

T/EJCCCSE

团 体 标 准

T/EJCCCSE XXX-2026

食药同源膳食 决明子烧茄子烹饪工艺规范

Cooking Process Specification for Food-Medicinal Homologous Dietary Meal:
Cassia Seeds Braised Eggplant

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 5

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：……。

本文件主要起草人：……。

食药同源膳食 决明子烧茄子烹饪工艺规范

1 范围

本规范规定了食药同源膳食 决明子烧茄子的术语和定义、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、运输及储存、卫生要求等内容。

本规范适用于食品生产企业、餐饮服务单位等从事食药同源膳食 决明子烧茄子的生产经营活动。

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 2721 食品安全国家标准 食用盐
- 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
- GB/T 21999 酿造酱油
- GB/T 30383 食用农产品合格证 通则
- SB/T 10379 速冻调制食品
- 《中华人民共和国药典》（2025 年版 一部） 决明子

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

决明子 Cassia Seed

指豆科植物决明或小决明的干燥成熟种子，作为本规范中的食药同源原料，应符合《中华人民共和国药典》（2025 年版 一部）相关规定，呈菱方形或短圆柱形，两端平行倾斜，表面绿棕色或暗棕色，平滑有光泽，质坚硬，不易破碎，气微，味微苦；具有清肝明目、润肠通便的食药功效。

3.4

茄子 Eggplant

指茄科茄属植物的果实，应符合 GB 2762、GB 2763《食品安全国家标准 食品中污染物/农药最大残留限量》规定，新鲜无腐烂、无畸形、无虫蛀、无明显机械损伤，表皮光滑有光泽，肉质细嫩、无空心，提供维生素、膳食纤维等营养成分，兼具清热凉血、消肿解毒的食药功效。

3.5

焖烧入味 Steaming

指将煎制后的茄子与调配好的决明子粉、生抽、蚝油等调料液混合，加入适量清水，小火加盖焖煮，使调料香气和决明子活性成分充分融入茄子的核心烹饪工艺步骤，核心要求是“小火慢焖”，确保入味均匀、肉质软糯。

4 原料要求

4.1 主料

4.1.1 茄子

应符合 GB 2762、GB 2763 的规定，优先选用新鲜长茄子，单条重量 200 g~250 g，表皮光滑有光泽、无腐烂、无畸形、无虫蛀，肉质细嫩无空心，需提供食用农产品合格证。量化配比：单份成品 300 g 中茄子用量为 200 g~220 g；批量生产（以 1 kg 茄子为基准）时，成品产出量控制在 1.4 kg~1.5 kg。

4.1.2 决明子

应符合《中华人民共和国药典》（2025 年版 一部）的规定，选用颗粒饱满、色泽绿棕或暗棕、无霉变、无虫蛀、无杂质的决明子，经食品级粉碎设备粉碎成 80 目~100 目决明子粉，确保与调料液充分融合，避免口感粗糙，需提供产品质量检验合格证明。量化配比：单份成品 300 g 中决明子粉用量为 3 g~5g；批量生产（以 1 kg 茄子为基准）时，决明子粉用量为 15 g~25 g，严格控制茄子与决明子粉质量比为 70:1~40:1，确保决明子香气与茄子鲜味协调，避免用量过高导致口感发苦。

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 茄子为基准）时，用量为 25 g~40 g，用于去腥增香。

4.2.2 大蒜

符合 GB 2762、GB 2763 的规定，新鲜无腐烂、无发芽、无霉变，蒜瓣饱满，辛辣气味正常。量化配比：单份成品搭配大蒜 5 g~8 g；批量生产（以 1 kg 茄子为基准）时，用量为 25 g~40 g，提升成品香气。

4.2.3 生抽

符合 GB/T 18186 的规定，无异味、无浑浊，氨基酸态氮 ≥ 0.8 g/100 mL，无添加人工色素、防腐剂。量化配比：单份成品添加生抽 8 mL~10 mL；批量生产（以 1 kg 茄子为基准）时，用量为 40 mL~50 mL，用于增鲜提味。

