



## (12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 102132821 A

(43) 申请公布日 2011.07.27

(21) 申请号 201110048953.1

(22) 申请日 2011.03.01

(71) 申请人 黑龙江省金太阳农业开发有限公司  
地址 150300 黑龙江省哈尔滨市阿城区金京大厦九层

(72) 发明人 孙炳成 施树东

(51) Int. Cl.

A23L 1/10 (2006.01)

A23L 1/29 (2006.01)

权利要求书 1 页 说明书 3 页

(54) 发明名称

配方营养米及制备方法

(57) 摘要

配方营养米及制备方法,它涉及营养米及制备方法。它解决了大米维生素 A、维生素 B1、维生素 B2、钙、铁、锌、硒等元素达不到食用者摄入量的要求,目前市场上推出营养强化米添加了人工合成的一些元素,对食用者存有安全风险的问题。本发明由粳米、糯米、玉米、大黄米、小米、黑米、薏米、红小豆和葡萄干配制而成。本发明根据现有谷物及豆类所含微量元素营养成分的不同组合互补,搭配来补充食用者营养的均衡摄入,经过多次的组方配制出了营养丰富、口感柔韧耐嚼、饭味清香四溢、老少适宜的配方营养米,既安全又方便,具有预防疾病和营养保健的作用。

1. 配方营养米,其特征在于按重量由粳米 80 ~ 83 份、糯米 3 ~ 4 份、玉米 3 ~ 4 份、大黄米 2 ~ 3 份、小米 1 ~ 2 份、黑米 1 ~ 2 份、薏米 1 ~ 2 份、红小豆 4 ~ 6 份和葡萄干 1 ~ 2 份配制而成。

2. 根据权利要求 1 所述的配方营养米,其特征在于按重量由粳米 83 份、糯米 3 份、玉米 3 份、大黄米 2 份、小米 1 份、黑米 1 份、薏米 1 份、红小豆 5 份和葡萄干 1 份配制而成。

3. 根据权利要求 1 或 2 所述的配方营养米,其特征在于粳米采用东北有机粳米。

4. 根据权利要求 1 或 2 所述的配方营养米,其特征在于糯米采用东北有机糯米。

5. 配方营养米的制备方法,其特征在于该方法的步骤如下:

步骤一、按重量由粳米 80 ~ 83 份、糯米 3 ~ 4 份、玉米 3 ~ 4 份、大黄米 2 ~ 3 份、小米 1 ~ 2 份、黑米 1 ~ 2 份、薏米 1 ~ 2 份、红小豆 4 ~ 6 份和葡萄干 1 ~ 2 份组成;

步骤二、将步骤一中的玉米用机械把角质型玉米用破碎机加工成 1 ~ 3 毫米的颗粒备用;

步骤三、将步骤一中的红小豆用机械破碎加工成 3 ~ 5 毫米的颗粒备用;

步骤四、将经步骤二和步骤三中粉碎的玉米、红小豆于配方中的其它原料混合后,用机械搅拌均匀,在采用免淘洗设备进行免淘洗处理;

步骤五、将步骤四进行免淘洗处理后的混合米料进行成品包装,即制成本发明的营养米。

## 配方营养米及制备方法

### 技术领域

[0001] 本发明涉及营养米及制备方法。

### 背景技术

[0002] 目前,大米是人们日常生活的主要食物,能持续、均衡提供给食用者热量、蛋白质、维生素、矿物质等营养元素的基础食品。随着人们生活水平的提高,大米加工的精度也越来越高,米越来越白、越来越精,而大米的微量元素保留率、各种营养成分(淀粉除外)也呈大幅度降低的趋势。大米中微量元素的含量本身就不丰富,根据卫生部、农业部、国家统计局共同组织的第三次全国营养调查数据表明,维生素 A、维生素 B1、维生素 B2、钙、铁、锌、硒等元素均没有达到食用者摄入量的要求。尽快控制人们微量元素营养缺乏、改善国民营养状况迫在眉睫,虽然现在市场上推出了营养强化米,但都是添加了人工合成的一些元素,对食用者存有安全风险的问题。

### 发明内容

[0003] 本发明为了解决现有大米维生素 A、维生素 B1、维生素 B2、钙、铁、锌、硒等微量元素达不到食用者摄入量的要求,目前市场上推出营养强化米添加了人工合成的一些元素,对食用者存有安全风险的问题,提供了一种配方营养米及制备方法,解决该问题的具体技术方案如下:

[0004] 本发明的配方营养米,按重量由粳米 80~83 份、糯米 3~4 份、玉米 3~4 份、大黄米 2~3 份、小米 1~2 份、黑米 1~2 份、薏米 1~2 份、红小豆 4~6 份和葡萄干 1~2 份配制而成。

