

T/EJCCCSE

团 体 标 准

T/EJCCCSE XXX-2026

食药同源膳食 当归生姜羊肉汤烹饪工艺规范

Cooking Process Specification for Food-Medicinal Homologous Dietary Meal:
Mutton Soup with Angelica Sinensis Root and Fresh Ginger

2026-XX-XX 发布

2026-XX-XX 实施

中国商业股份制企业经济联合会 发布

目 次

前 言 II

1 范围 1

2 规范性引用文件 1

3 术语和定义 1

4 原料要求 2

5 烹饪设备与器具 3

6 烹饪工艺 3

7 成品要求 4

8 食用指导原则 6

9 标识、包装、运输及储存 6

10 卫生要求 6

参考文献 8

前 言

本文件按照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由……提出。

本文件由……归口。

本文件起草单位：XXXX。

本文件主要起草人：XXXX。

食药同源膳食 当归生姜羊肉汤烹饪工艺规范

1 范围

本规范规定了食药同源膳食 当归生姜羊肉汤的术语和定义、原料要求（含配比）、烹饪设备与器具、烹饪工艺、成品要求、检验方法、标识、包装、运输、储存及卫生要求。

本规范适用于食品生产企业、餐饮服务单位等开展以羊肉、当归为主要原料，搭配生姜等辅料，经预处理、焯水、炖煮、调味等工艺制作食药同源膳食 当归生姜羊肉汤的生产经营活动。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

- GB 2707 食品安全国家标准 鲜（冻）畜禽肉
- GB 2716 食品安全国家标准 植物油
- GB 2721 食品安全国家标准 食用盐
- GB 2726 食品安全国家标准 熟肉制品
- GB 2762 食品安全国家标准 食品中污染物限量
- GB 2763 食品安全国家标准 食品中农药最大残留限量
- GB 4789 系列 食品安全国家标准 食品微生物学检验
- GB 4806 系列 食品安全国家标准 食品接触材料及制品
- GB 5009 系列 食品安全国家标准 食品营养成分测定
- GB 5749 食品安全国家标准 生活饮用水卫生标准
- GB 7718 食品安全国家标准 预包装食品标签通则
- GB 14881 食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范
- GB 28050 食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则
- 《中华人民共和国药典》（2025 年版 一部） 当归

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

食药同源 Homology of medicine and food
指既是药品又是食品的物质，具有营养和保健功能。

3.2

食药同源膳食 Food-Medicinal Homologous Dietary Meal

指以国家卫生健康委员会公布的食药同源物质目录内的物质为原料之一，搭配符合食品安全标准的畜禽肉、蔬菜等食材，经标准化烹饪工艺加工制成，兼具营养供给与膳食调理功能，且不具备治疗功效的膳食制品。

3.3

当归 *Angelica sinensis*

指伞形科植物当归 *Angelica sinensis* (Oliv.) Diels 的干燥根，作为本规范食药同源原料，需符合《中华人民共和国药典》（2025 年版 一部）相关规定，主根粗长、支根少、质地坚实、断面黄白色或淡黄棕色、香气浓郁，无霉变、无虫蛀、无杂质，具有补血活血、调经止痛、润肠通便的食药功效。

3.4

羊肉 *Mutton*

指牛科动物山羊 *Capra hircus* Linnaeus 或绵羊 *Ovis aries* Linnaeus 的肌肉组织，本规范中优先选用羊肋排、羊腿肉部位，需符合 GB 2707《食品安全国家标准 鲜（冻）畜禽肉》规定，经检疫合格，无病变、无异味、无淤血、无明显筋膜，为当归生姜羊肉汤的核心主料，提供优质蛋白质、矿物质等营养成分，兼具温中益气、补精填髓的食药功效。

3.5

生姜 *Fresh Ginger*

指姜科植物姜的新鲜根茎，作为本规范关键辅料，需符合 GB 2762、GB 2763 规定，新鲜无腐烂、无发芽、无霉变，表皮洁净、辛辣气味正常，具有温中散寒、温中止呕、去腥增香的作用。

4 原料要求

4.1 主料

4.1.1 羊肉

应符合 GB 2707 的规定，优先选用羊肋排、羊腿肉，经检疫合格，无病变组织、无异味、无淤血、无明显筋膜。新鲜羊肉感官要求：色泽鲜红或深红，有光泽，弹性良好，按压后凹陷能快速恢复，切面无黏腻感；冷冻羊肉解冻后无大量血水渗出，感官指标符合新鲜羊肉要求。需提供食用农产品合格证及动物检疫合格证明。量化配比：单份成品 300 g 中羊肉用量为 180 g~220 g；批量生产（以 1 kg 羊肉为基准）时，成品产出量控制在 1.5 kg~1.8 kg。