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 1.2 g~1.5 g；批量生产（以 1 kg 茄子为基准）时，用量为 6 g~7.5 g，确保成品中食盐含量 ≤ 0.8 g/100 g，符合低盐膳食要求。

5 烹饪设备与器具

5.1 设备

5.1.1 烹饪设备

优先选用不粘锅，涂层符合 GB 4806.10，无破损、无脱落，减少茄子吸油、燃气灶火力可调，适配小火煎制、慢焖和大火收汁、电炒锅需具备恒温控制功能，温度控制精度 $\pm 5^{\circ}\text{C}$ ，设备无异味、无油污堆积，定期清洁维护。

5.1.2 预处理设备

食品级粉碎设备用于决明子粉碎，材质符合 GB 4806.9，粉碎后无残留、菜刀、食品级不锈钢洗菜池、腌制盆食品级不锈钢或陶瓷材质，带盖，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 $0^{\circ}\text{C}\sim 4^{\circ}\text{C}$ ，波动范围 $\pm 1^{\circ}\text{C}$ 、电子秤最大允许误差 $\pm 0.1\text{g}$ 、温度计测量范围 $0^{\circ}\text{C}\sim 150^{\circ}\text{C}$ ，精度 $\pm 1^{\circ}\text{C}$ ，定期校准并记录。

5.2 器具

菜刀、菜板、汤勺、漏勺、炒锅、蒸盘、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 决明子处理

按配比称取决明子，去除杂质、霉变颗粒，放入食品级粉碎设备中粉碎成 80 目~100 目决明子粉；将决明子粉放入干燥洁净的容器中备用，避免受潮结块；粉碎后的决明子粉应在 24 h 内使用，防止活性成分流失。

6.1.2 茄子处理

按配比称取茄子，用流动清水冲洗表面污渍，沥干水分；去除茄子蒂部，切成 3cm 的方块大小均匀，便于受热和入味；将茄子块放入淡盐水中浸泡 10 min~15 min 抑制茄子氧化变黑，同时减少吸油量，浸泡后捞出，用食品级吸水纸吸干表面水分，置于洁净容器中备用，暂存时间不超过 20 min，避免微生物滋生。

6.1.3 辅料处理

生姜洗净后切成姜末，大蒜去皮后切成蒜末；按配比准确称量食用油、食用盐、生抽、蚝油、白砂糖，将生抽、蚝油、白砂糖、食用盐、决明子粉放入调配盆中，加入部分清水单份 20mL 搅拌均匀，制成调料液；剩余清水备用，做好标识，避免混淆。

6.2 茄子煎制定型

不粘锅置于火上，小火预热 3 min~5 min，倒入食用油，待油温升至油面微微冒烟前，放入吸干水分的茄子块，平铺在锅中，小火慢煎；每面煎制 2 min~3 min，至表面金黄、质地紧实后翻面，确保茄子块四面均煎至定型；煎制完成后，用漏勺捞出茄子块，沥去多余油脂，置于盘中备用。煎制过程中需不断轻轻翻动茄子，避免局部焦糊。

6.3 调料炒制增香

锅中留少许底油约 3 mL，小火加热，放入姜末、蒜末煸炒 30 s~60 s，至发出浓郁香味；将调配好的调料液倒入锅中，小火翻炒 1 min，使调料充分融合，决明子粉均匀分散在调料液中，无明显颗粒。

6.4 焖烧入味

将煎制定型后的茄子块倒入锅中，与调料液充分翻炒均匀，确保每块茄子都裹上一层调料液；加入剩余清水约 40 mL，清水没过茄子块 1/2 即可，大火将汤汁烧开后，立即转小火，加盖焖烧 8 min~10 min；焖烧过程中每隔 3 min 轻轻翻动一次茄子，确保入味均匀，避免局部粘连焦糊；焖烧至茄子质地软糯、能轻松用筷子戳透即可。

