



小康家园丛书



薯、豆及油料作物

食品加工法



曾强 曾美霞 主编



湖南科学技术出版社

“十一五”国家重点图书出版规划



小康家园丛书

薯、豆及油料作物

# 食品加工法

主 编：曾 强 曾美霞

副 主 编：胡 谦 冯加力 骆洪先

编写人员：龚纯英 丁建平 谭小迅

高文军 何 卫 毛昭勇 柳立新 陈 翔

杨焰辉

 湖南科学技术出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

薯、豆及油料作物食品加工法 / 曾强, 曾美霞

主编. -- 长沙: 湖南科学技术出版社, 2010.8

(小康家园丛书)

ISBN 978-7-5357-6381-5

I. ①薯… II. ①曾… ②曾… III. ①薯类制食品—食品加工②豆制品—食品加工③油料作物—食品加工 IV. ①TS215.04②TS214.04

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 163276 号

小康家园丛书

### 薯、豆及油料作物食品加工法

主 编: 曾 强 曾美霞

责任编辑: 彭少富 欧阳建文

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-84375808

印 刷: 湖南省农业厅机关印刷厂

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 长沙市蔡锷路教育街 66 号

邮 编: 410005

出版日期: 2010 年 10 月第 1 版第 1 次

开 本: 850mm×1168mm 1/32

印 张: 5

字 数: 115000

书 号: ISBN 978-7-5357-6381-5

定 价: 10.50 元

(版权所有 · 翻印必究)

## 目 录

## 一、薯类制品

|                  |    |
|------------------|----|
| (一) 红薯脯 .....    | 1  |
| (二) 莲城地瓜干 .....  | 2  |
| (三) 优质红薯干 .....  | 3  |
| (四) 香酥薯片 .....   | 4  |
| (五) 红薯米锅巴 .....  | 5  |
| (六) 红薯开口笑 .....  | 6  |
| (七) 红薯点心 .....   | 7  |
| (八) 红薯寿桃 .....   | 7  |
| (九) 摊薯薄饼 .....   | 8  |
| (十) 薯粑 .....     | 9  |
| (十一) 红薯瓜糕 .....  | 10 |
| (十二) 薯面包 .....   | 11 |
| (十三) 虾香薯饼 .....  | 12 |
| (十四) 红薯米花糖 ..... | 12 |
| (十五) 红薯果丹皮 ..... | 14 |
| (十六) 红薯甜枣 .....  | 15 |
| (十七) 红薯酥糖 .....  | 16 |
| (十八) 红薯糕点粉 ..... | 17 |
| (十九) 红薯即食糊 ..... | 18 |
| (二十) 红薯淀粉 .....  | 19 |



|              |    |
|--------------|----|
| (二十一) 即食薯渣片  | 20 |
| (二十二) 耒阳红薯粉条 | 21 |
| (二十三) 瓶装甜薯块  | 22 |
| (二十四) 红薯果酱   | 23 |
| (二十五) 红薯冰糕   | 24 |
| (二十六) 奶油薯馅   | 24 |
| (二十七) 红薯“鸡腿” | 25 |
| (二十八) 薯蔓花生豆奶 | 26 |
| (二十九) 薯干酱油   | 27 |
| (三十) 红薯沙拉    | 28 |
| (三十一) 脱水土豆丝  | 28 |
| (三十二) 脱水土豆粉  | 29 |
| (三十三) 土豆脯    | 31 |
| (三十四) 琥珀土豆片  | 32 |
| (三十五) 油炸薯条   | 33 |
| (三十六) 蒜辣土豆片  | 34 |
| (三十七) 油炸土豆片  | 34 |
| (三十八) 土豆虾片   | 35 |
| (三十九) 豆沙土豆糕  | 36 |
| (四十) 油炸土豆卷   | 37 |
| (四十一) 冰冻土豆块  | 38 |
| (四十二) 牛肉土豆饼  | 38 |
| (四十三) 土豆酸奶   | 39 |
| (四十四) 土豆淀粉   | 40 |
| (四十五) 果味土豆羹  | 41 |
| (四十六) 魔芋片    | 41 |
| (四十七) 魔芋面条   | 42 |
| (四十八) 魔芋粉条   | 42 |

|                   |    |
|-------------------|----|
| (四十九) 魔芋豆腐·····   | 44 |
| (五十) 魔芋米豆腐·····   | 45 |
| (五十一) 冻魔芋豆腐·····  | 45 |
| (五十二) 魔芋蛋糕·····   | 46 |
| (五十三) 木薯淀粉·····   | 47 |
| (五十四) 凉薯果脯·····   | 48 |
| (五十五) 瓶装凉薯·····   | 49 |
| (五十六) 凉薯甜酱·····   | 50 |
| (五十七) 凉薯粒粒饮料····· | 50 |
| (五十八) 凉薯饮料·····   | 51 |
| (五十九) 山药脯·····    | 52 |
| (六十) 菊芋脯·····     | 53 |
| (六十一) 泡咸芋头·····   | 55 |

