



(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 102715405 A

(43) 申请公布日 2012. 10. 10

(21) 申请号 201210233573. X

(22) 申请日 2012. 07. 08

(71) 申请人 董亚荣

地址 046300 山西省长治市武乡县建安巷
七十二户

(72) 发明人 董亚荣

(74) 专利代理机构 太原华弈知识产权代理事务
所 14108

代理人 李毅

(51) Int. Cl.

A23L 1/10(2006. 01)

A23L 1/29(2006. 01)

权利要求书 1 页 说明书 1 页

(54) 发明名称

墨鱼羊肚菌粥

(57) 摘要

本发明公开了一种具有补血壮阳、解毒抗癌的墨鱼羊肚菌粥。由下述重量份数的原料制成：墨鱼干 1、水发羊肚菌 1、小米 3、水 20。本发明的制备方法是将墨鱼干用 40° C-60° C 的温水浸泡 30 分钟后，切成肉丁，将水发羊肚菌清洗干净切成小块；先将墨鱼干和小米入锅熬烂后，再将水发羊肚菌入锅，小火熬 20 分钟即可。

1. 墨鱼羊肚菌粥,其特征是由下述重量份数的原料制成:

墨鱼干 1 水发羊肚菌 1 小米 3 水 20。

2. 根据权利要求 1 所述的墨鱼羊肚菌粥的制备方法:将墨鱼干用 40° C-60° C 的温水浸泡 30 分钟后,切成肉丁,将水发羊肚菌清洗干净切成小块;先将墨鱼干和小米入锅熬烂后,再将水发羊肚菌入锅,小火熬 20 分钟即可。

墨鱼羊肚菌粥

技术领域

[0001] 本发明涉及一种食物,特别是一种粥。

背景技术

[0002] 粥是中国人的主食之一,粥的品种多不胜数,无论走到哪里都有粥的身影。许多病人或身体较差的人,经常以粥为载体进行滋补,因此,粥有天下第一补品之王的美誉。但是,一般人对粥的认识还不够,以为在锅中倒入几杯水,随意加入几种食材,用火一熬就可以做好。对食物的相宜相克原理并不十分清楚,胡乱搭配食材,没能充分利用各种食材的价值,不是造成浪费,就是达不到食补的作用。

发明内容

[0003] 本发明的目的是提供一种补血壮阳、解毒抗癌的墨鱼羊肚菌粥。

[0004] 本发明的技术方案是:由下述重量份数的原料制成:

墨鱼干 1 水发羊肚菌 1 小米 3 水 20。

[0005] 本发明的制备方法如下:

将墨鱼干用 40° C-60° C 的温水浸泡 30 分钟后,切成肉丁,将水发羊肚菌清洗干净切成小块;先将墨鱼干和小米入锅熬烂后,再将水发羊肚菌入锅,小火熬 20 分钟即可。

[0006] 墨鱼味咸、性平,入肝、肾经。具有养血、通经、催乳、补脾、益肾、滋阴、调经、止带之功效。用于治疗妇女经血不调、水肿、湿痹、痔疮、脚气等症。墨鱼肉、脊骨(中药名为海螵蛸)均可入药。李时珍称墨鱼为“血分药”,是治疗妇女贫血、血虚经闭的良药;羊肚菌性平,味甘寒,无毒。有益肠胃、助消化、化痰理气、补肾壮阳、补脑提神等功效,另外还具有强身健体、预防感冒,增强人体免疫力的功效。羊肚菌含抑制肿瘤的多糖,抗菌、抗病毒的活性成分,具有增强机体免疫力、抗疲劳、抗病毒、抑制肿瘤等诸多作用;小米的营养价值很高,含蛋白质 9.2—14.7%,脂肪 3.0—4.6% 及多种维生素。同时还含有钙,磷,钾,钠,镁,铁,锌,硒,铜,锰,碘等。

具体实施方式

[0007] 实施例,将 10 克墨鱼干用 40° C-60° C 的温水浸泡 30 分钟后洗净,切成肉丁,将 30 克水发羊肚菌清洗干净后切成小块。先将切好的墨鱼干和 30 克小米入锅熬烂,再将切好的水发羊肚菌入锅,小火熬 20 分钟即可。