

1. 一种人参隔水蒸鸡的制作方法

申请号

CN202210093498

申请日

2022.01.26

公开(公告)日

2022.05.06

ipc分类号

A23L13/50

申请(专利权)人

广东天盛农业科技开发有限公司

发明人

陈木明; 陈浩然; 王小勤; 王怡栓; 邱建琳; 陈珍荣; 杨荣妹

摘要

– ABSTRACT : 本发明公开一种人参隔水蒸鸡的制作方法, 其通过先煮后蒸的方式, 所制作的蒸鸡不仅具有丰富及其有层次的香味与口味, 并且营养丰富, 滋补与保健效果佳, 其具有补血养肾、健脾养胃、补气活血、生津安神、清热解毒等功效, 可达到“吃以致健, 吃以达气”的健康效果, 特别是针对老年人的体质, 具有养生、保健功效。

权利要求

1. 一种人参隔水蒸鸡的制作方法, 其特征在于, 其包括如下步骤:
 - 1) 选3-4斤三黄鸡, 宰杀后, 放血、褪毛、去内脏、清洗干净后晾干水分;
 - 2) 将中药包放入水中用明火煲一定时间后, 取出中药包后, 加入白糖拌解, 得中药液;
 - 3) 待中药液降温后, 将鸡放入其内后, 用小火煲一定时间;
 - 4) 将鸡取出后, 用冷水进行浸泡;
 - 5) 将配料包放入鸡体内后, 将鸡进行清蒸后, 将鸡内的配料包取出;
 - 6) 将鸡切开后, 即可食用。
2. 根据权利要求1所述的一种人参隔水蒸鸡的制作方法, 其特征在于, 步骤2) 中的中药包由人参、菟丝子、玉竹、茅根、桑叶、牛大力、山楂、枸杞、山药、红枣、肉姜片、鲜木瓜、甘草制成。
3. 根据权利要求1所述的一种人参隔水蒸鸡的制作方法, 其特征在于, 步骤5) 中的配料包由香叶、山姜头、香菜、鲜葱、蛤蒌叶制成。
4. 根据权利要求1所述的一种人参隔水蒸鸡的制作方法, 其特征在于, 步骤5) 中对鸡进行清蒸时, 其采用荷叶垫于鸡的下方进行清蒸。
5. 根据权利要求1所述的一种人参隔水蒸鸡的制作方法, 其特征在于, 步骤5) 中的鸡在清蒸前用盐、鸡粉涂抹鸡身。
6. 根据权利要求1所述的一种人参隔水蒸鸡的制作方法, 其特征在于, 步骤2) 中的中药包与水用明火煲40分钟; 步骤3) 中待中药液温度降至50℃时将鸡放入其内, 并用小火煲20-35分钟; 步骤4) 中将鸡取出后, 用冷水浸2分钟; 步

骤5)中采用100℃的温度，将鸡清蒸25分钟。

7. 采用权利要求1至7任一项所述的人参隔水蒸鸡的制作方法制作的蒸鸡。

说明书

一种人参隔水蒸鸡的制作方法

技术领域

本发明涉及食品加工技术领域，尤其涉及一种人参隔水蒸鸡的制作方法。

背景技术

现在社会中天天忙忙碌碌，常处于亚健康状态，特别是老年人，随着生理机能减退或失能，身体素质有所下降，容易出现贫血、呼吸道感染、低血糖、失眠、疲气、反复感冒等症状，严重者会影响到老年人的正常生活，所以老年人更应该注重养生。而中医养生“治未病”的思想深入人心，采用食疗的方式进行养生“治未病”也越来越为人们认识并接受。

而鸡肉是餐桌上最常见的肉类食品之一，含有丰富的蛋白质、维生素C、E等微量元素，是非常滋补的菜肴，甚至于对于中国人而言在正常宴席及家庭上可谓是“无鸡不成宴”。

但现有的鸡的烹饪做法多以白切鸡、炒鸡、炖鸡、烧鸡出现为主，品味单一，香味单一，并且无法满足有些人更进一步地养生“治未病”的需求。

发明内容

因此，基于以上背景，本发明提供一种人参隔水蒸鸡的制作方法，所制备的蒸鸡具有丰富的香味与口味，营养丰富，并且更滋补，可达到“吃以致健，吃以达气”的健康效果，特别是针对老年人的体质，具有养生功效。

本发明提供的技术方案为：

一种人参隔水蒸鸡的制作方法，其包括如下步骤：

- 1) 选3-4斤三黄鸡，宰杀后，放血、褪毛、去内脏、清洗干净后晾干水分；
- 2) 将中药包放入水中用明火煲一定时间后，取出中药包后，加入白糖拌解，得中药液；
- 3) 待中药液降温后，将鸡放入其内后，用小火煲一定时间；
- 4) 将鸡取出后，用冷水进行浸泡；
- 5) 将配料包放入鸡体内后，将鸡进行清蒸后，将鸡内的配料包取出；
- 6) 将鸡切开后，即可食用。

