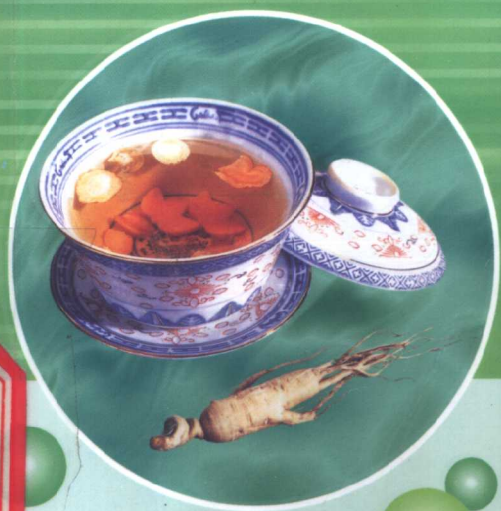


BAO JIAN YIN LIAO ZHI ZUO 100 LI

保健饮料

制作100例



蒋弘 刘永澎 主编

 科学技术文献出版社

保健饮料制作 100 例

主 编 蒋 弘 刘永澎
编 者 杨保华 喻 平 景 峰
范丽娟 杨清平

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

保健饮料制作 100 例/蒋弘等主编. -北京:科学技术文献出版社,
2002.4

ISBN 7-5023-3970-1

I. 保… II. 蒋… III. 饮料-疗效食品-食品加工 IV. TS275.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 000426 号

出 版 者:科学技术文献出版社

地 址:北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

图书编务部电话:(010)68514027, (010)68537104(传真)

图书发行部电话:(010)68514035(传真), (010)68514009

邮 购 部 电 话:(010)68515381, (010)68515544-2172

网 址:<http://www.stdph.com>

E-mail:stdph@istic.ac.cn; stdph@public.sti.ac.cn

策 划 编 辑:宋振峰 张述庆

责 任 编 辑:张述庆

责 任 校 对:唐 炜

责 任 出 版:刘金来

发 行 者:科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者:北京国马印刷厂

版 (印) 次:2002 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

开 本:850×1168 32 开

字 数:206 千

印 张:8.25

印 数:1~8000 册

定 价:12.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

本书介绍了 108 例保健饮料的制作方法、口味特色及医疗保健功能,提供了饮料制作的确切配方、工艺及实施例,文字叙述简明扼要,所述内容实用可靠。本书对于研究、开发、改良保健饮料产品具有指导意义和实用参考价值。

本书适合保健饮料产品开发、生产、销售人员以及广大消费者阅读使用。

我们所有的努力都是为了使您增长知识和才干

科学技术文献出版社是国家科学技术部所属的综合性出版机构,主要出版医药卫生、农业、教学辅导,以及科技政策、科技管理、信息科学、实用技术等各类图书。

目 录

纯天然药物性露汁饮料	(1)
五味子保健抗寒饮料	(2)
龙须保健护肝茶、饮料、冲剂和口服液	(3)
一种降脂保健饮料	(5)
一种降压降脂天然保健饮料汁	(9)
一种预防心脑血管疾病的中药饮料	(11)
双歧菌滋补保健饮料	(13)
一种滋补保健饮料	(18)
补血补气保健饮料	(20)
预防肝炎、糖尿病的中药饮料	(21)
女性保健饮料	(22)
婴孕宝营养液	(23)
一种儿童多功效保健饮料	(29)
一种含全蝎的保健饮料	(30)
一种天然保健饮料	(32)
一种以黑色食品为原料的保健饮料	(35)
一种氨基酸饮料	(37)
复合氨基酸饮料	(39)
阴阳分装中功饮料	(42)