## 二、豆类制品

|                  |    |
|------------------|----|
| (一) 全脂大豆粉·····   | 56 |
| (二) 高营养黄豆粉·····  | 57 |
| (三) 美味酥豆·····    | 57 |
| (四) 雪花豆·····     | 58 |
| (五) 美味香辣豆·····   | 59 |
| (六) 黄豆酥糖·····    | 60 |
| (七) 豆渣脆果·····    | 61 |
| (八) 豆渣面片·····    | 62 |
| (九) 甘凉绿豆糕·····   | 63 |
| (十) 玉豆凉糕·····    | 64 |
| (十一) 豆制凉粉·····   | 65 |
| (十二) 高产豆腐·····   | 65 |
| (十三) 山芽健脾豆腐····· | 66 |

|                    |    |
|--------------------|----|
| (十四) 冻豆腐干·····     | 67 |
| (十五) 豆腐干·····      | 68 |
| (十六) 美味豆腐干·····    | 69 |
| (十七) 素鸡·····       | 69 |
| (十八) 素红虾·····      | 70 |
| (十九) 红腐乳·····      | 71 |
| (二十) 臭豆腐·····      | 72 |
| (二十一) 家制腐竹·····    | 73 |
| (二十二) 豆瓣酱·····     | 74 |
| (二十三) 鱼香辣酱·····    | 75 |
| (二十四) 麻婆酱·····     | 76 |
| (二十五) 家用调味汁·····   | 76 |
| (二十六) 豆豉鲜香汁·····   | 77 |
| (二十七) 豆奶饮料·····    | 77 |
| (二十八) 金参豆奶·····    | 78 |
| (二十九) 红小豆纤维饮料····· | 79 |
| (三十) 绿豆乳饮料·····    | 80 |
| (三十一) 绿豆酸梅汤·····   | 80 |
| (三十二) 谷芽豆奶·····    | 81 |
| (三十三) 绿豆芽饮料·····   | 82 |
| (三十四) 绿豆冰·····     | 83 |

### 三、花生制品

|                  |    |
|------------------|----|
| (一) 五香奶油花生米····· | 84 |
| (二) 麻辣香甜花生米····· | 85 |
| (三) 糖粒花生·····    | 86 |
| (四) 香草花生·····    | 86 |
| (五) 巧克力花生豆·····  | 87 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| (六) 蜂蜜香酥花生·····   | 88  |
| (七) 重庆糖花生·····    | 89  |
| (八) 脱脂咸脆花生米·····  | 89  |
| (九) 怪味花生米·····    | 90  |
| (十) 鱼皮花生·····     | 91  |
| (十一) 五香带壳花生·····  | 92  |
| (十二) 花生糖·····     | 93  |
| (十三) 低脂花生糖·····   | 94  |
| (十四) 花生酥糖·····    | 95  |
| (十五) 花生牛轧糖·····   | 96  |
| (十六) 闽北花生酥·····   | 97  |
| (十七) 无锡奶香花生米····· | 98  |
| (十八) 油香琥珀花生·····  | 98  |
| (十九) 花生烘糕·····    | 99  |
| (二十) 花生香枣·····    | 100 |
| (二十一) 花生豆腐·····   | 101 |
| (二十二) 多味花生酱·····  | 102 |
| (二十三) 花生奶饮料·····  | 103 |
| (二十四) 薯蔓花生奶·····  | 104 |
| (二十五) 酥花生片·····   | 105 |
| (二十六) 花生米奶·····   | 106 |
| (二十七) 花生奶冰激凌····· | 106 |
| (二十八) 绿衣花生·····   | 108 |
| (二十九) 花生虾酱汁·····  | 109 |
| (三十) 瓶装蜜甜花生米····· | 109 |