4.1.2 当归

应符合《中华人民共和国药典》（2025 年版 一部）的规定，选用主根粗长、支根少、质地坚实、断面黄白色或淡黄棕色、香气浓郁的当归，无霉变、无虫蛀、无杂质、无硫熏痕迹。需提供产品质量检验合格证明含重金属、农残检测合格报告。量化配比：单份成品 300 g 中当归用量为 6 g~10 g；批量生产（以 1 kg 羊肉为基准）时，当归用量为 30 g~50 g，严格控制羊肉与当归质量比为 20:1~30:1，避免当归用量过高导致风味过浓或药性过强。

4.2 辅料

4.2.1 生姜

符合 GB 2762、GB 2763 的规定，新鲜无腐烂、无发芽、无霉变，表皮洁净，辛辣气味正常。量化配比：单份成品搭配生姜 5 g~8 g；批量生产（以 1 kg 羊肉为基准）时，用量为 30 g~50 g。

4.2.2 葱段

符合 GB 2762、GB 2763 的规定，选用新鲜大葱葱白部分，无枯萎、无发黄、无异味。量化配比：单份成品搭配葱段 3 g~6 g；批量生产（以 1kg 羊肉为基准）时，用量为 20 g~40 g。

4.2.3 料酒

符合 GB/T 10781.1 的规定，无异味、无浑浊，标签标识完整，含醇量 $\geq 12\%$ vol。量化配比：单份成品添加料酒 5 mL~8 mL；批量生产（以 1 kg 羊肉为基准）时，用量为 30 mL~50 mL。

4.2.4 食用盐

符合 GB 2721 的规定，无杂质、无异味，氯化钠含量 $\geq 97\%$ 。量化配比：单份成品添加食用盐 2.0 g~2.5 g；批量生产（以 1 kg 羊肉为基准）时，用量为 12 g~15 g，确保最终汤汁中食盐含量 ≤ 2.0 g/100mL。

4.2.5 食用油

食用油：符合 GB 2716 的规定，选用花生油、菜籽油等植物油，无酸败、无异味，酸价 ≤ 3 mg/g，过氧化值 ≤ 0.25 g/100 g，标签标识完整。量化配比：单份成品添加食用油 3mL~5mL；批量生产（以 1 kg 羊肉为基准）时，用量为 20 mL~30 mL。

5 烹饪设备与器具

5.1 设备

5.1.1 炖煮设备

砂锅、不锈钢汤锅或电炖锅，材质应符合 GB 4806 系列食品接触材料及制品安全国家标准，无破损、无异味，加热均匀性误差 $\leq \pm 5$ °C。

5.1.2 预处理设备

切肉机刀刀材质符合 GB 4806.9、食品级不锈钢洗菜池、焯水锅，应定期清洁消毒，消毒方式符合 GB 14881 附录 M 的规定。

5.1.3 辅助设备

冷藏设备温度控制 0 °C~4 °C，波动范围 ± 1 °C、电子秤最大允许误差 ± 0.1 g、温度计测量范围 0 °C~150 °C，精度 ± 1 °C，定期校准并记录。

5.2 器具

菜刀、菜板、汤勺、碗碟等均为食品级材质，符合 GB 4806 系列标准。菜板应按生熟分开标识使用，刀具实行色标管理；使用前后经物理或化学消毒，消毒后表面微生物菌落总数 ≤ 10 CFU/cm²，大肠菌群不得检出。

6 烹饪工艺

6.1 原料预处理

6.1.1 羊肉处理

按配比称取羊肉，洗净后去除筋膜、血管及结缔组织，切成 3cm 的均匀方块确保受热均匀、口感一致；置于 0 °C~4 °C 清水中浸泡 40 min~60 min，每 15 min 换水 1 次，共换水 3~4 次，充分去除血污及部分腥膻物质；浸泡后捞出，用食品级吸水纸吸干表面水分，置于洁净容器中暂存，暂存时间不超过 30 min，避免微生物滋生。

6.1.2 当归处理

按配比称取当归，用 10 °C~20 °C 清水轻轻淘洗 2~3 次，去除表面杂质及灰尘，沥干水分后切成 2 mm~3 mm 厚的薄片备用；处理后当归应在 30 min 内使用，防止有效成分流失或受潮变质。

6.1.3 辅料处理

生姜洗净后切成 5 mm~6 mm 厚的姜片，要求厚度适中，既保证去腥功效，又避免煮烂影响口感；葱段洗净，切成 3cm~4cm 长的段；按配比准确称量所有辅料，分类盛放于洁净容器中，做好标识，避免混淆。