一种劳保饮料	(43)
含金属硫蛋白的饮料	(47)
阴阳离子磁化保健饮料	(50)
纯天然食物植物消暑显效保健饮料	(52)
一种消暑保健饮料	(54)
酒伴侣功能饮品	(56)
醒酒保健饮料	(58)
多功能天然保健茶	(60)
沙棘茶	(66)
罗汉果袋泡茶	(70)
草珊瑚清凉茶	(73)
金银花茶饮料	(74)
苦丁茶发酵保健饮料	(76)
桑叶保健茶	(78)
一种多功效保健柿叶茶	(80)
三尖杉鹿寿保健茶	(81)
灵芝保健茶	(82)
一种灵芝奇茶	(85)
灵芝枣保健茶	(87)
宝宝补脑汁	(88)
太极功能饮料	(89)
美容保健饮料	(96)
纯天然减肥保健饮料	(99)
高效补钙保健饮料	(102)
氨基酸矿泉保健饮料	(107)
天然矿物保健饮料	(110)
一种生化保健饮料	(111)
保健饮料	(112)

强身健体保健饮料·····	(114)
一种功能保健饮料·····	(115)
抗衰宝茶·····	(117)
一种降脂保健茶·····	(119)
高级健身美容茶·····	(121)
东方减肥茶·····	(123)
营养减肥茶·····	(124)
速溶减肥茶·····	(126)
新型降压茶·····	(128)
舒胃茶·····	(130)
中国养生茶·····	(132)
中风灵茶·····	(134)
益肝茶·····	(135)
保健咖啡·····	(136)
咖啡健神饮料·····	(140)
柚子粒粒汁、果汁饮料·····	(142)
营养珠透明悬浮保健饮料·····	(145)
多彩珍珠饮料·····	(147)
珍珠花王营养保健饮品·····	(148)
螺旋藻天然饮料·····	(150)
海藻碳酸饮料·····	(155)
蛇胆保健饮料·····	(157)
板栗果茶·····	(159)
南瓜果茶·····	(161)
活性钙果茶·····	(162)
延寿保健果茶·····	(165)
一种含中药的解酒毒果茶·····	(166)
糖尿病患者可饮果茶·····	(168)

葵仁乳保健饮料·····	(169)
一种具有咖啡味的红枣滋补饮料·····	(170)
红枣爽·····	(172)
荸荠汁饮料·····	(173)
槟榔保健饮料·····	(175)
天然芒果椰子汁·····	(177)
沙梨保健饮料·····	(180)
鲜竹笋汁系列天然饮料·····	(183)
芹菜汁保健饮料·····	(186)
苏罗玛布饮料·····	(189)
黑葫芦饮料·····	(190)
蒲公英保健饮料·····	(192)
金针菇饮料·····	(194)
槟花保健饮料·····	(196)
百合杏仁保健饮料·····	(199)
绞股蓝养生保健饮料·····	(202)
复方绞股蓝保健饮品·····	(204)
保健营养型黄刺玫饮品·····	(207)
天然银杏汁饮料·····	(210)
银杏保健饮料·····	(214)
天然龙葵饮料·····	(217)
桦汁蜜天然高级饮料·····	(220)
浅金黄色红花保健饮料·····	(221)
一种纯天然植物保健饮料·····	(223)
一种健身饮料·····	(224)
谷米发酵保健饮料·····	(226)
一种稻、谷冷饮制品·····	(232)
公白营养液·····	(235)

杞子饮料·····	(238)
一种枸杞叶中草药制成的功能饮料·····	(240)
五参龙保健饮料·····	(243)
决明子粉保健饮料·····	(246)
五味子锗饮料·····	(249)

纯天然药物性露汁饮料

本发明是一种纯天然药物性露汁饮料及其生产工艺,属保健食品技术领域。

现有技术制成的饮品如果露、果汁、果茶、可乐、雪碧等饮料,一般都须加食品添加剂配制而成,其保健性能较弱。

本发明的目的在于针对上述存在的问题,提供一种从瓜果和野生植物中提取的纯天然药物性露汁饮料。

各成分配比(重量比):

南瓜或笋瓜	0.984 3~0.992 1
党参	0.001 98~0.002 9
黄芪	0.001 98~0.002 9
乌梅	0.002 5~0.003 74
陈皮	0.002 79~0.003 4
甜叶菊	0.000 01~0.001 96