#### 四、芝麻制品

|                |     |
|----------------|-----|
| (一) 酥脆芝麻片····· | 111 |
|----------------|-----|



|                  |     |
|------------------|-----|
| (二) 松仁麻片糖 .....  | 112 |
| (三) 芝麻酥 .....    | 113 |
| (四) 四川麻圆 .....   | 113 |
| (五) 湖北麻烘糕 .....  | 115 |
| (六) 毛管糖 .....    | 116 |
| (七) 芝麻牛皮糖 .....  | 117 |
| (八) 美发黑芝麻糊 ..... | 118 |
| (九) 黑芝麻营养羹 ..... | 119 |
| (十) 芝麻酱 .....    | 120 |
| (十一) 麻酱汁 .....   | 121 |
| (十二) 麻酱多味汁 ..... | 121 |
| (十三) 麻面酱 .....   | 122 |
| (十四) 双色芝麻饼 ..... | 123 |

## 五、其他类制品

|                   |     |
|-------------------|-----|
| (一) 椒盐核桃 .....    | 125 |
| (二) 甜核桃仁 .....    | 126 |
| (三) 甜酱核桃 .....    | 127 |
| (四) 琥珀甜核桃 .....   | 128 |
| (五) 核桃芝麻糖 .....   | 129 |
| (六) 核桃酥糖 .....    | 130 |
| (七) 炒小胡桃 .....    | 131 |
| (八) 美容核桃乳 .....   | 132 |
| (九) 多味葵花子 .....   | 133 |
| (十) 五香葵花子 .....   | 134 |
| (十一) 奶香葵花子 .....  | 134 |
| (十二) 炒白瓜子 .....   | 135 |
| (十三) 怪味白瓜子仁 ..... | 136 |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| (十四) 椒盐南瓜子 .....   | 137 |
| (十五) 多味南瓜子 .....   | 137 |
| (十六) 甘草西瓜子 .....   | 138 |
| (十七) 香草西瓜子 .....   | 139 |
| (十八) 五香辣瓜子 .....   | 140 |
| (十九) 玫瑰西瓜子 .....   | 141 |
| (二十) 酱油黑瓜子 .....   | 141 |
| (二十一) 五香奶油瓜子 ..... | 142 |
| (二十二) 十香黑瓜子 .....  | 143 |
| (二十三) 保健瓜子 .....   | 144 |

## 一、薯类制品

### (一) 红薯脯

#### 1. 原料

红薯、白砂糖。

#### 2. 工艺流程

选料→去皮→切块→糖煮→糖渍→控糖→烘烤→整形→包装→成品

#### 3. 制作方法

(1) 选料：选用直径 5 厘米以上完好的新鲜红薯，用不锈钢刀挖去伤迹和根须。

(2) 去皮：用去皮机或手工将薯皮去掉。去皮约 1 毫米厚，只留薯心。

(3) 切块：用不锈钢刀将红薯切成长方形或菱形等多种形状，长度不超过 5 厘米，不要切细条，以防煮烂。切后用清水洗去附在薯块表面的碎屑及淀粉。

(4) 糖煮：以 50 千克的薯块为基数，在铜锅或不锈钢锅中加水 75 千克，加入质量好的白砂糖 20~25 千克，蜂蜜 1~1.5 千克，柠檬酸 100 克，搅拌溶化，加热煮沸，并不断上下翻动，煮沸约 30 分钟，煮至薯块熟而不烂为度。

(5) 糖渍：将煮制好的薯块和糖液一同出锅，移入缸内浸渍 24~30 小时，使薯块进一步吸收糖液。

(6) 控糖：将糖渍的薯块捞出，单层干摊（不叠压）于笼屉

内，控干多余的糖液。

(7) 烘烤：把笼屉送入烘房烘烤，温度要控制在  $50^{\circ}\text{C} \sim 60^{\circ}\text{C}$ ，最高不要超过  $70^{\circ}\text{C}$ 。在烘烤过程中，每隔 2 小时要进行 1 次排潮，同时要经常调整笼屉的上下位置及翻动薯脯，使烘烤受热均匀。连续烘烤 12~15 小时，使薯脯水分含量降至  $16\% \sim 18\%$ ，薯脯呈半透明状，并富有弹性，手压不黏，即可出烘房。

