草 3%, 白术 3%, 白芍 3%, 首乌 5%, 地黄 3%, 山楂 8%, 山药 3%, 山茱萸 2%, 三七 2%, 酸枣仁 1%, 沙棘 1%, 枸杞子 6%, 五味子 3%, 决明子 3%, 灵芝 1%, 乌梅 1%, 茯苓 1%, 葛根 2%, 玉竹 2%, 百合 2%, 麦冬 2%, 泽泻 1%, 金银花 2%, 菊花 2%, 苦瓜 1%, 苦丁 1%, 翻白草 6%, 银杏叶 3%, 桑叶 3%, 荷叶 3%, 绿茶 3%; 将上述 36 味天然降糖中草药分别切片、晾干、搅拌均匀、粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌, 制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶; 用不锈钢锅将水煮沸, 按每袋茶加水 1-4 升比例添加天然降糖茶袋泡茶, 再用文火煎煮 25-35 分钟, 即制成天然降糖茶;

(2) 天然五色降糖药膳粥配方: 大米 65%, 小米 8%, 紫米 3%, 玉米渣 3%, 高粱米 3%, 白扁豆 2%, 红小豆 2%, 豌豆 2%, 黄豆 2%, 黑豆 2%, 燕麦 2%, 薏苡仁 1%, 芡实 1%, 螺旋藻粉 0.5%, 木糖醇 1.5%, 天然降糖茶 300%, 水适量。

3、根据权利要求 1 或 2 所述的一种天然五色降糖药膳粥,特征在

于其配方按重量份计分别为：

(1) 天然降糖茶配方及制备方法：西洋参 2%，党参 3%，黄精 4%，黄芪 9%，绞股蓝 3%，甘草 3%，白术 2%，白芍 2%，首乌 3%，地黄 3%，山楂 6%，山药 6%，山茱萸 2%，三七 2%，酸枣仁 1%，沙棘 1%，枸杞子 6%，五味子 3%，决明子 3%，灵芝 1%，乌梅 1%，茯苓 1%，葛根 3%，玉竹 3%，百合 3%，麦冬 2%，泽泻 1%，金银花 2%，菊花 2%，苦瓜 1%，苦丁 1%，翻白草 3%，银杏叶 3%，桑叶 3%，荷叶 3%，绿茶 3%；将上述 36 味天然降糖中草药分别切片、晾干、搅拌均匀、粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌，制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶；用不锈钢锅将水煮沸，按每袋茶加水 1-4 升比例添加天然降糖茶袋泡茶，再用文火煎煮 28 分钟，即制成天然降糖茶；

(2) 天然五色降糖药膳粥配方：大米 63%，小米 10%，紫米 2%，玉米渣 2%，高粱米 2%，白扁豆 2%，红小豆 2%，豌豆 2%，黄豆 2%，黑豆 2%，燕麦 2%，薏苡仁 2%，芡实 2%，螺旋藻粉 1%，木糖醇 2%，天然降糖茶 360%，水适量。

4、根据权利要求 1 或 2 或 3 所述的一种天然五色降糖药膳粥，特征在于其配方按重量份计分别为：

(1) 天然降糖茶配方及制备方法：西洋参 3%，党参 3%，黄精 3%，黄芪 10%，绞股蓝 3%，甘草 3%，白术 2%，白芍 2%，首乌 3%，地黄 3%，山楂 6%，山药 8%，山茱萸 3%，三七 2%，酸枣仁 1%，沙棘 2%，枸杞子 8%，五味子 2%，决明子 2%，灵芝 1%，乌梅 1%，茯苓 1%，葛根 3%，玉竹 2%，百合 2%，麦冬 2%，泽泻 1%，金银花 1%，菊花 2%，苦瓜 1%，苦丁 1%，翻白草 3%，银杏叶 2%，桑叶 3%，荷叶 3%，绿茶 2%；将上述 36 味天然降糖中草药分别切片、晾干、搅拌均匀、粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌，制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶；用不锈钢锅将水煮沸，按每袋茶加水 1-4 升比例添加天然降糖茶袋泡茶，再用文火煎煮 30 分钟，即制成天然降糖茶；

(2) 天然五色降糖药膳粥配方：大米 66%，小米 6%，紫米 2%，玉米渣 2%，高粱米 2%，白扁豆 2%，红小豆 2%，豌豆 2%，黄豆 2%，黑豆 2%，燕麦 2%，薏苡仁 2%，芡实 2%，螺旋藻粉 1.4%，木糖醇 2.6%，天然降糖茶 390%，水适量。