工艺方法:

(1)按比例备好上述各成分;(2)将党参、黄芪、乌梅、陈皮、甜叶菊进行粉碎、混合,然后加水浸泡 12 小时,再放入容器内煮沸 2 小时后取出,经过滤、浓缩成浓缩液;(3)取南瓜,经清洗→去皮去籽→切片→粉碎→榨汁→过滤成南瓜滤液。在南瓜滤液中放入经本工艺(2)的浓缩液一起搅拌,然后在温度 80℃ 中消毒,消毒时间为 0.5 小时。在常温下降温至 20~35℃,进行成品灌装。生产工艺中的剩余南瓜滤渣可经烘干后进行粉碎、过筛,过筛后的粉状南瓜滤渣进行灌装。

实施例:

取南瓜所占成分比例 0.984 3,取其他成分比例:党参 0.002 9,黄芪 0.002 9,乌梅 0.003 74,陈皮 0.003 4,甜叶菊

0.001 96。取南瓜 100 千克,则取党参 0.294 6 千克,黄芪 0.294 6 千克,乌梅 0.374 千克,陈皮 0.345 4 千克,甜叶菊 0.199 0 千克。

五味子保健抗寒饮料

本发明是以五味子为主料的保健抗寒饮料。

目前市场上销售的饮料品种较多,但归纳起来主要有两种类型。一种是营养型饮料,如健力宝、橘汁、椰汁等各类果汁饮料;另一种是普通饮料,如汽水、汽酒等,即用水、色素、人工调味剂混合而成。这些饮料大都是为了消渴,不具备保健和抗寒功能。

本发明的目的在于提供一种具有保健和抗寒功能的饮料,不仅可以消渴,增加人体营养,而且具有保健和抗寒的功能,满足人们的多种需要和北方地区寒冬季节的需要。

工艺方法:

本发明是以五味子为主料加工制成的。首先将选好的干五味子洗净、捣碎,然后用 50~60℃ 白酒浸泡 15~20 天,然后提汁,去掉五味子渣,之后蒸发去醇,制成五味子原汁。将五味子沙汁加入适量调味剂和防腐剂,后加水,其配比为五味子原汁 0.5~1 份,水 3~4 份,搅拌均匀,沉淀 4~6 天,去掉沉淀物,即为五味子保健饮料,其配比为重量比。

抗寒饮料是由五味子、大枣、鲜姜制成。其工艺方法为:将五味子按上述的方法制成五味子原汁;大枣洗净,用党参浸液拌炒大枣,炒至暗红气香止,党参浸液为党参与水搅拌,其配比为党参 0.5~1 份、水 2~3 份,大枣与党参浸液拌炒的配比为大枣 5~6 份、党参浸液 1~2 份,然后用水煮拌炒后的大枣 30~60 分钟,过滤取大枣汁;将鲜姜洗净、粉碎,榨取姜汁,过滤掉渣子。将上述制好的五味子原汁、大枣汁、姜汁按比例混合,其配比为五味子原汁 2~5 份、大枣汁 0.5~2 份、姜汁 0.1~1 份,加适量防腐剂和助

剂,沉淀 4~6 天,去掉沉淀物即为抗寒饮料,上述配比均为重量比。

抗寒饮料的五味子也可用山楂代替,其工艺为将山楂洗净、粉碎,用常规方法榨汁,过滤取山楂汁。将山楂汁 2~5 份、大枣汁 0.5~2 份、姜汁 0.1~1 份混合,并加适量防腐剂和助剂,沉淀 4~6 天后去掉沉淀物,即为抗寒饮料,比例为重量比。

本发明的技术效果在于该饮料中的五味子性温,有补胃、益脾、生津的功能。据“中药大辞典”记载,五味子对多种虚损病、肝病、肾病、肺病、肠道疾病及神经衰弱等有较好的治疗作用。因此,用五味子制的五味子保健饮料不仅可以解渴,作为一般的饮料饮用,而且具有良好的保健滋补效果。并且五味子本身亦能增强人体的抗寒能力;大枣有补脾和胃、益气生津、强力的作用,营养丰富,使人体气血充盈,增加活力;鲜姜温中散寒,除风寒湿痹,增强人体抗寒能力。故用五味子、大枣、鲜姜或用山楂、大枣、鲜姜制成的饮料不仅可以止渴生津,而且有良好的抗寒和健身效果。

