



(12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 106387744 A

(43)申请公布日 2017.02.15

(21)申请号 201610791236.0

(22)申请日 2016.08.31

(71)申请人 徽县虹宇生态农林有限公司

地址 742300 甘肃省陇南市徽县水阳乡玉山村郝家沟社49号

(72)发明人 郭彩虹

(51)Int. Cl.

A23L 19/00(2016.01)

A23L 31/00(2016.01)

A23L 13/50(2016.01)

A23L 13/10(2016.01)

A23L 13/20(2016.01)

A23L 19/10(2016.01)

A23L 33/00(2016.01)

权利要求书2页 说明书4页

(54)发明名称

一种保健桔梗宴的制作方法

(57)摘要

本发明公开了一种保健桔梗宴的制作方法,属于食品加工领域。本发明以新鲜桔梗为原料,通过漂洗处理、脱水包装制成易于运输、保存期长的桔梗调味菜,再以桔梗调味菜为原料,结合其它原料制成包括凉拌桔梗木耳、桔梗炖土鸡、桔梗炒山药、桔梗炖牛肉、桔梗炖猪蹄的桔梗宴,既保证了桔梗的药用功能,又兼顾了菜品的美味可口性。

1. 一种保健桔梗宴的制作方法,其特征在於,所述桔梗宴包括凉拌桔梗木耳、桔梗炖土鸡、桔梗炒山药、桔梗炖牛肉、桔梗炖猪蹄;制备步骤如下:

(1)桔梗预处理

①漂洗处理:先用4-8℃冷水漂洗一次新鲜桔梗,捞出后切成3-5mm厚的薄片,然后浸泡在4-10℃盐水中,并进行超声处理,超声处理完后再次用4-8℃的质量浓度为0.01-0.05%的柠檬酸水溶液漂洗一次,捞出,沥干;所述盐水是食盐、清水按6-10:100的重量比制成的,所述超声处理的超声功率400-600W,超声时间10-20min;

②脱水包装:将步骤(1)处理过的桔梗片放入压榨机中压榨脱水,至桔梗片的含水量为55-65%,进行真空包装,在121℃条件下蒸煮处理20-30min,得到桔梗调味菜成品;

(2)桔梗宴菜品制备

凉拌桔梗木耳

①备料:黑木耳500g、桔梗调味菜500g、盐5g、糖5g、香油15g、醋15g、蒜20g、味精5g、白芝麻50g;

②将木耳泡发洗净,撕成小朵并在开水中焯熟,将桔梗调味菜中的桔梗片切成细丝,凉水浸泡30min,捞出,将白芝麻炒熟;

③将焯好的木耳与桔梗细丝拌在一起,加入盐、糖、香油、醋、蒜、味精拌匀,上面撒白芝麻即可;

桔梗炖土鸡

①备料:土鸡肉500g,桔梗调味菜150g,大枣50g,香菇200g,

②将土鸡肉切成块,桔梗调味菜切成丁,凉水浸泡15-30min,大枣泡2-5min,香菇洗净泡发,切成丁;

③锅中加橄榄油150g,待油温烧至7成热的时候把切好的鸡肉放入锅内煸炒,炒至鸡肉泛黄飘香,加入葡萄酒20g、八角10g、草果10g、姜丝5g,再炒2min,起锅倒入准备好的砂锅内加入水2000g、食盐20g、胡椒粉5g、大枣、香菇,盖上锅盖,用中火炖45h,即可;

桔梗炒山药

①备料:桔梗调味菜500g、山药500g、胡萝卜200g、黑木耳100g;

②山药洗净,去皮,切片,胡萝卜洗净,切片,黑木耳泡发洗净,撕成小朵焯熟,桔梗调味菜凉水中浸泡10-15min;

③锅中加胡麻油150g,烧至7成热,放入山药、胡萝卜,煸炒,放入盐10g、姜丝50g,生抽15g,加水80g,盖锅盖,烧开后放入黑木耳,翻炒加盖,过2min加入葱末20g、鸡精15g,收干汤汁即可;

桔梗炖牛肉

①备料:牛肉500克,桔梗100克;

②牛肉切块,洗净血水,凉水浸泡30min,将桔梗调味菜中的桔梗片用凉水浸泡15min;

