

(19)中华人民共和国国家知识产权局



## (12)发明专利申请

(10)申请公布号 CN 106262956 A

(43)申请公布日 2017.01.04

---

(21)申请号 201610697587.5

(22)申请日 2016.08.22

(71)申请人 潘湛

地址 525031 广东省茂名市茂港区坡心镇  
潭莲上坡村一组07号

(72)发明人 潘湛

(74)专利代理机构 广州市南锋专利事务所有限  
公司 44228

代理人 袁周珠

(51)Int.Cl.

A23L 35/00(2016.01)

---

权利要求书1页 说明书1页

(54)发明名称

一种包菜炒饭

(57)摘要

本发明公开了一种包菜炒饭,其特征是:按照重量份数计,其配料为:一种包菜炒饭,其特征是:按照重量份数计,其配料为:包菜50份-100份、五花肉30份-50份、干鱿鱼10份-12份、香菇8份-10份、花生油15份-20份、米饭500份-600份。本发明准备方便,方法简单,制作出的炒饭美味,特适合小孩及上班一族的人们食用。

1. 一种包菜炒饭，其特征是：按照重量份数计，其配料为：菜50份-100份、五花肉30份-50份、干鱿鱼10份-12份、香菇8份-10份、花生油15份-20份、米饭500份-600份。
2. 根据权利要求1所述的包菜炒饭，其特征是：按照重量份数计，所述配料分别为：包菜80份、五花肉30份、干鱿鱼10份、香菇8份、花生油15份、米饭500份。
3. 根据权利要求1所述的包菜炒饭，其特征是：按照重量份数计，所述配料分别为：包菜100份、五花肉50份、干鱿鱼12份、香菇10份、花生油20份、米饭600份。

## 一种包菜炒饭

### 技术领域

[0001] 本发明涉及一种包菜炒饭。

### 背景技术

[0002] 随着时代的进步,人们的生活节奏越来越快,因此快餐经常出现在人们的餐桌上,而快餐中,炒饭因其营养丰富、配料多样、越来越受人们的青睐。

### 发明内容

[0003] 本发明的目的是提供一种营养丰富、配料多样包菜炒饭。

[0004] 为了实现上述目的,本发明采用的技术方案是:一种包菜炒饭,其特征是:按照重量份数计,其配料为:包菜50份-100份、五花肉30份-50份、干鱿鱼10份-12份、香菇8份-10份、花生油15份-20份、米饭500份-600份。

[0005] 优选地,按照重量份数计,其配料为:包菜80份、五花肉30份、干鱿鱼10份、香菇8份、花生油15份、米饭500份。

[0006] 或者,按照重量份数计,其配料也可以为:包菜100份、五花肉50份、干鱿鱼12份、香菇10份、花生油20份、米饭600份。

[0007] 本发明的有益效果是:准备方便,方法简单,制作出的炒饭美味,特适合小孩及上班一族的人们食用。

### 具体实施方式

[0008] 实施例一:本发明一种包菜炒饭,按照重量份数计,其配料为:包菜80份、五花肉30份、干鱿鱼10份、香菇8份、花生油15份、米饭500份。

[0009] 实施例二:本发明一种包菜炒饭,按照重量份数计,其配料为:包菜100份、五花肉50份、干鱿鱼12份、香菇10份、花生油20份、米饭600份。

[0010] 下面提供一种上述包菜炒饭的制作方法;包括如下几个步骤:

步骤一:准备如下配料:包菜80份、五花肉30份、干鱿鱼10份、香菇8份、花生油15份、米饭500份;

步骤二:将包菜、五花肉、干鱿鱼、香菇洗净后分别切成小块;

步骤三:将在炒锅倒入花生油,将五花肉放入油锅中煎炸2分钟,再加入香菇放入油锅中煎炸3分钟,再加入干鱿鱼煎炸1分钟后,把五花肉、香菇、干鱿鱼拿出放盘里;

步骤四:把包菜放入油锅中煸炒 3 分钟后;加入刚煎炸好的五花肉、香菇、干鱿鱼一起炒1分钟;

步骤五:向锅中加入米饭进行翻炒,3-5 分钟后加入盐翻炒均匀。盛入碗中即可。

[0011] 以上内容仅用以说明本发明的技术方案,本领域的普通技术人员对本发明的技术方案进行的简单修改或者等同替换,均不脱离本发明技术方案的实质和范围。