实施例:

取干五味子 50 克,大枣 15 克,鲜姜 6 克,经上述工艺分别加工处理,所得浓汁混合后,加水至 4000~6000 毫升,再加入少量防腐剂等助剂,在贮罐内沉淀 4~6 天,即可制成抗寒饮料。

龙须保健护肝茶、饮料、冲剂和口服液

本发明涉及一种保健类食品和药品,尤其是一种选用多种中草药组方,采用不同生产工艺制成的具有护肝作用的保健茶、饮料、冲剂和口服液。

乙肝是严重危害人们健康的传染病。据资料统计,在我国平均 10 个人中便有 1 人携带了乙肝病毒,其发病面广,危害大,令人生畏。目前,治疗乙肝的药品不少,也有较好的效果。但是,治疗

只是一个方面,重要的是预防,保健护肝茶等饮料可有保肝降酶之功效,防病于未然,又有治疗肝脏疾病之作用,达到康复的目的,将会深受消费者的欢迎。

本发明的目的,就是提供选用以甜茶藤(龙须)为主,由多种中草药组方,采用不同工艺而制成的人们乐于饮用且服用方便的保健护肝龙须茶、饮料、冲剂和药剂(口服液)。

1. 组方的中草药

(1)甜茶藤。别名:龙须、田婆荣。广西本草记载:味甘,淡,性凉,清热解毒。主治:黄疸型肝炎,乙型肝炎,感冒风热,咽喉肿痛。

(2)田边菊。别名:白龙须、水胡椒。性能:性寒,味苦,解毒消肿。主治:急性黄疸肝炎,乙型肝炎,感冒发热。

(3)半支莲。别名:牙刷草、溪边黄芩。性能:解毒活血、消肿软坚。主治:肝硬化腹水。

(4)黄栀子。别名:栀子、山枝子。性能:清热除烦,凉血止血。主治:黄疸型肝炎,乙型肝炎。

2. 配方(以干品重量百分比计算)

甜茶藤 80%;田边菊 5%;半支莲 5%;黄栀子 10%。

3. 茶剂的制备工艺

(1)将干净鲜品的甜茶藤放入烤箱,加温至 45~50℃,烤 1 小时取出。取出后的甜茶藤用清水喷雾于其上,湿润为宜。然后,再放入烤箱烤干水分,温度为 45~50℃,取出摊开降温至 30℃ 左右,即为干品。

(2)将干品半支莲、田边菊、黄栀子称量混合搅匀。放入磨茶机磨成条状。将磨成条状的茶,放入烤箱加温至 80~85℃,烤干后出箱,放置 12 小时,即可包装为成品。

4. 冲剂的制备工艺

(1)制备稠膏。按组方比例称取上述中草药干品,粉碎成粗粉(5~10 目),将中草药投入提取罐,加入中草药重量 3 倍量的水,

煮沸后文火煮 1 小时,出药液。然后再加入中草药重量 2 倍量的水,煮沸后文火煮半小时,出药液。将前后二次药液合并,冷却后加入 1~2 倍量的乙醇(90%),充分混匀,放置过夜,使其杂质沉淀。次日取其上清液(必要时滤过),沉淀物用少量 50%~60%乙醇洗净,洗液与滤液合并。用减压回收乙醇后,待浓缩至一定浓度时移放冷处(或加一定量水,混匀)静置 12 小时。使沉淀完全,过滤,滤液用低温蒸发至稠膏状,稠膏的比重一般热测(80~90℃)为 1.30~1.35。