③锅中加葵花籽油150g,烧至7成热,将葱20g、姜20g、蒜20g、八角10g、花椒10g、桂皮10g、小茴香10g煸香,下生抽20克、蚝油5克、老抽5克,炸开,锅中加水2000g,牛肉放入锅中,小火清炖75min,即可;

桔梗炖猪蹄

①备料:猪蹄2只,桔梗调味菜350g,黄酒55g、老陈醋100克、鲜姜片20g、葱末20g、枣

50g;

②猪蹄去毛,洗净,从中间劈开,加老抽抹匀,下锅炸至金黄,桔梗调味菜凉水浸泡15-20min,枣洗净用水泡2-5min;

③在砂锅中加入桔梗调味菜,再加入猪蹄,再加入黄酒、老陈醋、鲜姜片、葱末、枣,加清水没过猪蹄,加盐10g、味精10g、胡椒粉5g,加盖煲制75min,即可。

一种保健桔梗宴的制作方法

技术领域

[0001] 本发明属于食品加工领域,具体是一种保健桔梗宴的制作方法。

背景技术

[0002] 桔梗,别名包袱花、铃铛花、僧帽花,为桔梗科桔梗属植物,生长在中国、朝鲜半岛、日本和西伯利亚东部。根可入药,味苦、辛,性平,归肺经;功效宣肺、利咽、祛痰、排脓,尚有理气、活血、消食、安神作用。其药理作用:所含的桔梗皂苷对口腔、咽喉部位、胃粘膜的直接刺激,反射性地增加支气管粘膜分泌亢进从而使痰液稀释,易于排出;桔梗有镇咳作用,有增强抗炎和免疫作用,其抗炎强度与阿斯匹林相似;水提物能增强巨噬细胞的吞噬功能,增强中性白细胞的杀菌力,提高溶菌酶活性;对应激性溃疡有预防作用。桔梗粗皂苷有镇静、镇痛、解热作用,又能降血糖、降胆固醇,松弛平滑肌。桔梗皂苷有很强的溶血作用,可预防各种癌症、高血压、高血脂、高血糖,降低三高症的发生率。

[0003] 桔梗除了药用之外,其嫩茎叶和根亦可作为蔬菜食用。在中国东北地区腌制的桔梗咸菜称为“狗宝”咸菜。在朝鲜半岛,中国延边地区,桔梗是很有名的泡菜食材。桔梗还可煲汤,通过熬制将桔梗的药物效果溶于水中,人们再摄入汤汁达到治疗或保健的目的。

[0004] 基于桔梗药食两用的特性,申请人在不断的研究,反复实践、品尝的过程中,确定了以桔梗为铺料的桔梗宴,使桔梗与其它食材配合制成系统的具有保健效果的桔梗宴。目前也并无桔梗宴的相关报道。

发明内容

[0005] 本发明的目的是提供一种桔梗为辅料,搭配其它多种食材制备保健桔梗宴的方法。

[0006] 为了达到上述目的,本发明采用以下技术方案。

[0007] 一种保健桔梗宴的制作方法,所述桔梗宴包括凉拌桔梗木耳、桔梗炖土鸡、桔梗炒山药、桔梗炖牛肉、桔梗炖猪蹄;制备步骤如下:

[0008] (1)桔梗预处理

[0009] ①漂洗处理:先用4-8℃冷水漂洗一次新鲜桔梗,捞出后切成3-5mm厚的薄片,然后浸泡在4-10℃盐水中,并进行超声处理,超声处理完后再次用4-8℃的质量浓度为0.01-0.05%的柠檬酸水溶液漂洗一次,捞出,沥干;所述盐水是食盐、清水按6-10:100的重量比制成的,所述超声处理的超声功率400-600W,超声时间10-20min;

[0010] ②脱水包装:将步骤(1)处理过的桔梗片放入压榨机中压榨脱水,至桔梗片的含水量为55-65%,进行真空包装,在121℃条件下蒸煮处理20-30min,得到桔梗调味菜成品;