5、根据权利要求 1 或 2 或 3 或 4 所述的一种天然五色降糖药膳粥及制作方法，特征在于其制备方法包括如下步骤：

(1) 将权利要求 1 或 2 或 3 或 4 所述的西洋参、党参、黄精、黄芪、绞股蓝、甘草、白术、白芍、首乌、地黄、山楂、山药、山茱萸、三七、酸枣仁、沙棘、枸杞子、五味子、决明子、灵芝、乌梅、茯苓、葛根、玉竹、百合、麦冬、泽泻、

金银花、菊花、苦瓜、苦丁、翻白草、银杏叶、桑叶、荷叶、绿茶 36 味天然降糖中草药分别择洗干净、切片、晾干，按常规分别制成中药饮片备用；

(2) 将上述 36 味中药饮片置于同一容器混合搅拌均匀，然后粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌，制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶备用；

(3) 用不锈钢锅将水煮沸，按每袋茶加水 1-4 升之比例添加天然降糖茶袋泡茶，改用文火煎煮 25-35 分钟，即制成天然降糖茶备用；

(4) 将如上所述的白扁豆、红小豆、豌豆、黄豆、黑豆分别洗净，然后分别放置 5 个容器中用天然降糖茶浸泡 3-6 小时备用；

(5) 将如上所述的大米、小米、紫米、玉米渣、高粱米、燕麦、薏苡仁、芡实分别洗净，然后分别放置 8 个容器中用天然降糖茶浸泡 2-4 小时备用；

(6) 将如上所述的螺旋藻粉添加适量天然降糖茶浸泡、搅匀片刻备用；

(7) 将如上所述的木糖醇添加适量天然降糖茶化开、搅匀片刻备用；

(8) 将上述用天然降糖茶浸泡的白扁豆、红小豆、豌豆、黄豆、黑豆、天然降糖茶及适量水同时放入不锈钢锅煮沸，改用文火煮 10-15 分钟；然后添加上述浸泡的大米、小米、紫米、玉米渣、高粱米、燕麦、薏苡仁、芡实、天然降糖茶及适量水煮沸，改用文火煎熬 35-50 分钟，之后添加螺旋藻茶水及木糖醇茶水煮沸，再用文火煎熬 2-3 分钟即停火，最后按常规装罐、灭菌、包装，即制成天然五色降糖药膳粥。

一种天然五色降糖药膳粥及制作方法

本发明涉及保健食品加工技术领域，尤其是一种天然五色降糖药膳粥及制作方法。

糖尿病，是由于内分泌失调所诱发的一种全身性、慢性疑难疾病。据卫生部统计，我国现有糖尿病患者 2300 多万，血糖偏高的危险人群 6000 多万。目前，我们治疗糖尿病仍然依靠药物，只偏重——降糖！降糖！！再降糖!!! 而对糖尿病患者亟需提高五脏六腑生理功能、补气生血、均衡营养、平衡酸碱、调节内分泌、排除体内毒素、提升机体免疫力与抗病力等最重要的环节，却重视不够，由于没有治本，致使糖尿病发病率逐年上升。人类要想战胜糖尿病，须注意以下五点：

(1) 糖尿病患者已严重缺乏多种营养素，多数人至少缺乏 10 种以上营养素；准确地说，其机体所需要的——重要营养素已经告急、濒临枯竭的边缘。因此，“均衡营养”，是防治糖尿病最重要的物质基础。

(2) 糖尿病患者脏腑功能急剧下降，尤其肝肾功能低下——亟待恢复。因此，“呵护脏腑、滋补肝肾”，是防治糖尿病的中心环节。

(3) 糖尿病患者都已气血两虚，由于气血失调，内分泌紊乱，诱发血糖升高等多种综合病症；可以说——亟需调节气血。因此，“补气生血”，是防治糖尿病的关键措施。

(4) 糖尿病患者都为酸性体质，由于体内酸碱失衡，导致内分泌失衡，血糖居高不下；可以说——亟需补充碱性食物。因此，“平衡酸碱”，是防治糖尿病的重要保证。

(5) 糖尿病患者都免疫力低下，亟需提高自身的——抗病能力。可以说，提升自身免疫力是防治糖尿病的根本途径。

俗话说：“打铁还得自身硬”。任何人都不可能长期依赖药物生存。因此，防治糖尿病必须——靠自己，依靠科学饮食来食疗。

本发明将传统的中医理论与现代营养学、保健科学融为一体，把大自然赐予人类最好的 50 余种呵护脏腑、益气生血、消渴降糖、提升免疫的中草药与最有营养的食物巧妙搭配，制成人们三餐饮食离不开的天然五色降糖药膳粥。食疗特点：清热排毒、呵护脏腑、益气生血、平衡酸碱、消渴降糖、提升免疫。自 2006 年问世以来，食用者几十万人，深受消费者的青睐与追捧。