(2)糖粉:用蔗糖结晶磨成细粉,过 80~100 目筛。取中草药的稠膏、糖粉、糊精,按 1:3:1 的比例搅拌混匀(加适量的 50%的乙醇),得成品。

5. 口服液制备工艺

(1)稠膏提取工艺与冲剂稠膏提取工艺相同(详见 4)。

(2)将稠膏用适量蒸馏水稀释,过滤,稀释液含生药量为 20%,加入适量单糖浆、苯甲酸,封装于 10 毫升安瓿中,在 100℃ 温度下灭菌 30 分钟,即得口服液成品。

6. 饮料的制备工艺

按上法制取稠膏,用蒸馏水稀释,然后加入适量的蜂蜜、白糖及防腐剂,灌装,得成品。

采用本发明制得的龙须茶、饮料、冲剂及口服液系列产品,既具有保肝降酶、防病治病的功效,又使用方便,且可供选择的类型多样,使人们乐于接受,通过日常的饮用在不知不觉中达到保健的目的。

一种降脂保健饮料

本发明涉及一种饮料的制作方法。

目前国内外绝大多数的饮料都是以单纯滋补、增加营养及能

量为主,故多饮会影响食欲或使体重增加,使人肥胖,甚或造成营养过剩、高血脂、动脉早期硬化等“富贵病”。

本发明的目的在于提供一种既能增加营养,又能增强代谢,降脂医病,即所谓具有清补与消导兼功的新型饮料。

成分配比:

本饮料是以莱菔即萝卜为主要原料,萝卜有白、红、青、紫等各色品种,其中以白萝卜或水萝卜等为主,配料为鲜番茄、鲜北山楂及蜂蜜,莱菔、番茄、山楂、蜂蜜四种原料含量比例如下:

莱菔 42% ~ 62%; 番茄 21% ~ 40%; 山楂 5% ~ 18%; 蜂蜜 3% ~ 16%。

工艺流程:

(1)选料:莱菔:要选用短圆形,含纤维少的,无变质,少根须,以刚收获的鲜品为最佳。番茄:新鲜、熟透、无变质、无虫害的红色或黄色品种。山楂:以果大、气香、味酸甜的北山楂为主,除去果小、味涩、变质或有虫害的果品。蜂蜜:将生蜂蜜煮沸 80 ~ 100℃ 即成,不拉丝,除去上面漂的泡沫。

(2)洗涤:用清水或自来水洗净莱菔、番茄、山楂表皮的泥沙、农药及其他杂质,清洗容器可用瓷缸、不锈钢水槽、水泥池等。有条件可采用带有滤板的清洗槽或配有喷淋水(水压 3 ~ 4 kg/cm²*)有滚筒式洗涤机清洗最佳。

(3)盐水浸泡:用 1% 盐水(为精盐)浸泡,或以浓度为 0.2% 的高锰酸钾溶液浸 20 分钟杀菌消毒,最后以流动净水冲洗干净。

(4)分别取汁:莱菔:压榨取汁用清洁白棉布或多层纱网过滤去渣,如榨汁无渣则可省去此道工序。将清汁加醋 1/300 配比,煮沸 15 ~ 20 分钟。以无莱菔异臭及辛辣味为准。然后再补充煮沸过程中蒸发掉的水液,再继续加热煮沸即可。同时撇去上面漂的

* 1 kg/cm² = 9.80665 × 10⁴ Pa

泡沫,取其上清液,除去下部沉淀物。番茄:压榨取汁,瞬时煮沸 5 分钟,温度 100℃。山楂:将洗净的山楂先进行破碎处理,然后用“一次渣浸法”,软化温度为 85~95℃,软化时间 20~30 分钟,软化后自然冷却渗浸 12~24 小时,软化与渗浸总用水量约为鲜山楂原料总重量的 3 倍。蜂蜜:取生蜜以 80~100℃煮沸,除去漂浮的泡沫即可。