[0005] 本发明的配方营养米的制备方法的步骤如下:

[0006] 步骤一、按重量由粳米 80~83 份、糯米 3~4 份、玉米 3~4 份、大黄米 2~3 份、小米 1~2 份、黑米 1~2 份、薏米 1~2 份、红小豆 4~6 份和葡萄干 1~2 份配制而成。

[0007] 步骤二、将步骤一中的玉米用机械把角质型玉米用破碎机加工成 1~3 毫米的颗粒(即小玉米糝子)备用;

[0008] 步骤三、将步骤一中的红小豆用机械破碎加工成 3~5 毫米的颗粒备用;

[0009] 步骤四、将经步骤二和步骤三中粉碎的玉米、红小豆于配方中的其它原料混合后,用机械搅拌均匀,在采用免淘洗设备进行免淘洗处理;

[0010] 步骤五、将步骤四进行免淘洗处理后的混合米料进行成品包装,即制成本发明的营养米。

[0011] 本发明的配方营养米及制备方法,根据现有的谷物及豆类所含微量元素的不同进行组合互补、搭配来补充食用者营养的均衡摄入,经过多次的组方配制和食用,配制出了营养丰富、口感柔韧耐嚼、饭味清香四溢、老少适宜的一种新型配方营养米;即安全又方便,具有食疗的功效,长期食用具有预防疾病和营养保健的作用,可使内分泌平衡,消除疲劳,补血益气,补脑健肾,可延年益寿。

## 具体实施方式

[0012] 具体实施方式一：本实施方式按重量由粳米 80～83 份、糯米 3～4 份、玉米 3～4 份、大黄米 2～3 份、小米 1～2 份、黑米 1～2 份、薏米 1～2 份、红小豆 4～6 份和葡萄干 1～2 份配制而成。

[0013] 具体实施方式二：本实施方式与步骤一的不同点在与按重量由粳米 83 份、糯米 3 份、玉米 3 份、大黄米 2 份、小米 1 份、黑米 1 份、薏米 1 份、红小豆 5 份和葡萄干 1 份配制而成。

[0014] 具体实施方式三：本实施方式的配方营养米的制备方法的步骤如下：

[0015] 步骤一、按重量由粳米 80～83 份、糯米 3～4 份、玉米 3～4 份、大黄米 2～3 份、小米 1～2 份、黑米 1～2 份、薏米 1～2 份、红小豆 4～6 份和葡萄干 1～2 份组成；

[0016] 步骤二、将步骤一中的玉米用机械把角质型玉米用破碎机加工成 1～3 毫米的颗粒（即小玉米糝子）备用；

[0017] 步骤三、将步骤一中的红小豆用机械破碎加工成 3～5 毫米的颗粒备用；

[0018] 步骤四、将经步骤二和步骤三中粉碎的玉米、红小豆于配方中的其它原料混合后，用机械搅拌均匀，在采用免淘洗设备进行免淘洗处理；

[0019] 步骤五、将步骤四进行免淘洗处理后的混合米料进行成品包装，即制成本发明的营养米。

[0020] 粳米：每 100g 一级标米（粳）约含水 13.7g，能量约为 343 千卡，蛋白质 7.7g，脂肪 0.6g，膳食纤维 0.6g，碳水化合物 77.4g，VB10.16mg，VB20.08mg，尼克酸（烟酸）1.3mg，VE1.01mg，钙 11mg，磷 121mg，铁 1.1mg，钾 97mg，镁 34mg，锌 1.45mg，硒 2.5mg。粳米中的蛋白质、脂肪、维生素含量都比精白米多。

[0021] 粳米有治诸虚百损，强阴壮骨，生津、明目、长智的功能。粳米煮粥可以补中益气，健脾养胃，益精强志，强壮筋骨，和五脏，通血脉，聪耳明目，止烦，止渴，止泄，是人间第一补物。

[0022] 黑米：又名补血糯，是一种营养更为丰富的保健食品。

[0023] 玉米糝子：每 100g 玉米中含蛋白质 8.8g，膳食纤维 8g，脂肪 3.8g，糖类 74.7g，能量 336 千卡，钙 10mg，磷 244mg，铁 2.2mg，VB10.27mg，VB20.07mg，VE8.23mg，烟酸 2.3mg，硒 4.14ug，镁 95mg，锌 1.85mg，钾 262mg。