[0011] (2)桔梗宴菜品制备

[0012] 凉拌桔梗木耳

[0013] ①备料:黑木耳500g、桔梗调味菜500g、盐5g、糖5g、香油15g、醋15g、蒜20g、味精5g、白芝麻50g;

[0014] ②将木耳泡发洗净,撕成小朵并在开水中焯熟,将桔梗调味菜中的桔梗片切成细丝,凉水浸泡30min,捞出,将白芝麻炒熟;

[0015] ③将焯好的木耳与桔梗细丝拌在一起,加入盐、糖、香油、醋、蒜、味精拌匀,上面撒白芝麻即可;

[0016] 桔梗炖土鸡

[0017] ①备料:土鸡肉500g,桔梗调味菜150g,大枣50g,香菇200g,

[0018] ②将土鸡肉切成块,桔梗调味菜切成丁,凉水浸泡15-30min,大枣泡2-5min,香菇洗净泡发,切成丁;

[0019] ③锅中加橄榄油150g,待油温烧至7成热的时候把切好的鸡肉放入锅内煸炒,炒至鸡肉泛黄飘香,加入葡萄酒20g、八角10g、草果10g、姜丝5g,再炒2min,起锅倒入准备好的砂锅内加入水2000g、食盐20g、胡椒粉5g、大枣、香菇,盖上锅盖,用中火炖45h,即可;

[0020] 桔梗炒山药

[0021] ①备料:桔梗调味菜500g、山药500g、胡萝卜200g、黑木耳100g;

[0022] ②山药洗净,去皮,切片,胡萝卜洗净,切片,黑木耳泡发洗净,撕成小朵焯熟,桔梗调味菜凉水中浸泡10-15min;

[0023] ③锅中加胡麻油150g,烧至7成热,放入山药、胡萝卜,煸炒,放入盐10g、姜丝50g,生抽15g,加水80g,盖锅盖,烧开后放入黑木耳,翻炒加盖,过2min加入葱末20g、鸡精15g,收干汤汁即可;

[0024] 桔梗炖牛肉

[0025] ①备料:牛肉500克,桔梗100克;

[0026] ②牛肉切块,洗净血水,凉水浸泡30min,将桔梗调味菜中的桔梗片用凉水浸泡15min;

[0027] ③锅中加葵花籽油150g,烧至7成热,将葱20g、姜20g、蒜20g、八角10g、花椒10g、桂皮10g、小茴香10g煸香,下生抽20克、蚝油5克、老抽5克,炸开,锅中加水2000g,牛肉放入锅中,小火清炖75min,即可;

[0028] 桔梗炖猪蹄

[0029] ①备料:猪蹄2只,桔梗调味菜350g,黄酒55g、老陈醋100克、鲜姜片20g、葱末20g、枣50g;

[0030] ②猪蹄去毛,洗净,从中间劈开,加老抽抹匀,下锅炸至金黄,桔梗调味菜凉水浸泡15-20min,枣洗净用水泡2-5min;

[0031] ③在砂锅中加入桔梗调味菜,再加入猪蹄,再加入黄酒、老陈醋、鲜姜片、葱末、枣,加清水没过猪蹄,加盐10g、味精10g、胡椒粉5g,加盖煲制75min,即可。

[0032] 本发明的有益技术效果:本发明将新鲜桔梗加工处理成易于运输、保存期长的桔梗调味菜,既能够保证桔梗的药用功能,又兼顾菜品的美味可口性,便于和其它食材加工成菜肴,形成桔梗宴。

具体实施方式

[0033] 下面结合实施例进一步对本发明的技术方案作详细的阐述,但不都成对本发明的范围性限制。

[0034] 优选实施例

[0035] 一种保健桔梗宴的制作方法,所述桔梗宴包括凉拌桔梗木耳、桔梗炖土鸡、桔梗炒山药、桔梗炖牛肉、桔梗炖猪蹄;制备步骤如下:

[0036] (1)桔梗预处理

[0037] ①漂洗处理:先用4℃冷水漂洗一次新鲜桔梗,捞出后切成4mm厚的薄片,然后浸泡在8℃盐水中,并进行超声处理,超声处理完后再次用4℃的质量浓度为0.05%的柠檬酸水溶液漂洗一次,捞出,沥干;所述盐水是食盐、清水按8:100的重量比制成的,所述超声处理的超声功率500W,超声时间15min;

