



(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 103404767 A

(43) 申请公布日 2013. 11. 27

(21) 申请号 201310266911. 4

(22) 申请日 2013. 06. 29

(71) 申请人 马鞍山市黄池食品(集团)有限公司  
地址 243161 安徽省马鞍山市当涂县黄池镇  
食品路 1 号

(72) 发明人 麻志刚

(74) 专利代理机构 安徽合肥华信知识产权代理  
有限公司 34112

代理人 方峥

(51) Int. Cl.

A23L 1/10(2006. 01)

A23L 1/30(2006. 01)

权利要求书1页 说明书2页

(54) 发明名称

一种含五豆营养保健米及其制作方法

(57) 摘要

本发明公开一种薄荷蚕豆羹的制作方法,由下列重量份的原料制成:蚕豆 450-550、白扁豆 50-80、莲子 50-80、玉米 50-100、山药淀粉 50-60、银耳 20-30、麦芽 40-50、薄荷 5-10、松叶 3-4、金银花 5-10、鸡蛋果 50-60、冰糖 40-50、猪皮冻 50-60、猕猴桃 50-60、竹茹 2-3、枇杷叶 1-3、厚朴 2-3、白花蛇舌草 1-2、紫苏叶 1-2、陈皮 2-3。本发明配方中增加的五豆营养丰富且有护五脏的功效,同时添加的三七粉有降血脂、降血糖、提高机体免疫功能等作用,黄芪有健脾和胃、益血补气的功效,葛根能降糖降脂、益智的作用,适合各种人群食用,有益健康。

1. 一种含五豆营养保健米,其特征在于由下列重量份的原料制成:大米 600-800、糯米 100-150、黑豆 20-30、白芸豆 15-25、绿豆 15-25、红豆 20-30、黄豆 30-40、魔芋 10-20、姬松茸 10-20、山茱萸 10-15、薏苡仁粉 10-15、荞麦 30-40、三七粉 5-15、紫菜粉 10-15、西瓜皮 10-15、桑叶 1-3、黄芪 1-2、葛根 2-3、菠菜根 1-3、玉米须 2-3、布渣叶 2-3、千针万线草 1-3、水适量。

2. 一种含五豆营养保健米的制作方法,其特征在于包括以下步骤:

(1) 将黑豆、白芸豆、绿豆、红豆、黄豆炒香,加入其总重量 4-8 倍水煮,同时加入包覆有桑叶、黄芪、葛根、菠菜根、玉米须、布渣叶、千针万线草的布袋,煮制五豆发胀炸开,取出布袋,研磨成豆浆;

(2) 将西瓜皮去内层红瓢和外层青皮,魔芋去皮洗净,与洗净的姬松茸、山茱萸、西瓜皮合并打浆;

(3) 将大米、糯米、荞麦研磨成粉,过 120-200 目筛,筛余物再次研磨合并粉体;

(4) 将上述浆液合并搅匀,与磨粉、薏苡仁粉、三七粉、紫菜粉和适量水一起揉拌成面团;

(5) 将面团挤压成型成米粒,微波烘干即成含五豆营养保健米成品。

## 一种含五豆营养保健米及其制作方法

### 技术领域

[0001] 本发明涉及食品领域,特别涉及一种含五豆营养保健米及其制作方法。

### 背景技术

[0002] 五豆分别是黑豆、白芸豆、红豆、绿豆、黄豆五种豆子,《本草纲目》记载:豆有五色,各养五脏;绿豆益肝、红豆养心、黄豆健脾、白芸豆润肺、黑豆补肾。

[0003] 各种精粮及肉类成了人们的主粮,但其能量高且缺失人体必须的纤维素和部分维生素及其他微量之素,再加上营养结构不平衡,随着人们生活水平的提高,越来越需要营养均衡有保健功能的主粮。

### 发明内容

[0004] 本发明目的就是提供一种含五豆营养保健米及其制作方法。

[0005] 本发明是通过以下技术方案实现的:

一种含五豆营养保健米,由下列重量份的原料制成:大米 600-800、糯米 100-150、黑豆 20-30、白芸豆 15-25、绿豆 15-25、红豆 20-30、黄豆 30-40、魔芋 10-20、姬松茸 10-20、山茱萸 10-15、薏苡仁粉 10-15、荞麦 30-40、三七粉 5-15、紫菜粉 10-15、西瓜皮 10-15、桑叶 1-3、黄芪 1-2、葛根 2-3、菠菜根 1-3、玉米须 2-3、布渣叶 2-3、千针万线草 1-3、水适量。

[0006] 一种含五豆营养保健米的制作方法,包括以下步骤:

(1) 将黑豆、白芸豆、绿豆、红豆、黄豆炒香,加入其总重量 4-8 倍水煮,同时加入包覆有桑叶、黄芪、葛根、菠菜根、玉米须、布渣叶、千针万线草的布袋,煮制五豆发胀炸开,取出布袋,研磨成豆浆;

(2) 将西瓜皮去内层红瓢和外层青皮,魔芋去皮洗净,与洗净的姬松茸、山茱萸、西瓜皮合并打浆;

(3) 将大米、糯米、荞麦研磨成粉,过 120-200 目筛,筛余物再次研磨合并粉体;

(4) 将上述浆液合并搅匀,与磨粉、薏苡仁粉、三七粉、紫菜粉和适量水一起揉拌成面团;

(5) 将面团挤压成型成米粒,微波烘干即成含五豆营养保健米成品。

[0007] 本发明的优点是:

本发明配方中增加的五豆营养丰富且有护五脏的功效,同时添加的三七粉有降血脂、降血糖、提高机体免疫功能等作用,黄芪有健脾和胃、益血补气的功效,葛根能降糖降脂、益智的作用,适合各种人群食用,有益健康。

### 具体实施方式

[0008] 下面结合具体实施例对本发明作进一步的说明:

一种含五豆营养保健米,由下列重量份的原料制成:大米 800、糯米 100、黑豆 20、白芸豆 20、绿豆 25、红豆 30、黄豆 40、魔芋 15、姬松茸 10、山茱萸 10、薏苡仁粉 15、荞麦 40、三七

粉 10、紫菜粉 15、西瓜皮 15、桑叶 2、黄芪 2、葛根 3、菠菜根 2、玉米须 2、布渣叶 2、千针万线草 1、水适量。

[0009] 一种含五豆营养保健米的制作方法,包括以下步骤:

(1) 将黑豆、白芸豆、绿豆、红豆、黄豆炒香,加入其总重量 8 倍水煮,同时加入包覆有桑叶、黄芪、葛根、菠菜根、玉米须、布渣叶、千针万线草的布袋,煮制五豆发胀炸开,取出布袋,研磨成豆浆;

(2) 将西瓜皮去内层红瓢和外层青皮,魔芋去皮洗净,与洗净的姬松茸、山茱萸、西瓜皮合并打浆;

(3) 将大米、糯米、荞麦研磨成粉,过 200 目筛,筛余物再次研磨合并粉体;

(4) 将上述浆液合并搅匀,与磨粉、薏苡仁粉、三七粉、紫菜粉和适量水一起揉拌成面团;

将面团挤压成型成米粒,微波烘干即成含五豆营养保健米成品。