[0024] 玉米中所含营养物质能降低血液中的胆固醇含量，防止动脉硬化和冠心病的发生。天然 VE 可增强体力及耐抗力，中老年人常吃玉米及其花丝食品可延缓衰老。除了含有较多微量元素硒、镁外，还有丰富的赖氨酸、木质素以及被称为致癌化学物“手铐”的谷胱甘肽等多种抗癌物质。能催化有机过氧化物还原，加速自由基的分解，破坏化学物质的致癌性，因而是一种十分理想的抗癌食物，特别能减少结肠癌和直肠癌的发病率。

[0025] 小米：每 100g 小米中含蛋白质 10.4g，膳食纤维 4.3g，脂肪 3.1g，淀粉 72～76g，钙 41mg，磷 229mg，铁 4.7～7.8mg，其中 70% 是淀粉。蛋白质的氨基酸成分中，苏氨酸、蛋氨酸和色氨酸的含量高于一般谷类。小米中的脂肪、VB10.33mg，VB20.10mg，VA17ug，胡萝卜素 100ug，钙 41mg，磷 229mg，钾 284mg，镁 107mg，铁 5.1mg，锌 1.87mg，硒 4.74ug，每 100g 的能量约为 351 千卡。

[0026] 小米有滋养肾气,健脾胃,清虚热等医疗功能。

[0027] 薏米:每 100g 薏苡仁中含蛋白质 12.8g,膳食纤维 2g,脂肪 3.3g,碳水化合物 71.1g,能量约为 357 千卡,VB10.22ug,VB20.15mg,VE2.08mg,钙 42mg,磷 217mg,钾 238mg,镁 88mg,铁 3.6mg,锌 1.68mg,硒 3.07ug,另含薏仁酯、薏苡仁油、三萜化合物和各类氨基酸。

[0028] 薏米有健脾、补肺、清热、利湿的作用,对皮肤异常增生,如粉刺、赘疣等有防止作用,利于粗糙皮肤的健美。

[0029] 大黄米:每 100g 糜子(带皮)约含水分 9.4g,蛋白质 10.6g,脂肪 0.6g,膳食纤维 6.3g,能量约为 323 千卡,膳食纤维 6.3g,碳水化合物 75.1g,灰分 4.3g,VB10.45mg,VB20.18mg,VE 3.5mg,钾 148mg,钠 9.6mg,钙 99mg,镁 146mg,铁 5mg,锰 1.1mg,锌 2.07mg,铜 0.61mg,磷 205mg,硒 12.01ug。

[0030] 大黄米性味平和,甘美,有黏性,适合人食用,无禁忌。

[0031] 红小豆:每 100g 中含蛋白质 20.2g,脂肪 0.6g,碳水化合物 63.4g,铁 7.4mg,钙 74mg,磷 305mg,钾 860mg,镁 138mg,锌 2.2mg,硒 3.8ug,烟酸 2.1mg,VA13ug,胡萝卜素 80ug,VB10.16mg,VB20.11mg,尼克酸 2.0mg,VE14.36mg,膳食纤维 7.7g,能量 309 千卡。另含铜、菸酸、皂素等。

[0032] 红小豆性平味甘酸,无毒。有滋补强壮,健脾养胃,利尿除湿,和气排脓,清热解毒,通乳汁和补血的功能。不仅可用于跌打损伤,淤血肿痛,且对于一切痈疽疮疥及赤肿(丹毒)也有消毒功用,特别有利于各种特发性水肿病人的食疗。含有皂甘的特殊成分,能刺激肠管并促进通便及排尿,可消除心脏病或肾脏病所造成的浮肿。

[0033] 葡萄干:每 100 克中含热量 341 千卡,硫胺素 0.09mg,钙 52mg,蛋白质 2.5mg,镁 45mg,脂肪 0.4mg,铁 9.1mg,碳水化合物 81.8g,维生素 C 5mg,锰 0.39mg,膳食纤维 1.6g,锌 0.18mg,铜 0.48mg,胡萝卜素 2.1ug,钾 995mg,磷 90mg,视黄醇当量 11.6ug,钠 19.1mg,硒 2.74ug。

[0034] 葡萄干性平、味甘、微酸;具有补肝肾,益气血,生津液,利小便的功效。食用葡萄干可防范眩晕、心悸、乏力等低血糖反应症状;葡萄干中的铁和钙含量十分丰富,是儿童、妇女及体弱贫血者的滋补佳品,可补血气、暖肾,治疗贫血,血小板减少;葡萄干内含大量葡萄糖,对心肌有营养作用,有助于冠心病患者的康复;葡萄干还含有多种矿物质和维生素、氨基酸,常食对神经衰弱和过度疲劳者有较好的补益作用,还是妇女病的食疗佳品。

[0035] 配方营养米食用方法:在煮饭前要用水把营养米浸泡 15 ~ 20 分钟,然后再煮饭,饭煮好后要闷 5 ~ 8 分钟以后再开锅食用。