

[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 200610017770.2

[51] Int. Cl.

A23L 1/325 (2006.01)

A23L 1/315 (2006.01)

[43] 公开日 2007年11月14日

[11] 公开号 CN 101069566A

[22] 申请日 2006.5.12

[21] 申请号 200610017770.2

[71] 申请人 张红亮

地址 450123 河南省荥阳市贾峪镇、王村、
山南001号

[72] 发明人 张红亮

权利要求书1页 说明书3页

[54] 发明名称

健康鲍鱼、鱼翅、燕窝烹制技术

[57] 摘要

本发明公开了一种全新的鲍鱼、鱼翅、燕窝、烹制技术。1. 鲍鱼、鱼翅、燕窝用自然科学的方法发制，有益健康的方法烹制，最大限度地保留了其有益成份，丰富完善了其有益富贵病体质的特性。2. 汤汁选用完全蛋白质丰富、饱和脂肪酸比值低的食物原料煲成鲜汤调制。1. 用盐或蚝油、生抽调鲜；2. 用珍稀果仁调香；3. 用月季花、藏红花、桅子、绿茶粉、黑芝麻、玫瑰花、仙人掌果肉、火龙果、椒类、鲜奶等调色。该技术的核心是围绕有益健康展开的，所以该美食可预防和改善富贵病体质。

1、鲍鱼、鱼翅、燕窝制作工艺方法

鲍鱼、鱼翅分别去杂质清洗干净、泡透、氽水、焖软，配农家土鹅、土鸡、兔子入压力锅加热至软透筋滑，香味溢出时关火，气压下降后打开把汤汁过滤放蚝油、红酒、生抽、木糖醇用小火煨至鲍鱼、鱼翅入味，篦出原汤加鹅汤调鲜、调香、调浓度淋鱼翅或鲍鱼上，配黄瓜仔、小蕃茄、杂粮饭、苹果醋或西兰花、小木瓜、杂粮面、佐红酒食用。

燕窝浸软去杂、漂净，加矿泉水密封蒸筋软展开，原汤配汁食用。

2、红烧翅汤汁调制方法：

鹅汤（土鹅、土鸡、兔子，洗净，加鲨鱼软骨煲制成鲜汤，统称鹅汤，下同），加盐调味（不放味精），用果仁酱（橄榄仁、核桃仁、松仁，轻炒，磨成细浆，统成果仁酱，下同），增加香度、藏红花、红菜椒打汁调制红色。

3、金色鱼翅汤汁调制方法：

鹅汤加盐调叶，用果仁酱增香，用桅子、黄菜椒汁调制黄色。

4、银色鱼翅汤汁调制方法：

鹅汤加盐调味用果仁浆（生果仁用矿泉水生泡至微发芽维生素C生成时磨浆）增香，加鲜奶调制白色。

5、绿茶翅汤汁调制方法：

鹅汤加盐调味，用鲜绿豆、南瓜籽泡至刚生芽、加鲜嫩豌豆籽、开心果仁，磨浆增加香度，用绿茶粉、青菜汁调制绿色。

6、乌金色鱼翅汤汁调制方法：

鹅汤加盐调味用黑米粉、炒黑豆粉调浓度，用黑芝麻酱、螺旋藻调制黑色。

7、玫瑰翅汤汁调制方法：

鹅汤加盐调味，加橄榄油调香，用玫瑰花、兰花、火龙果紫红皮肉打汁调制紫色。

8、火龙鲍鱼汤汁调制方法：

鹅汤鲍鱼汁（鲍鱼洗、浸、飞水加土鹅、土鸡、兔子用压力锅压2.5小时，关火焖至软滑，取其汁），加盐调味、用果仁酱增香，用月季花、玫瑰花瓣、仙人掌鲜红果实肉、火龙果紫红皮肉打浆调色。