6.2 焯水

焯水锅加入清水，水量为羊肉质量的 4 倍~5 倍，大火加热至 100 °C，放入羊肉方块及 1/2 配比的姜片，同时加入 5 mL/份的料酒，保持微沸状态煮 3 min~5 min，至羊肉表面完全变色、血沫大量析出时，立即捞出；用 30 °C~40 °C 温水冲洗表面浮沫及杂质，沥干水分备用，焯水后羊肉中心温度应迅速降至 10 °C 以下，可放入冷藏设备快速降温。

6.3 炖煮

取炖煮设备，放入焯好水的羊肉、剩余姜片、葱段及切好的当归片，加入清水，水量为羊肉质量的 2.5 倍~3 倍，确保没过羊肉 3cm~5cm，避免炖煮过程中缺水；加盖后大火加热至 100 °C，转小火保持微沸状态慢炖：羊肋排炖煮 90min~120min，羊腿肉炖煮 120 min~150 min，每 20min 轻轻搅拌 1 次，防止粘锅，同时撇去表面浮油及浮沫 1 次。

6.4 调味与收尾

炖至羊肉用筷子可轻松戳透时，按配比加入食用盐，搅拌均匀后继续保持微沸状态炖 5 min~8 min，使盐充分融入；最后加入剩余料酒增香，加盖静置 10 min~15 min，让汤汁入味、香气醇厚，即可出锅。批量生产时，可采用分段温控炖煮模式，通过设备自动监控温度和时间，确保不同批次成品口感、风味一致性。

6.5 工艺控制要点

6.5.1 焯水环节需确保水温达到 100 °C、时间足够，充分去除羊肉腥膻味；焯水后羊肉需快速降温，避免微生物滋生，同时防止肉质紧缩。

6.5.2 炖煮温度需稳定在 85 °C~90 °C，火力波动 $\leq \pm 3$ °C，不同部位羊肉需区分炖煮时间，避免炖制不足导致口感偏硬或炖制过度导致肉质松散；汤汁蒸发量控制在初始水量的 15 %~20 %，批量生产时可通过补水装置精准控制汤汁量，确保成品浓度一致。

6.5.3 当归需切片后与羊肉一同入锅炖煮，确保有效成分析出均匀；全程避免大火猛煮，防止当归香气挥发过快或有效成分被破坏。

6.5.4 食用盐需精准称量，严格控制用量，确保成品汤汁食盐含量符合理化要求；不得添加味精、鸡精等增味剂。所有辅料添加顺序需遵循“先去腥、后调味”原则，确保风味层次清晰。

7 成品要求

7.1 感官要求

7.1.1 色泽

羊肉色泽棕红或暗红，有光泽；当归片呈黄白色或淡黄棕色，均匀分布于汤汁中；生姜片、葱段色泽自然；汤汁清澈透亮，无浑浊、无明显浮油。

7.1.2 气味

具有羊肉的自然鲜香、当归的特有浓郁香气及生姜的辛辣香气，三者融合协调，无腥膻味、酸败味、霉味及其他异味。

7.1.3 口感

羊肉软烂易嚼，纤维细腻，不柴不硬、不松散；当归片柔软有韧性，无生涩感；汤汁醇厚鲜香，咸淡适中，无明显颗粒杂质，无辛辣刺激性口感。

7.1.4 形态

羊肉方块大小均匀误差≤0.5 cm，无碎块；当归片、生姜片、葱段形态完整，无明显破损；成品中无可见杂质。

7.2 理化要求

7.2.1 水分

羊肉部分水分含量≤75 %（按 GB 5009.3-2016 直接干燥法测定）。

7.2.2 食盐

汤汁中含量≤2.0g/100 mL（按 GB 5009.44-2016 银量法测定）。

7.2.3 挥发油（当归）

成品中≥0.02 g/100 g（按《中华人民共和国药典》2025 年版一部砂仁项下挥发油测定方法测定）。

7.2.4 食品添加剂

符合 GB 31650 规定，不得添加人工色素、人工香精、防腐剂等违禁物质。

7.3 微生物要求

应符合表 1 的规定。

表 1 微生物指标

检验项目	技术要求	试验方法
菌落总数 CFU/g	≤10000	GB 4789.2-2022
大肠菌群 MPN/100g	≤100	GB 4789.3-2022
沙门氏菌	不得检出	GB 4789.4-2020
金黄色葡萄球菌	不得检出	GB 4789.10-2022
志贺菌	不得检出	GB 4789.5-2016
单核细胞增生李斯特氏菌	不得检出	GB 4789.30-2016

