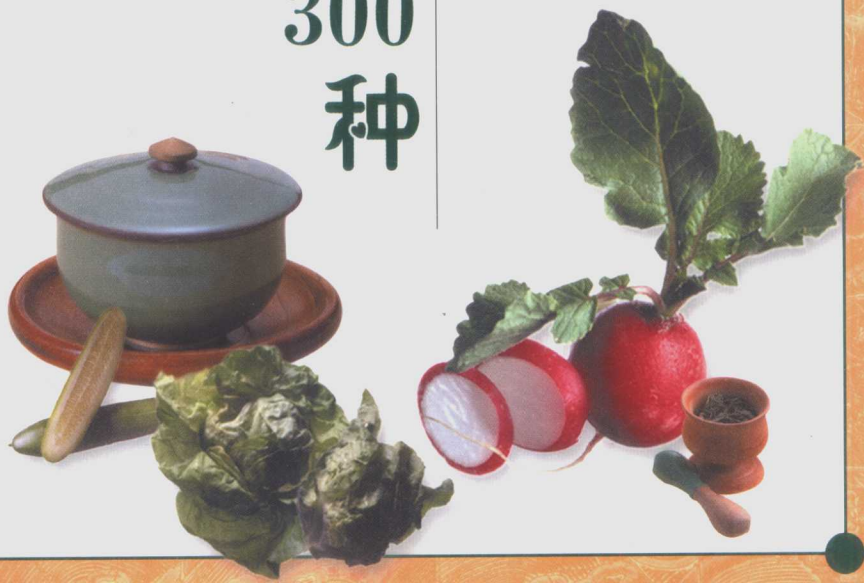




家制风味 酱菜

300 种

中国风味酱小菜系列
清脆凉爽 香气浓郁 咸酸甜鲜 风味各异



周范林 主编

中国林业出版社

●中国风味酱小菜系列

家制风味酱菜 300 种

周范林 主编

中国林业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家制风味酱菜 300 种/周范林主编. - 北京: 中国林业出版社,
2002.12

(中国风味酱小菜系列)

ISBN 7-5038-3287-8

I. 家...

II. 周...

III. 酱菜—制作

IV. TS972.114

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 091903 号

出版: 中国林业出版社 (100009 北京西城区刘海胡同 7 号)

E-mail: cfphz@public.bta.net.cn

电话: 010-66184477

发行: 新华书店北京发行所

印刷: 北京市昌平百善印刷厂

版次: 2003 年 1 月第 1 版

印次: 2003 年 1 月第 1 次

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 5

字数: 110 千字

印数: 1~4000 册

定价: 8.00 元

序 言

泡菜、咸菜、酱菜、糟菜以及卤菜等，是人们日常生活中不可缺少的食物，它不仅制作简便，原料充足，经济实惠，省时省力，便于保存，而且还脆嫩鲜香，花样多变，清凉爽口，富有营养，增进食欲，所以深受人们的喜爱。

泡菜是以多种新鲜蔬菜为原料，浸泡在加有多种调味料和香料的盐水中，经发酵制作而成的。蔬菜在盐水中发酵，主要是在乳酸菌的作用下进行。乳酸菌是利用原料中的糖分发酵生成，乳酸能抑制有害微生物活动而起到保存泡菜的作用，并使泡菜产生酸味，清脆凉爽，质地清脆，香气浓郁，咸酸甜鲜，稍带辣味，便于贮存。

咸菜是用精盐或盐水将新鲜的蔬菜腌制而成。通过加工使盐分渗入其中，造成渗透压较高的环境，脱去部分水分，以抑制微生物的繁殖，而达到防腐和保存的目的。腌咸菜不分南北东西、男女老幼，是一种普遍受欢迎的佐菜之一。腌咸菜具有制作方便、成本低廉、脆嫩爽口、味道鲜美、保存期长等特点。