[0038] ②脱水包装:将步骤(1)处理过的桔梗片放入压榨机中压榨脱水,至桔梗片的含水量为60%,进行真空包装,在121℃条件下蒸煮处理25min,得到桔梗调味菜成品;

[0039] (2)桔梗宴菜品制备

[0040] 凉拌桔梗木耳

[0041] ①备料:黑木耳500g、桔梗调味菜500g、盐5g、糖5g、香油15g、醋15g、蒜20g、味精5g、白芝麻50g;

[0042] ②将木耳泡发洗净,撕成小朵并在开水中焯熟,将桔梗调味菜中的桔梗片切成细丝,凉水浸泡30min,捞出,将白芝麻炒熟;

[0043] ③将焯好的木耳与桔梗细丝拌在一起,加入盐、糖、香油、醋、蒜、味精拌匀,上面撒白芝麻即可。

[0044] 此菜感官体验:色泽上属于黑白配、颜色鲜亮、口感鲜润;

[0045] 此菜功效:有除湿、祛痰、滋补、养颜、美容、保健、防病之功效。

[0046] 桔梗炖土鸡

[0047] ①备料:土鸡肉500g,桔梗调味菜150g,大枣50g,香菇200g,

[0048] ②将土鸡肉切成块,桔梗调味菜切成丁,凉水浸泡15-30min,大枣泡2-5min,香菇洗净泡发,切成丁;

[0049] ③锅中加橄榄油150g,待油温烧至7成热的时候把切好的鸡肉放入锅内煸炒,炒至鸡肉泛黄飘香,加入葡萄酒20g、八角10g、草果10g、姜丝5g,再炒2min,起锅倒入准备好的砂锅内加入水2000g、食盐20g、胡椒粉5g、大枣、香菇,盖上锅盖,用中火炖45h,即可。

[0050] 此菜功效:有除湿、祛痰、滋补、养颜、美容、保健、防病之功效。

[0051] 桔梗炒山药

[0052] ①备料:桔梗调味菜500g、山药500g、胡萝卜200g、黑木耳100g;

[0053] ②山药洗净,去皮,切片,胡萝卜洗净,切片,黑木耳泡发洗净,撕成小朵焯熟,桔梗调味菜凉水中浸泡10-15min;

[0054] ③锅中加胡麻油150g,烧至7成热,放入山药、胡萝卜,煸炒,放入盐10g、姜丝50g,生抽15g,加水80g,盖锅盖,烧开后放入黑木耳,翻炒加盖,过2min加入葱末20g、鸡精15g,收干汤汁即可。

[0055] 此菜功效:有除湿、祛痰、滋补、养颜、美容、保健、防病之功效。

[0056] 桔梗炖牛肉

[0057] ①备料:牛肉500克,桔梗100克;

[0058] ②牛肉切块,洗净血水,凉水浸泡30min,将桔梗调味菜中的桔梗片用凉水浸泡

15min;

[0059] ③锅中加葵花籽油150g,烧至7成热,将葱20g、姜20g、蒜20g、八角10g、花椒10g、桂皮10g、小茴香10g煸香,下生抽20克、蚝油5克、老抽5克,炸开,锅中加水2000g,牛肉放入锅中,小火清炖75min,即可。

[0060] 此菜功效:有除湿、祛痰、滋补、养颜、美容、保健、防病之功效。

[0061] 桔梗炖猪蹄

[0062] ①备料:猪蹄2只,桔梗调味菜350g,黄酒55g、老陈醋100克、鲜姜片20g、葱末20g、枣50g;

[0063] ②猪蹄去毛,洗净,从中间劈开,加老抽抹匀,下锅炸至金黄,桔梗调味菜凉水浸泡15-20min,枣洗净用水泡2-5min;

[0064] ③在砂锅中加入桔梗调味菜,再加入猪蹄,再加入黄酒、老陈醋、鲜姜片、葱末、枣,加清水没过猪蹄,加盐10g、味精10g、胡椒粉5g,加盖煲制75min,即可。

[0065] 此菜功效:有除湿、祛痰、滋补、养颜、美容、保健、防病之功效。