进一步地，步骤2)中的中药包由人参、菟丝子、玉竹、茅根、桑叶、牛大力、山楂、枸杞、山药、红枣、肉姜片、鲜木瓜、甘草制成。

进一步地，步骤5)中的配料包由香叶、山姜头、香菜、鲜葱、蛤蒌叶制成。

进一步地，步骤5)中对鸡进行清蒸时，其采用荷叶垫于鸡的下方进行清蒸。

进一步地，步骤5)中的鸡在清蒸前用盐、鸡粉涂抹鸡身。

进一步地，步骤2)中的中药包与水用明火煲40分钟；步骤3)中待中药液温度降至50℃时将鸡放入其内，并用小火煲20-35分钟；步骤4)中将鸡取出后，用冷水浸2分钟；步骤5)中采用100℃的温度，将鸡清蒸25分钟。

本发明还可提供了一种采用上述制备方法制作的蒸鸡。

本发明先采用中药液进行熬煮，再采用荷叶垫底清蒸的方法，其不仅具有丰富的香气与口味，包括香叶香、荷叶香、蛤蒌叶清香，香气丰富，具有层次感，并且具有较强的滋补效果，其采用的中药包中人参大补元气，复脉固

脱，补脾益肺，生津，安神；菟丝子滋补肝肾，固精缩尿；玉竹养阴润燥，生津止渴；茅根凉血止血，清热解毒；桑叶疏散风热，清肺润燥，清肝明目；牛大力补虚润肺，强筋活络；山楂消食健胃，行气散瘀；枸杞滋补肝肾，益精明目；山药补脾养胃，生津益肺，补肾涩；红枣滋阴补阳，养胃，健脾，益血，补，强身；肉姜片健胃祛寒和发汗；木瓜平肝舒筋，和胃化湿；甘草补脾益气，清热解毒，祛痰止咳，缓急止痛，调和诸药。鸡在采用小火煲煮时，鸡肉充分吸收中药液，使得不仅具有鸡肉本身的滋养功效，并且还具有补血养肾、健脾养胃、补气活血、生津安神、清热解毒等功效，具有保健养生功效，营养、健康，不仅适合年轻人，对于老人保健养生效果更甚，适合长期食用，达到改善机体，增强体质，实现“治未病”的效果。

具体实施方式

为使本发明实施例的目的、技术方案和优点更加清楚，下面将结合本发明实施例，对本发明实施例中的技术方案进行清楚、完整地描述，显然，所描述的实施例是本发明一部分实施例，而不是全部的实施例。基于本发明中的实施例，本领域普通技术人员在没有作出创造性劳动前提下所获得的所有其他实施例，都属于本发明保护的范围。

实施例1：一种人参隔水蒸鸡，其采用以下方法制作：

1) 选3-4斤三黄鸡一只，宰杀后，放血、褪毛、去内脏、清洗干净后晾干水分；

2) 将中药包放入3kg左右的水中用明火煲20分钟后，取出中药包后，加入1000g白糖拌解，得中药液；

本实施例中的中药包由鲜人参30-150g、菟丝子5-10g、玉竹10-15g、茅根10-20份、鲜桑叶5片、牛大力5-15g、山楂5-10g、枸杞5-15g、山药20-30g、红枣6粒、肉姜片5片、鲜木瓜半边(大概500-750g)、甘草5g制成。

所述中药包为将各原料药采用纱布包裹制成。

3) 待中药液温度降至50℃后，将鸡放入其内后，用小火煲20-35分钟；

4) 将鸡取出后，用冷泉水进行浸泡；

5) 将配料包放入鸡体内后，将鸡采用100℃进行清蒸，清蒸25分钟后，将鸡内的配料包取出，并且将鸡置于碟上待切。

此步骤中在具体实施时，采用隔水清蒸。

此步骤中的配料包采用香菜4g，香叶6片、鲜葱3条、山姜头6片、蛤蒌叶5片，洗净切碎用纱布包好。

本步骤中鸡在清蒸前用盐、鸡粉涂抹鸡身；在清蒸时，将荷叶置于鸡的下方，即荷叶置底进行清蒸，可使得鸡肉更为鲜嫩，并且还具有荷叶的甘美清香。

6) 将鸡切开后，即可食用。

在食用时，本发明的清蒸鸡可蘸着清蒸的汤汁进行食用，味道更为鲜美、营养。

老年人的体质两大特点分别为肾精亏虚和气血运行不畅，尤以肾精亏虚为甚，其以脏腑受损，气血阴阳失调等为主要表现，因此，单纯的鸡食品可能会无法满足其滋补养生需求，而本发明采用先煮后蒸的方式，可使得鸡充分吸收中药液，使得其还具有滋肾阴、补肾阳、健脾养胃、气血双补、清热解毒等功效，使得其滋补养生效果更佳，尤其对于老年人。并且本发明采用先

煮后蒸的方式，使得鸡肉的口感鲜嫩，具有丰富的层次，并且还具有丰富与层次感的香气，色、香、味俱佳，不失为一道养生美味的主菜，可适合长期食用。

以上对本发明及其实施方式进行了描述，这种描述没有限制性，实施例中所示的也只是本发明的实施方式之一，实际的结构并不局限于此。总而言之如果本领域的普通技术人员受其启示，在不脱离本发明创造宗旨的情况下，不经创造性的设计出与该技术方案相似的结构方式及实施例，均应属于本发明的保护范围。