酱菜是以新鲜的蔬菜，经食盐腌渍成咸菜坯，用压榨或用清水浸泡以降低咸度的方法，将咸菜坯中的多余盐水（盐分）拔出，使咸菜坯的盐度降低，然后再用不同的酱（黄酱、甜面酱等）或酱油进行酱制，使酱中的糖分、氨基酸、芳香气等渗入到咸菜坯中，成为味道鲜美、营养丰富、开胃增食、容易保存的酱菜。

糟制品是一种用酒或糟加精盐及调料品糟制或卤制而成



的食物。随着人们生活的不断改善和家庭结构的逐渐变化,膳食结构也在发生变化。正由于糟制及卤制食物滋味鲜美、糟香浓郁、增进食欲、营养卫生,所以近些年来,它正在悄然代替其他熟食,已成为宾馆、餐厅以及家庭餐桌上的美馐。

中国风味酱小菜系列丛书包括《家制风味泡菜 300 种》《家制风味咸菜 300 种》《家制风味酱菜 300 种》和《家制风味糟卤菜 300 种》等四本。内容全面,制作简单,实用性强。

本系列丛书的读者面很广,不仅适合城乡家庭、大小饭店的人员阅读,也可供广大烹饪爱好者以及各类烹饪专业的学生作参考用书;广大菜农在菜多卖不出去时,可依本丛书的方法,制作风味酱小菜,在瓜菜缺少的淡季市场上定能卖上好价钱。

本丛书中所介绍的原料及各种调味料,不是一成不变的,可根据个人的爱好选用,增加或减少。原料的数量要根据实际需要和现有的容器容量来确定,以免造成浪费。

本丛书由周范林主编,负责本书各篇章编写的人员为周浩、童芹、周德彬、汤忻美、汤丽华和汤丽琴等。

编写本丛书的过程中,参考了许多文献资料,限于篇幅未能一一列出,在此深表谢意!

由于我们的水平及资料所限,书中难免有遗漏和不足之处,敬请广大读者赐教。

编 者

2002 年 10 月



目 录

序言

叶菜类

- | | | |
|----------|----------|----------|
| 酱大白菜 (1) | 酱油甘蓝 (4) | 酱渍菜花 (7) |
| 酱什锦菜 (1) | 桂花甘蓝 (5) | 酱韭菜花 (8) |
| 酱辣白菜 (2) | 酱甘蓝丝 (5) | 韭菜花酱 (8) |
| 虾酱辣菜 (2) | 酱渍芹菜 (6) | 酱香菜根 (8) |
| 酱辣甜菜 (3) | 双酱芹菜 (6) | 大酱菠菜 (9) |
| 酱圆白菜 (4) | 酱芹菜根 (7) | 酱紫苏叶 (9) |

根茎类

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 酱香丝丁 (10) | 香甜萝卜 (16) | 辣丝萝卜 (23) |
| 六味萝卜 (10) | 盘丝萝卜 (17) | 辣萝卜干 (23) |
| 酱萝卜条 (11) | 酱香萝卜 (17) | 紫香萝卜 (24) |
| 酱素萝卜 (11) | 苏州萝卜 (18) | 金银萝卜 (24) |
| 蜜汁萝卜 (12) | 芝麻萝卜 (19) | 麻香萝卜 (25) |
| 桂圆萝卜 (12) | 北京萝卜 (19) | 糖椒萝卜 (25) |
| 北京辣菜 (13) | 镰刀萝卜 (20) | 酱渍五丝 (26) |
| 香甜辣菜 (13) | 兰花萝卜 (20) | 酱胡萝卜 (26) |
| 扬州萝卜 (14) | 蒜椒萝卜 (20) | 酱椒萝卜 (27) |
| 什锦酱菜 (15) | 酱麻萝卜 (21) | 酱甜素参 (27) |
| 咸喱萝卜 (15) | 萝卜辣椒 (22) | 酱辣素参 (28) |
| 酱渍萝卜 (16) | 菊花萝卜 (22) | 胡萝卜酱 (28) |





- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 麻花萝卜 (29) | 酱醋咸蒜 (43) | 麻酱笋尖 (58) |
| 辣味萝卜 (29) | 酱脆大蒜 (44) | 麻香酱笋 (58) |
| 酱三鲜片 (30) | 糖酱大蒜 (44) | 酱渍茭白 (59) |
| 糖酱萝卜 (30) | 酱渍蒜薹 (45) | 酱腌苤蓝 (59) |
| 水晶藕片 (31) | 蒜酱蒜薹 (45) | 酱腌三仙 (59) |
| 酱油藕片 (31) | 甜酱蒜薹 (45) | 酱辣三丁 (60) |
| 酱咸藕片 (31) | 酱竹笋块 (46) | 酱十宝菜 (61) |
| 酱甜藕片 (32) | 酱渍冬笋 (46) | 京味八宝 (61) |
| 二酱鲜藕 (33) | 酱鲜竹笋 (47) | 套花宝菜 (62) |
| 酱姜藕片 (33) | 酱糖竹笋 (47) | 酱香苤蓝 (62) |
| 酱宝塔菜 (34) | 甜酱土豆 (48) | 酱辣苤蓝 (63) |
| 甜酱塔菜 (34) | 酱辣土豆 (48) | 酱酸苤蓝 (63) |
| 椒香酱菜 (35) | 糟酱土豆 (49) | 五香苤蓝 (64) |
| 双酱塔菜 (35) | 酱渍土豆 (49) | 苤蓝什锦 (64) |
| 面酱塔菜 (36) | 椒酱土豆 (50) | 酱渍苤蓝 (65) |
| 甜酱子姜 (36) | 甘薯甜酱 (50) | 酱苤萝卜 (65) |
| 酱嫩生姜 (37) | 酱渍地瓜 (51) | 酱咸苤蓝 (66) |
| 酱甜生姜 (37) | 酱渍山药 (51) | 盘香苤蓝 (66) |
| 酱生姜片 (38) | 酱渍莴笋 (52) | 姜苤蓝丝 (67) |
| 双酱姜芽 (38) | 虎皮酱菜 (52) | 酱切莲菜 (67) |
| 酱糖姜丝 (39) | 酱八宝菜 (53) | 甜酱香菜 (68) |
| 蜜甜酱姜 (39) | 豆酱莴笋 (53) | 酱干果菜 (69) |
| 甜酱姜芽 (40) | 酱连皮笋 (54) | 玫瑰头菜 (69) |
| 酱嫩姜芽 (40) | 酱莴笋片 (54) | 甜酱头菜 (70) |
| 酱渍洋姜 (41) | 酱辣莴笋 (54) | 扬州头菜 (71) |
| 酱甜洋姜 (41) | 酱莴苣笋 (55) | 五香头菜 (71) |
| 豉椒酱蒜 (42) | 酱辣笋片 (55) | 红辣头菜 (72) |
| 蒜蓉香酱 (42) | 脆香菜心 (56) | 三柳菜丝 (72) |
| 蒜蓉辣酱 (42) | 甜酱笋丝 (57) | 上海头菜 (73) |
| 酱醋蒜头 (43) | 麻酱凤尾 (57) | 川味头菜 (74) |

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 酱大头菜 (74) | 面酱芥菜 (78) | 酱香芥丝 (81) |
| 酱甜头菜 (75) | 酱咸菜丝 (78) | 甜辣芥片 (81) |
| 五香酱菜 (75) | 五味酱菜 (79) | 辣芥菜头 (82) |
| 佛手头菜 (76) | 酱辣芥菜 (79) | 酱金丝菜 (82) |
| 京酱辣丝 (76) | 多味芥菜 (80) | 香辣芥丝 (82) |
| 什锦酱菜 (77) | 龙须芥菜 (80) | 麻辣芥丁 (83) |