(8) 整形、包装：将烘烤合格的薯脯出烘房晾凉后，挑去碎屑和不成形的小块，分装密封即为成品。

## 4. 产品特点

红薯脯是一种食用方便的糖渍蜜饯类，其味道甜美，色泽橙黄晶莹。

## (二) 莲城地瓜干

### 1. 原料

红薯。

### 2. 工艺流程

选料→蒸熟→去皮→烘烤→包装→成品

### 3. 制作方法

(1) 选料：挑选红心、含糖量高、纤维细、含水分适量的红薯为原料，使制品色味兼优。

(2) 蒸熟：将红薯用旺火蒸至八成熟。蒸得太久则过烂，不易成形，不熟难以剥皮，影响外观。

(3) 去皮：蒸后趁热剥去外皮。

(4) 烘烤：分为初烤与烘干两个阶段。初烤时，将去皮熟薯摊排于烤盘上，离火 50 厘米，烤至三成干时，压扁整形；然后继续烤干，但要保持微火，烤至九成干即可。一般烤后 7 天左右，再行复烤 5~6 小时，则可久藏不坏。

(5) 包装：包装入库，即为成品。注意防潮。

#### 4. 产品特点

本地瓜干色泽黄红，质地软韧，味道甜美，可做馈赠亲友的礼品和宴席上的美食；还是福建省大宗的出口名特产之一，畅销东南亚和北美洲等国家，深受欢迎。

### （三）优质红薯干

#### 1. 原料

鲜红薯。

#### 2. 工艺流程

选薯→清洗→蒸煮→剥皮→切条→火烤→上霜→包装→成品

#### 3. 制作方法

（1）选薯：选择表皮光滑、无虫孔、无破烂、无异味的鲜薯，大小以100~500克为宜。

（2）清洗：用水将红薯表面泥土清洗干净。清洗时以冲洗为好，不要损伤表面细皮。

（3）蒸煮：将洗净的红薯按大小分批放到蒸笼里蒸煮。蒸煮时，火要旺。蒸煮时间的长短应以红薯不要过软为宜，以利后来的切条和保证薯干不变色。

（4）剥皮：蒸煮好的红薯待冷却后进行剥皮，以剥净表皮为度。

（5）切条：将去了皮的薯块切成长条，以切成薄长条为宜，其厚度为1~3厘米。

（6）火烤：将切好的薯条放在火烤架上进行烘烤，不要两块重叠，火烤架以竹编为好。开始火可稍旺点，当烤至半干时，逐渐转为小火。当烤至八成熟时，应取下冷却，放一块入嘴，嚼起来有软而绵的感觉即可。

（7）上霜：待烤好的薯条充分冷却后，放入瓷坛或其他能密封的容器，封半个月左右，薯条表面就会自然长出一层白霜，这



是“薯霜”，是薯条里面溢出来的薯糖，不要误以为长了霉。

(8) 包装：上了霜的薯条即薯干，用塑料袋定量包装，即为成品。

## 4. 产品特点

本产品风味独特，香甜可口，有咀嚼感，表面呈白色，内呈琥珀色。

## (四) 香酥薯片

### 1. 原料

红薯、粗砂粒或食用植物油。

### 2. 工艺流程

选料→清洗→去皮、切片→浸泡→晒干→炒制（或油炸）→过筛（或沥油）→冷却→包装

### 3. 制作方法

(1) 选料、清洗：挑选新鲜红薯，剔除霉烂变质的，然后用流动水清洗干净。

(2) 去皮、切片：用剥皮机或人工剥去皮层，再将其切成 2 厘米厚的薯片。

(3) 浸泡：将薯片置于清水中浸泡 10 分钟，洗去碎屑和淀粉。

(4) 晒干：将洗净的薯片摊铺于席上晒干。

(5) 炒制：选用洁净的粗砂粒置于热锅上先炒至 85℃，然后将薯片投入砂中，反复炒拌，炒约 15 分钟后起锅。倒在竹筛上，除去砂粒，让半熟薯片回汤一下，最后再置于 97℃ 的热砂中，复炒至起泡发胀，起锅过筛即可。或用油炸，即将晒干的薯片投入烧热的食用植物油锅内，至炸黄起泡即捞出沥油。

(6) 冷却、包装：待薯片冷却后，便可包装出售。

#### 4. 产品特点

无论用砂粒炒制或油炸，该薯片其味均香，质地酥软，是独具风味的方便食品。

### (五) 红薯米锅巴

#### 1. 原料

红薯、糯米、糖、芝麻。

#### 2. 工艺流程

选料→预处理→蒸制→捣泥→抹泥→干燥→炸制→包装→成品

#### 3. 制作方法

(1) 选料及预处理：选择新鲜、无机械损伤、含干物质多的红薯 10 份，切去根茎，利用清水洗净。另选黏性强的糯米 1 份，用水淘洗干净后浸泡 30 分钟，捞出沥干水分。