本发明的目的是通过如下措施来实现的：

如上所述一种天然五色降糖药膳粥的配方为：

(1) 天然降糖茶配方及制备方法：西洋参 1-6%，党参 2-8%，黄精 2-8%，黄芪 3-12%，绞股蓝 2-8%，甘草 2-8%，白术 2-8%，白芍 2-8%，首乌 3-12%，地黄 2-8%，山楂 5-16%，山药 2-8%，山茱萸 2-8%，三七 1-6%，酸枣仁 1-6%，沙棘 1-6%，枸杞子 3-10%，五味子 2-8%，决明子 2-8%，灵芝 1-6%，乌梅 1-6%，茯苓 1-6%，葛根 2-8%，玉竹 2-8%，百合 2-8%，麦冬 2-8%，泽泻 1-6%，金银花 1-6%，菊花 1-6%，苦瓜 1-6%，苦丁 1-6%，翻白草 3-10%，银杏叶 2-8%，桑叶 2-8%，荷叶 2-8%，绿茶 3-12%；将上述 36 味天然降糖中草药分别切片、晾干、搅拌均匀、粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌，制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶；用不锈钢锅将水煮沸，按每袋茶加水 1-4 升比例添加天然降糖茶袋泡茶，再用文火煎煮 25-35 分钟，即制成天然降糖茶；

(2) 天然五色降糖药膳粥配方：大米 62-88%，小米 5-11%，紫米 2-8%，玉米渣 2-8%，高粱米 2-8%，白扁豆 2-8%，红小豆 2-8%，豌豆 2-8%，黄豆 2-8%，黑豆 2-8%，燕麦 2-8%，薏苡仁 1-6%，芡实 1-6%，螺旋藻粉 0.3-2%，木糖醇 0.7-3%，天然降糖茶 280-480%，水适量。

为进一步实现本发明的目的，本发明是通过如下方法进行实施的，该制作方法步骤如下：

(1) 将如上所述的西洋参、党参、黄精、黄芪、绞股蓝、甘草、白术、白芍、首乌、地黄、山楂、山药、山茱萸、三七、酸枣仁、沙棘、枸杞子、五味子、决明子、灵芝、乌梅、茯苓、葛根、玉竹、百合、麦冬、泽泻、金银花、菊花、苦瓜、苦丁、翻白草、银杏叶、桑叶、荷叶、绿茶 36 味天然降糖中草药分别择洗干净、切片、晾干，按常规分别制成中药饮片备用；

(2) 将上述 36 味中药饮片置于同一容器混合搅拌均匀，然后粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌，制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶备用；

(3) 用不锈钢锅将水煮沸，按每袋茶加水 1-4 升之比例添加天然降糖茶袋泡茶，改用文火煎煮 25-35 分钟，即制成天然降糖茶备用；

(4) 将如上所述的白扁豆、红小豆、豌豆、黄豆、黑豆分别洗净，然后分别放置 5 个容器中用天然降糖茶浸泡 3-6 小时备用；

(5) 将如上所述的大米、小米、紫米、玉米渣、高粱米、燕麦、薏苡仁、芡实分别洗净，然后分别放置 8 个容器中用天然降糖茶浸泡 2-4 小时备用；

(6) 将如上所述的螺旋藻粉添加适量天然降糖茶浸泡、搅匀片刻备用；

(7) 将如上所述的木糖醇添加适量天然降糖茶化开、搅匀片刻备用；

(8) 将上述用天然降糖茶浸泡的白扁豆、红小豆、豌豆、黄豆、黑豆、天然降糖茶及适量水同时放入不锈钢锅煮沸，改用文火煮 10-15 分钟；然后添加上述

浸泡的大米、小米、紫米、玉米渣、高粱米、燕麦、薏苡仁、芡实、天然降糖茶及适量水煮沸，改用文火煎熬 35-50 分钟，之后添加螺旋藻茶水及木糖醇茶水煮沸，再用文火煎熬 2-3 分钟即停火，最后按常规装罐、灭菌、包装，即制成天然五色降糖药膳粥。