9、乌金色鲍鱼汤汁调制方法：

鹅汤鲍鱼汁加煲制鲍鱼入味时的原汁（第五条实施方法中有说明）调鲜，用黑芝麻、红糯米粉调色、调香。

10、七彩燕窝汤汁调制方法：

用维生素丰富的芒果、熟木瓜、蓝莓、葡萄、猕猴桃、蕃茄、橙子等颜色不同的水果，打汁配木糖醇调四种甜味；红糯米粉、黑芝麻粉、牛奶加鹅汤、盐调三个咸味汤汁，蒸热配燕窝食用。

健康鲍鱼、鱼翅、燕窝烹制技术

一、技术背景：

随着生活水平提高，高血压、高血脂、冠心病、脑中风等心脑血管疾病和糖尿病、癌症等富贵病越来越多。除先天因素、精神因素、环境因素外，主要是为饮食习惯、饮食结构不合理造成的，由于受传统饮食习惯引导现有餐饮市场主导烹饪方法选料都是围绕香浓肥美展开的。有害健康的选料（肥猪肉、腌制火腿、香精、色素等），烹饪技术方法（高温熏、烤、油炸）被大量采用。鱼翅、鲍鱼、燕窝的制作方面更是严重。比如，现有常规作法：

1、为提高出货率降低成本，用涨发剂等强碱性物质涨发鱼翅、鲍鱼、燕窝。

2、为提高香度选用肥猪肉、腌制火腿、大地鱼（一种咸鱼）等为煲汤原料，并把所用原料高温油炸成褐色，然后长时间（七小时以上）煲成鲍鱼、鱼翅汤汁，上桌时再往汤汁中放不少化工香精、鲍鱼素、鱼翅精，使其更迎合顾客口味，而忽略了对客人健康的严重危害。

3、为了提高靓度，放许多化工色素，焦糖色调制红色，黄色或酱色。

4、为提高燕窝适口性，用香兰素（一种香精）冰糖汁调味。

不难看出涨发剂等碱性物质，破坏食物有益营养成分，损害健康，升高血压。肥猪肉中的饱和油脂能升高血脂、胆固醇；火腿、咸鱼所含的亚硝胺、亚硝酸盐和高温油炸煲汤材料所生成的多环芳氢、丙烯酰胺、三苯四丙吡等焦化物都有强烈致癌作用；增香所用的肉类香精、鱼翅精、鲍鱼素都有害健康，诱发肝脏硬化、癌变；调色使用化工色素伤人肾脏，明显降低肾功能。所以，目前市面流行的常规鲍、翅、燕做法已明显危及消费客人的身体健康。

二、本发明技术内容：

本技术目的在于克服现有烹饪技术对人体健康造成的危害，恢复鱼翅、鲍鱼、燕窝对人体的有益特性，从健康保健角度选择烹饪技法，从营养保健角度选择辅助材料，提供一种能够预防改善和保护富贵病人群身体健康的鲍鱼、鱼翅、燕窝烹调方法。

三、本发明技术方案：

1、不破坏原料固有特性，保存其有益成份，鲍鱼、鱼翅、燕窝用清水清洗后浸泡、加热，自然涨发（出货率比碱性物质涨发少一倍左右）。

2、选用脂肪含量少，饱和脂肪酸比值低的农家土鹅、土鸡、兔子、鲨鱼软骨为煲汤材料。

3、新鲜原料洗净后斩成小块，直接煲制，时间控制在三小时以内。不经高温油炸，不给有害物质生成提供条件。

4、调制汤汁香度：用橄榄仁、核桃仁、芝麻仁、黄豆微火炒香后，按一定比例混合，磨成浓汁（象芝麻酱一样的）调制，运用这些果仁中所含不饱和脂肪酸，溶解血液中胆固醇，利用果仁中纤维素调理人的肠胃，降低毒素堆集减少肠癌发病率。果仁中的卵磷脂、维生素、矿物质、必需脂肪酸等都有益人体健康。