(2) 蒸制：把红薯和糯米分别放入锅中，加水，用大火蒸煮至熟透备用。

(3) 捣泥：把熟透的红薯和糯米趁热倒入木桶中，迅速用木棍或其他工具将其捣成泥糊状；同时加入少量的浓糖水，以增加甜度和风味。

(4) 抹泥：取干净的白布平铺于晒垫上，四角用重物压住。再将捣匀的泥糊慢慢倒在白布上，迅速用抹灰用的抹子（要预先洗净消毒）用力按抹均匀。抹得越薄越好，然后在抹平的泥糊上撒上一层芝麻。

(5) 干燥：两人分别提起白布两角，轻放在竹竿上置阴凉通风处晒干，以防暴晒干裂。再把晾干的白布向下反铺在晒垫上，用湿毛巾将白布浸透，迅速将红薯片一块块剥下，晒干或烘干，以防霉变。用刀切成 3.6 厘米×6.6 厘米的各种形状后收藏。

(6) 炸制：将干的甘薯片放在 140℃～160℃ 的食用植物油

中炸3~5秒,至红薯片表面渐黄而未焦糊时,捞出沥干油。干的红薯片可随吃随炸。

(7) 包装:待炸好的薯片稍加冷却后,即为红薯米锅巴。用复合塑料袋装好,密封,置低温干燥处。保质期可达半年以上。

## 4. 产品特点

本锅巴酥脆,香甜可口。

## (六) 红薯开口笑

### 1. 原料

红薯2千克,富强粉500克,白糖200克,饴糖100克,猪油50克,芝麻250克,苏打适量。

### 2. 工艺流程

选薯→清洗、去皮→绞碎→和面→制坯→滚麻→油炸→沥油→成品

### 3. 制作方法

(1) 选薯、清洗、去皮:将红薯用清水洗净,削去烂的部分和表皮,再用清水冲去残渣。

(2) 绞碎:将洗净、去皮的红薯先切成小块,放进绞肉机或捣碎机中进行捣碎,挤出汁水另留用。

(3) 和面:将富强粉放在台板上,中间挖成凹形,加入糖、红薯汁水、少许苏打粉及猪油一并搅和后,再将已挤干的红薯浆渣一起放入,充分搅拌均匀,揉成面团。

(4) 制坯:将面团揉长,摘成每只25克的坯子,再搓成圆球形。

(5) 滚麻:将芝麻用水淋湿,放在干净的铝盘中,随后把圆球形生坯投入滚动,使其外表沾上一层芝麻。

(6) 油炸、沥油:将油锅烧至六成热,投入表面已沾满芝麻的开口笑生坯,先不要拨动。用中火浸炸至浮起,随后用竹筷转



动。待炸出裂口后，再将裂口一面拨向下，使受热均匀。翻炸至金黄色时，捞出沥油即成。

#### 4. 产品特点

本产品表面开口，芝麻均匀，香甜肥松。

### (七) 红薯点心

#### 1. 原料

红薯 300 克，黄油 25 克，鸡蛋 1 个，砂糖 50 克，豆奶 8 毫升，香草香精、桂皮少许。另用具铝杯 12 个。

#### 2. 工艺流程

选薯→洗净→蒸煮→去皮→压碎→和料→装杯→烘烤→成品

#### 3. 制作方法

(1) 选薯、洗净：选取无霉烂的新鲜红薯，用流动清水将其洗净。

(2) 蒸煮：放入透气的笼屉里用大火蒸约 10 分钟，即蒸至用竹筷能穿透的程度（或入水中煮熟）。

(3) 去皮、压碎：趁热将红薯去皮，放到盆中，加入黄油，然后用研磨棒将其压碎，并加进砂糖，充分搅拌。

(4) 和料：打入鸡蛋，加进豆奶、少量香草香精和桂皮粉，一并搅拌和匀。

(5) 装杯、烘烤：将和好的原料移入铝杯中，用烤炉以 200℃ 的温度烤制 15~20 分钟即可。

#### 4. 产品特点

本品营养丰富，口感松软，香甜可口。

### (八) 红薯寿桃

#### 1. 原料

红薯 500 克，豆沙馅 100 克，糯米粉 200 克，白糖 150 克，