本发明与现有的技术相比较，具有以下八大优势：

一是，呵护脏腑。每人都想得到健康。其实，健康必须依赖五脏六腑。只有脏腑强盛，才能获得长久的健康。我国最早的医学全书《黄帝内经·素问》曾记载：“色味当五脏：白当肺、辛，赤当心、苦，青当肝、酸，黄当脾、甘，黑当肾、咸。故白当皮，赤当脉，青当筋，黄当肉，黑当骨。”心为“五脏之首”，喜欢红色的食物；肝为“排毒之盾”，喜欢绿色的食物；脾为“后天之本”，喜欢黄色的食物；肾为“先天之本”，喜欢黑色的食物；肺为“气之本”，喜欢白色的食物。可见五色食物深得五脏喜欢。本发明精选五脏喜欢的五色粮谷类、五色豆类与五色降糖中草药制成糖尿病患者与血糖偏高人群每日离不开的五色降糖药膳粥。其中有西洋参、党参、黄精、黄芪、绞股蓝、甘草、白术、白芍、山楂、山药、山茱萸、三七、酸枣仁、沙棘、枸杞子、五味子、决明子、灵芝、乌梅、茯苓、葛根、玉竹、百合、麦冬、金银花、菊花、苦瓜、苦丁、银杏叶、桑叶、荷叶、绿茶、大米、小米、紫米、玉米渣、高粱米、燕麦、薏苡仁、芡实、白扁豆、红小豆、豌豆、黄豆、黑豆、螺旋藻等 46 种养心药食；有近 50 种养肝药食；还有 20 多种养肾药食，40 多种健脾养胃药食，30 多种润肺药食。常食能呵护脏腑，提升免疫，强身健体。

二是，清热排毒。人体在新陈代谢之后，将产生 400 多种化学毒物，若在 24 小时内不能排出体外，细菌、病毒就会成倍繁殖。抽样调查显示，90% 的都市人经常遭受毒素困扰。本品精选 40 多种清热排毒、利尿通便的中草药和药食制成，常食能及时消除炎症、软化血管，清除“人体垃圾”，抗氧化、抗辐射、抗炎症、抗病毒、抗肿瘤，逐渐铲除疾病赖以生存的“土壤”。

三是，均衡营养。营养是人类生命的第一需要，健康的“保护神”。常人每日需通过饮食摄入 42 种营养素。专家提出，每人每日需要摄入 30 多种不同的食物，才能满足机体需要。然而，多数人每日只能摄入 15-20 种不同的食物，而且三餐饮食营养搭配也不够合理。譬如，大米、面粉中缺少赖氨酸和维生素 B₁，如果长期营养搭配不当，很容易出现营养不良，造成体质下降，记忆力衰退，诱发糖尿病等多种慢性疾病。本发明将 15 种五色杂粮、五色豆类等高营养食物与 36 种食药同源的五色中草药巧妙结合，有效克服了米面中的营养缺陷。如，螺旋藻，科学证明，1 克螺旋藻相当于 1000 克蔬菜和水果营养的总和，常食可提供生长发育所必需的多种营养素；豆类、玉米等富含卵磷脂、油酸、亚油酸、氨基酸、维

生素、矿物质；紫米，人称“补血米”、“长寿米”，所含锰、锌、铜等无机盐比大米高 1-3 倍，还含有大米所缺乏的维生素 C、叶绿素、花青素、胡萝卜素及强心甙等特殊成分，有开胃益中、健脾暖肝、明目活血、补肾益精之功效，对于少年白发、产后虚弱、贫血、肾虚均有很好的补养作用；薏苡仁、益气养血，安神补脑，改善睡眠，养颜美容，提升免疫；西洋参、党参、黄精、黄芪、绞股蓝、首乌、地黄、山药、枸杞子、五味子、灵芝、苦瓜等 36 味食药同源的降糖中药，补气生血、养心安神、养肝明目、养肾益精、健脾生津、润肺美肤、消渴降糖。常食能够轻松摄取 50 余种五色降糖营养美食，均衡营养，弥补体内所缺乏的多种营养素，提升免疫力和抗病力。