6.5 收汁调味

焖烧完成后，打开锅盖，转大火收汁；收汁过程中不断轻轻翻炒茄子，使浓缩的汤汁均匀包裹在茄子表面；待汤汁浓稠、能挂在茄子表面时，品尝口感，根据需要微调咸淡；收汁完成后，关火，淋入剩余食用油，翻炒均匀，提升成品光泽度和香气，即可出锅。批量生产时，可采用分区同步烹饪模式，通过设备自动监控油温、焖烧温度和时间，确保不同批次成品口感、风味一致性。

6.6 工艺控制要点

6.6.1 决明子需粉碎至 80 目~100 目，确保与调料液充分融合，避免成品中出现决明子颗粒，影响口感；粉碎后及时使用，防止受潮结块和活性成分流失。

6.6.2 煎制茄子时油温控制在 60 °C~70 °C，小火慢煎，确保表面定型且内部熟透，避免油温过高导致外焦内生，或油温过低导致茄子吸油过多。

6.6.3 收汁环节需转大火快速浓缩汤汁，同时不断翻炒，避免汤汁粘锅焦糊；汤汁浓度以“能挂在茄子表面”为宜，过度收汁会导致成品干硬，收汁不足则口感寡淡。

7 成品要求

7.1 感官要求

7.1.1 色泽

茄子呈均匀的深棕色或红棕色，表面裹有浓稠汤汁，光泽度好；决明子粉均匀分散，无明显颗粒，成品整体色泽协调，无焦糊痕迹。

7.1.2 气味

具有茄子的自然鲜香、决明子的特有清香、生姜与大蒜的复合香味，多味融合协调，无生腥味、酸败味、焦糊味及其他异味。

7.1.3 口感

茄子肉质软糯细腻，入口易嚼，不柴不硬、无生涩感；汤汁浓稠醇厚，咸淡适中，鲜味层次清晰，无明显颗粒杂质，决明子香气浓郁且不刺鼻，无刺激性口感。

7.1.4 形态

茄子块形态完整，无明显散架、破碎；每块茄子均裹有汤汁，无干瘪现象；成品中无可见杂质（如毛发、泥沙、金属碎屑、决明子杂质等）。

7.2 理化要求

7.2.1 水分

成品水分含量≤70%（按 GB 5009.3-2016 直接干燥法测定）。

7.2.2 食盐

成品中含量≤0.8 g/100 g（按 GB 5009.44-2016 银量法测定）。

7.2.3 决明子特征成分（大黄酚）

成品中≥0.001 g/100 g（按《中华人民共和国药典》2025 年版一部决明子项下高效液相色谱法测定）。

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。

7.2.5 污染物限量

铅≤0.1 mg/kg、镉≤0.1 mg/kg、总汞≤0.05 mg/kg（按 GB 2762-2022 测定）；农残限量符合 GB 2763 规定。

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	≤15.0 g/100 g	GB 5009.7-2016
蛋白质	≥2.0 g/100 g	GB 5009.5-2016
钠	≤300 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，可补充维生素、膳食纤维及决明子活性成分，适合各年龄段健康人群日常食用，四季皆宜，尤其适合用眼过度人群日常调理。

8.1.2 用眼过度、肝火旺盛人群：决明子清肝明目，茄子清热凉血，二者协同作用，适合存在目赤肿痛、视物模糊、头晕头痛、口干口苦等肝火旺盛表现的人群作为膳食调理。

8.1.3 便秘人群：决明子润肠通便，茄子富含膳食纤维，能促进肠道蠕动，适合存在大便干结、排便不畅等便秘症状的人群作为膳食调理。

8.2 食用建议

8.2.1 建议午餐或晚餐食用，每次食用量控制在 250 g~300 g（1 份），避免过量食用；避免睡前 1 小时内食用，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。

8.2.4 脾胃虚寒、腹泻人群：决明子性微寒，茄子性寒，食用后可能加重腹泻、腹痛症状，禁止食用。

8.2.5 孕妇、哺乳期女性：决明子有一定的药用活性，可能影响胎儿或婴儿发育，需在医生指导下食用，不可自行食用。

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

冷藏储存：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。冷冻成品解冻时需采用 0℃~4℃冷藏解冻，解冻时间不超过 12h，解冻后不得再次冷冻。

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。
-