7.4 营养成分要求及检测方法

应符合表 2 的规定。

表 2 营养成分指标

检验项目	技术要求	试验方法
碳水化合物	≤5.0 g/100 g	GB 5009.7-2016
蛋白质	≥8.0 g/100 g	GB 5009.5-2016
脂肪	≤15.0 g/100 g	GB 5009.6-2016
钠	≤800 mg/100 g	GB 5009.91-2016

8 食用指导原则

8.1 适用人群

8.1.1 一般健康人群：作为日常营养膳食，可补充优质蛋白质、矿物质及当归活性成分，适合各年龄段健康人群日常食用，尤其适合秋冬季节进补。

8.1.2 虚寒体质人群：当归补血活血、生姜温中散寒、羊肉温中益气，三者协同作用，适合存在畏寒怕冷、手脚冰凉、面色苍白、女性月经不调、腰膝酸软等虚寒表现的人群作为膳食调理。

8.1.3 术后恢复期或体虚人群：羊肉富含优质蛋白质，当归能促进气血恢复，适合术后体质虚弱、气血不足、乏力倦怠的人群作为营养补充膳食。

8.2 食用建议

8.2.1 四季皆可食用，秋季食用更佳，建议午餐或晚餐食用，避免睡前 1 小时内大量食用，以免增加消化负担。

8.2.2 成品需加热至 70℃ 以上后方可食用，避免食用冷食，以防肠胃不适。

8.2.3 本膳食为食药同源调理食品，不能替代药品。若存在明确的肝肾疾病、肠胃疾病等器质性病变，需及时就医，不可依赖本膳食进行治疗。

9 标识、包装、运输及储存

9.1 标识

预包装成品标签应符合 GB 7718、GB 28050 的规定，标明：产品名称需标注“食药同源膳食”字样）、配料表按原料加入量递减顺序排列、净含量偏差符合 JJF 1070 规定、生产者名称及联系方式、生产地址、生产日期、保质期、贮存条件、执行标准编号、食品生产许可证编号；同时标注警示语：“本产品为膳食调理食品，不能替代药品”。

9.2 包装

包装材料应符合 GB 4806 系列标准，预包装采用高阻隔复合膜，现制现售采用一次性食品级餐盒。包装过程应在洁净区进行，避免二次污染，包装后成品应密封完好。

9.3 运输

运输工具应符合 GB 14881 第 9 章要求，清洁、卫生、无异味，配备制冷装置，运输过程中温度控制在 0℃~10℃，温度波动 $\leq \pm 2^\circ\text{C}$ 。运输时应分层摆放，避免挤压、碰撞；不得与有毒、有害、有异味或腐蚀性物品混运，运输时间自出库起不超过冷藏 4 h 或冷冻 24 h。

9.4 贮存

藏储存：温度 0℃~4℃，相对湿度 70%~80%，储存时间不超过 24 h；冷冻储存：温度 $\leq -18^\circ\text{C}$ ，波动范围 $\pm 1^\circ\text{C}$ ，储存时间不超过 3 个月。储存应遵循“先进先出”原则，成品应放置在专用货架上，距离地面 $\geq 10\text{ cm}$ 、距离墙壁 $\geq 5\text{ cm}$ ，避免与有毒、有害、有异味物品混放。

10 卫生要求

应严格执行GB 14881的规定，建立并落实卫生管理制度：原料、半成品、成品应分区域存放，标识清晰，避免交叉污染；烹饪人员应持有效健康证明上岗，每年体检1次，工作时穿戴清洁工作衣帽、口罩、手套，保持个人卫生；生产经营场所每日清洁消毒，每周进行1次彻底清洁，消毒记录至少保存6个月；烹饪设备、器具使用后立即清洗，消毒后存放于洁净密闭容器中，定期维护保养并记录。

参 考 文 献

- [1] 国家药典委员会。中华人民共和国药典 [S]。一部。北京：中国医药科技出版社，2020。
 - [2] 张伯礼、于春泉、王泓午等。中医养生饮食篇 [M]。北京：中国医药科技出版社，2018。
 - [3] 李华。24节气养生药膳速查手册 [M]。北京：化学工业出版社，2013。
 - [4] 陈静。中医药膳学 [M]。北京：中国中医药出版社，2006。
 - [5] 胡维勤。食物营养成分速查手册 [M]。哈尔滨：黑龙江科学技术出版社，2018。
 - [6] 李廷芝。中国烹饪辞典（新版）[M]。山西：科学技术出版社，2019。
-