5、调制汤汁颜色，选用具有活血化瘀功能的名贵中药藏红花（每人每餐零点零一克无毒副作用），加维生素丰富的红菜椒汁调制汤汁红色；选用具有清热泻火功能的凉茶桅子（无毒副作用可代茶饮用）加黄菜椒汁调制汤汁黄色；选用具有清热解毒功能的绿豆嫩芽汁，绿茶粉加维生素丰富的青菜汁调制汤汁绿色；选用具有清脂、降糖降压功能的螺旋藻加钙、铁、维生素丰富的黑米、黑芝麻粉调制汤汁黑色；选用具有良好保健功能的橄榄仁、核桃仁、鲜牛奶调制汤汁白色；选用具有活血化瘀功能的玫瑰花、月季花、清热解毒功能的仙人掌鲜红果实肉、火龙果紫色皮肉调制汤汁紫色。

四、本发明技术有益效果：

1、本发明提供了一种全新的鲍鱼、鱼翅、燕窝烹饪方法，改变了时下市面上烹制鲍鱼、鱼翅、燕窝、重用猪油、香精、色素、冰糖、不良致癌物等，有害人体健康的弊端；

2、本烹饪技术最大限度地保留了鱼翅、鲍鱼、燕窝对人体的有益成份；

3、本烹饪技术营养均衡，食用后对富贵病体质可明显改善和预防；

4、本烹饪技术突出的重点是健康，符合追求健康、追求形体美、追求生命质量的时代文明。

五、本发明技术实施方法：

1、鱼翅发制：鱼翅清洗干净后，用矿泉水泡上，入冷藏室，零度浸泡

天至透，飞水焖软去杂，稀棉布包住，竹篾夹上，压力锅下垫飞水洗净的土鹅块，上盖土鸡块，中间是包好的鱼翅，添汤放葱姜各一两，大火烧开后，上气后改小火压 100 分钟至软透筋滑关火取出，原汤过滤加蚝油、红酒、生抽、木糖醇、把鱼翅为煨入味，篦出原汤过滤，配鹅汤调鲜、调香、调色、调浓度、淋鱼翅上配黄瓜仔、小蕃茄、杂粮饭食用，用苹果醋清口。

2、鲍鱼发制：鲍鱼清洗干净后，用清水泡上，零度浸泡五天至透（每天换水一次）飞水焖软，配土鹅、土鸡、兔子，入压力锅，添汤加盖大火烧上气，改小火压 150 分钟至软透筋滑香味溢出时，关火自然冷却，起出原汁过滤加蚝油、红酒、木糖醇、生抽调味，放入鲍鱼复小火慢煨半小时关火，入味后篦出原汁加鹅汤调色、调香、调浓度，淋鲍鱼上，配西兰花、小木瓜、杂粮面、佐以红酒食用。

3、燕窝发制：燕窝用清水清洗，浸软、拣去燕毛杂质漂净，加矿泉水密封蒸十五分钟取出，温度下降至三十度左右时，复蒸至筋软展开时取出，每位 100 克分开加原汤 50 克，配调制的多种汁食用。

2、汤汁调制

(1)、土鹅、土鸡、兔肉去头尾、血污、洗净，斩 2 厘米见方小块（易于原料中鲜味物质溶出）加鲨鱼软骨，飞水煲制二个半小时取鲜汤使用；

(2) 汤汁调鲜只用盐或生抽（酱油）蚝油。不用味精、香精等；

(3) 汤汁调香用橄榄仁、核桃仁、腰果炒微黄，石磨加工成浆调制；

(4) 汤汁调色用具有活血化瘀功能的中药藏红花、玫瑰花；清热泻火功能的桅子；清热解毒功能的仙人掌红色果肉、火龙果紫色皮肉；维生素丰富的红菜椒汁，黄菜椒汁、绿茶粉、黑芝麻等天然食物原料自然色彩调制。

使用多种色泽不同的新鲜水果榨汁，配合木糖醇、调制燕窝甜汁；红糯米粉、黑芝麻粉、牛奶加鹅汤、盐蒸热调制燕窝咸汁。这样鱼翅、鲍鱼、燕窝在适宜富贵病体质的有益成分得到很好保护的基础上，更加丰富强化了健康保健功能，目的在于让顾客享受美食的同时吃出文明，吃出健康来。