(5)无菌混合搅拌:以将四种料液搅匀为目的,先用 0.2% 的高锰酸钾溶液将搅拌器具(接触料液部分)浸泡 20~30 分钟,然后放出高锰酸钾液。再以 100℃沸水将搅拌器具冲洗干净。最后将以上 4 种料汁,按莱菔 42%~64%,番茄 21%~40%,山楂 5%~18%,蜂蜜 3%~16%注入搅拌器中进行高速搅拌即为成品。亦可用高压蒸气吹洗搅拌器具进行灭菌,再入料液,高速搅拌即可。一可使料液配合均匀;二可产生一定匀质作用。

(6)消毒:饮料瓶(玻璃瓶)经过洗涤干净后,采用高温高压灭菌消毒。

(7)无菌灌装:即灌装工人在无菌条件下进行操作装瓶。

(8)包装成品:粘贴商标,入包装箱。

本饮料具有 10 大主要特点:(1)营养丰富,能量高;(2)开胃化食,增进食欲;(3)生津止渴,清凉怡神;(4)减肥增白,护肤美容;(5)防癌抗癌,增强活力;(6)防治感冒,治痢止泻;(7)降脂降压,强心扩冠;(8)抗菌解毒,戒烟解酒;(9)软化血管,增钙壮骨;(10)老少皆宜,四季均可。等等。故食之,则可化食止渴,增加人体的营养和能量,减肥增白而美容;药则可疏利一身之气机,通和一身之血脉,益寿却病而延年。成为一种补而不滞,食而不腻,独具营养与保健双重作用的独特饮料而首次问世,是天然饮料家族中独树一帜的佼佼者。因其纯系天然之品,又绝无人造色素和防腐剂,经用最新科学方法精制而成,故其香甜味美,口感极佳,正是现代人所必需之佳品。

实施例:

(1)选料:选用形状短粗而圆的紫皮白肉菜菔,或其他品种如白、紫、红、青等色菜菔。无变质,根须少的品种。去除根肉瘦小、霉烂、病虫害等残次品。番茄、山楂、蜂蜜三者均按前“工艺流程”中“1”选料一条要求选取。

(2)清洗:以洗净菜菔表皮的泥沙及原料中夹带的菜叶及其他杂质为目的。清洗的容器可采用瓷缸、不锈钢水槽、水泥池等。有条件的可采用带有滤板的清洗槽或采用配有喷淋水(水压 $3 \sim 4 \text{ kg/cm}^2$)的滚筒式洗涤机进行清洗操作,借助压缩空气对水的翻动或高压水的冲刷等机械作用来清洗菜菔。番茄、山楂可用带有滤板的清洗槽可配以高压水冲洗,亦可用带有喷淋水的滚筒式洗涤机洗涤泥沙、虫、菜、树叶等杂质。

(3)用 1% 盐水浸泡(为精盐)或以浓度为 0.2% 的高锰酸钾溶液浸 20 分钟消毒。然后再以流动清水冲洗干净。

(4)分别取汁:

1)菜菔:压榨出汁后再进行过滤,过滤布用普通密织白棉布即可。滤后之清汁加醋 1/300 煮沸 $15 \sim 20$ 分钟,以无菜菔异臭、辣等味为准,然后再补充煮沸过程中消耗的水液,再继续煮沸为止,同时要撇去上面漂的泡沫,去火沉淀,只取上清液,除去底部沉淀物。

2)番茄:压榨取汁,瞬时煮沸($3 \sim 5$ 分钟,温度 100°C)

3)山楂:先将山楂进行破碎处理,然后采用“一次浸渣法”。软化温度为 $85 \sim 95^\circ\text{C}$,软化时间为 $20 \sim 30$ 分钟,软化后自然冷却渗浸 $12 \sim 24$ 小时,软化和渗浸总用水量约为鲜山楂原料总重量的 3 倍。其汁果胶含量较低,透明度好,色泽与风口均佳,如无条件亦可加水浓煎煮熬取汁(水提取法)亦可。

4)蜂蜜:取生蜜以 $80 \sim 100^\circ\text{C}$ 煮沸,除去泡沫即可。

(5)无菌混合搅拌:先用 0.2% 的高锰酸钾溶液将搅拌器具