四是，平衡酸碱。健康人的血液呈弱碱性。而糖尿病患者都是酸性体质，若想身体健康，必须保持酸碱平衡。本发明选用 40 多种碱性的中草药和食物制成弱碱性的五色降糖药膳粥，常食能调节机体酸碱平衡，渐渐改变酸性体质。

五是，益气生血。血液是人类的命脉，气是生命的动力。中医认为：“气为血之帅”，“气行，则血行，气滞，则血瘀。”因此，补气生血，是健康的“百年大计”。本配方精选自然界 40 多种补气生血的药食制成，常食能益气生血，提升机体免疫力和抗病力。

六是，消渴降糖。本发明精选 36 种降糖中草药与 10 余种消渴降糖药食制成，常食能调节血糖，从根本上防治糖尿病。

七是，提升免疫。人体自身有一套强大的免疫系统，它直接受命于脏腑，是机体对敌斗争的“开路先锋”。由于长期营养不良、脏腑空虚、气血失和、免疫力下降，许多病毒、细菌及有害物就会“趁虚而入”。因此，人们亟需提升自身免疫力，变“被动挨打”，为“主动防御”。本品精选 40 多种具有免疫功能的药食制成，常食能提升自身免疫力和抗病力，筑基治本，祛病强身。

八是，物美价廉。人们熟知，科学饮食防治疾病，比有病依靠药物治疗要划算得多，既能少花钱、省时间、不受罪，还能强身健体。对于糖尿病患者来说，每餐只需增加几角钱，就能轻松摄取 50 多种高营养降糖美食。更重要的是，糖尿病人从此再也不用为吃饭而犯愁，可以尽情地享受大自然赐予人类最好的美食。通过饮食，获得千金难买的健康体魄。既省钱又能获得健康，何乐而不为！

下面给出三组本发明的具体实施方案：

实施例一：

1、一种天然五色降糖药膳粥的配方如下：

(1) 天然降糖茶配方及制备方法：西洋参 1%，党参 3%，黄精 3%，黄芪 8%，绞股蓝 3%，甘草 3%，白术 3%，白芍 3%，首乌 5%，地黄 3%，山楂 8%，山药 3%，山茱萸 2%，三七 2%，酸枣仁 1%，沙棘 1%，枸杞子 6%，五味子 3%，决明子 3%，

灵芝 1%，乌梅 1%，茯苓 1%，葛根 2%，玉竹 2%，百合 2%，麦冬 2%，泽泻 1%，金银花 2%，菊花 2%，苦瓜 1%，苦丁 1%，翻白草 6%，银杏叶 3%，桑叶 3%，荷叶 3%，绿茶 3%；将上述 36 味天然降糖中草药分别切片、晾干、搅拌均匀、粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌，制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶；用不锈钢锅将水煮沸，按每袋茶加水 1-4 升比例添加天然降糖茶袋泡茶，再用文火煎煮 25-35 分钟，即制成天然降糖茶；

(2) 天然五色降糖药膳粥配方：大米 65%，小米 8%，紫米 3%，玉米渣 3%，高粱米 3%，白扁豆 2%，红小豆 2%，豌豆 2%，黄豆 2%，黑豆 2%，燕麦 2%，薏苡仁 1%，芡实 1%，螺旋藻粉 0.5%，木糖醇 1.5%，天然降糖茶 300%，水适量。

2、一种天然五色降糖药膳粥的制作方法如下：

(1) 将如上所述的西洋参、党参、黄精、黄芪、绞股蓝、甘草、白术、白芍、首乌、地黄、山楂、山药、山茱萸、三七、酸枣仁、沙棘、枸杞子、五味子、决明子、灵芝、乌梅、茯苓、葛根、玉竹、百合、麦冬、泽泻、金银花、菊花、苦瓜、苦丁、翻白草、银杏叶、桑叶、荷叶、绿茶 36 味天然降糖中草药分别择洗干净、切片、晾干，按常规分别制成中药饮片备用；

(2) 将上述 36 味中药饮片置于同一容器混合搅拌均匀，然后粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌，制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶备用；

(3) 用不锈钢锅将水煮沸，按每袋茶加水 1-4 升之比例添加天然降糖茶袋泡茶，改用文火煎煮 25-35 分钟，即制成天然降糖茶备用；

(4) 将如上所述的白扁豆、红小豆、豌豆、黄豆、黑豆分别洗净，然后分别放置 5 个容器中用天然降糖茶浸泡 3-6 小时备用；

(5) 将如上所述的大米、小米、紫米、玉米渣、高粱米、燕麦、薏苡仁、芡实分别洗净，然后分别放置 8 个容器中用天然降糖茶浸泡 2-4 小时备用；

(6) 将如上所述的螺旋藻粉添加适量天然降糖茶浸泡、搅匀片刻备用；

(7) 将如上所述的木糖醇添加适量天然降糖茶化开、搅匀片刻备用；

(8) 将上述用天然降糖茶浸泡的白扁豆、红小豆、豌豆、黄豆、黑豆、天然降糖茶及适量水同时放入不锈钢锅煮沸，改用文火煮 10-15 分钟；然后添加上述浸泡的大米、小米、紫米、玉米渣、高粱米、燕麦、薏苡仁、芡实、天然降糖茶及适量水煮沸，改用文火煎熬 35-50 分钟，之后添加螺旋藻茶水及木糖醇茶水煮沸，再用文火煎熬 2-3 分钟即停火，最后按常规装罐、灭菌、包装，即制成天然五色降糖药膳粥。

实施例二：

1、一种天然五色降糖药膳粥的配方如下：

(1) 天然降糖茶配方及制备方法：西洋参 2%，党参 3%，黄精 4%，黄芪 9%，绞股蓝 3%，甘草 3%，白术 2%，白芍 2%，首乌 3%，地黄 3%，山楂 6%，山药 6%，山茱萸 2%，三七 2%，酸枣仁 1%，沙棘 1%，枸杞子 6%，五味子 3%，决明子 3%，灵芝 1%，乌梅 1%，茯苓 1%，葛根 3%，玉竹 3%，百合 3%，麦冬 2%，泽泻 1%，金银花 2%，菊花 2%，苦瓜 1%，苦丁 1%，翻白草 3%，银杏叶 3%，桑叶 3%，荷叶 3%，绿茶 3%；将上述 36 味天然降糖中草药分别切片、晾干、搅拌均匀、粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌，制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶；用不锈钢锅将水煮沸，按每袋茶加水 1-4 升比例添加天然降糖茶袋泡茶，再用文火煎煮 28 分钟，即制成天然降糖茶；

(2) 天然五色降糖药膳粥配方：大米 63%，小米 10%，紫米 2%，玉米渣 2%，高粱米 2%，白扁豆 2%，红小豆 2%，豌豆 2%，黄豆 2%，黑豆 2%，燕麦 2%，薏苡仁 2%，芡实 2%，螺旋藻粉 1%，木糖醇 2%，天然降糖茶 360%，水适量。

2、一种天然五色降糖膳粥的制备方法与实施例一相同。

实施例三：

1、一种天然五色降糖药膳粥的配方如下：

(1) 天然降糖茶配方及制备方法：西洋参 3%，党参 3%，黄精 3%，黄芪 10%，绞股蓝 3%，甘草 3%，白术 2%，白芍 2%，首乌 3%，地黄 3%，山楂 6%，山药 8%，山茱萸 3%，三七 2%，酸枣仁 1%，沙棘 2%，枸杞子 8%，五味子 2%，决明子 2%，灵芝 1%，乌梅 1%，茯苓 1%，葛根 3%，玉竹 2%，百合 2%，麦冬 2%，泽泻 1%，金银花 1%，菊花 2%，苦瓜 1%，苦丁 1%，翻白草 3%，银杏叶 2%，桑叶 3%，荷叶 3%，绿茶 2%；将上述 36 味天然降糖中草药分别切片、晾干、搅拌均匀、粉碎、搅匀、造粒、烘干、装袋、灭菌，制成每袋净重 2-5 克的天然降糖茶袋泡茶；用不锈钢锅将水煮沸，按每袋茶加水 1-4 升比例添加天然降糖茶袋泡茶，再用文火煎煮 30 分钟，即制成天然降糖茶；

(2) 天然五色降糖药膳粥配方：大米 66%，小米 6%，紫米 2%，玉米渣 2%，高粱米 2%，白扁豆 2%，红小豆 2%，豌豆 2%，黄豆 2%，黑豆 2%，燕麦 2%，薏苡仁 2%，芡实 2%，螺旋藻粉 1.4%，木糖醇 2.6%，天然降糖茶 390%，水适量。

2、一种天然五色降糖膳粥的制备方法与实施例一相同。