瓜果类

- | | | |
|-----------|------------|------------|
| 甜酱黄瓜 (84) | 冬瓜豆酱 (95) | 香辣脆瓜 (106) |
| 酱香瓜条 (84) | 蒜酱瓜块 (96) | 蒜蓉酱瓜 (107) |
| 酱辣黄瓜 (85) | 酱渍南瓜 (96) | 姜丝瓜条 (107) |
| 酱渍黄瓜 (85) | 南瓜面酱 (97) | 蒜酱瓜片 (108) |
| 北京酱瓜 (86) | 黄酱南瓜 (97) | 甜酱菜瓜 (108) |
| 上海乳瓜 (86) | 甜辣瓜条 (98) | 酱泡菜瓜 (109) |
| 丹东甜瓜 (87) | 酱姜丝瓜 (98) | 甜瓜面酱 (109) |
| 盘丝黄瓜 (87) | 甜酱香瓜 (99) | 酱白兰瓜 (110) |
| 酱干香果 (88) | 黄酱香瓜 (99) | 酱三合菜 (110) |
| 酱乳黄瓜 (89) | 甜酱香瓜 (100) | 酱渍木瓜 (111) |
| 姜味乳瓜 (89) | 酱咸香瓜 (100) | 酱绿尖椒 (111) |
| 酱甜黄瓜 (90) | 酱酿香瓜 (101) | 酱渍柿椒 (112) |
| 镰刀黄瓜 (90) | 甜八宝瓜 (101) | 酱甜包椒 (112) |
| 芝麻瓜丁 (91) | 酱辣瓜丁 (102) | 酱醋香椒 (113) |
| 双酱咸瓜 (91) | 甜酱瓜皮 (102) | 酱五香椒 (113) |
| 糖酱黄瓜 (92) | 西瓜皮酱 (102) | 酱油青椒 (114) |
| 辣酱瓜条 (92) | 酱渍瓜条 (103) | 酱大青椒 (114) |
| 酱茄黄瓜 (93) | 甜西瓜酱 (104) | 酱蒜青椒 (115) |
| 酱肉黄瓜 (93) | 扬州酱瓜 (104) | 酱蜜辣椒 (115) |
| 麻酱黄瓜 (94) | 黄酱菜瓜 (105) | 红辣椒酱 (115) |
| 黄酱渍瓜 (94) | 酱糖菜瓜 (105) | 辣油辣酱 (116) |
| 甜酱冬瓜 (94) | 酱菜瓜丁 (106) | 黄酱鲜椒 (116) |



- | | | |
|------------|------------|------------|
| 辣椒豆酱 (117) | 酱辣茄子 (124) | 酱四季豆 (130) |
| 多味辣酱 (117) | 酱鲜茄子 (124) | 黄酱扁豆 (131) |
| 南方椒酱 (117) | 酱小茄子 (125) | 酱渍青豆 (131) |
| 青红辣酱 (118) | 芥末茄子 (125) | 酱渍豇豆 (132) |
| 辣椒蒜酱 (118) | 酱甜茄子 (126) | 煮鲜果酱 (132) |
| 酱姜番茄 (119) | 酱蒜茄子 (126) | 红果甜酱 (133) |
| 番茄豆酱 (119) | 酱菜茄子 (127) | 草莓甜酱 (133) |
| 甜酸茄酱 (120) | 姜丝酱茄 (127) | 梅子甜酱 (134) |
| 咖喱茄酱 (121) | 椒香茄酱 (127) | 杏果甜酱 (134) |
| 桂花番茄 (121) | 酱渍茄条 (128) | 酱渍橘子 (134) |
| 咸番茄酱 (121) | 蒜姜茄子 (128) | 橘果甜酱 (135) |
| 腌香番茄 (122) | 甜酱豆角 (129) | 橘皮甜酱 (135) |
| 酱渍番茄 (123) | 虾油豆角 (130) | 酱橘子皮 (136) |
| 酱拌番茄 (123) | 面酱豇豆 (130) | |

其他类

- | | | |
|------------|------------|------------|
| 酱渍蘑菇 (137) | 黄豆辣酱 (141) | 辣豆瓣酱 (147) |
| 酱菇五宝 (137) | 黄豆面酱 (142) | 酱花生仁 (147) |
| 酱金针菜 (138) | 黄豆米酱 (143) | 香甜面酱 (148) |
| 酱拌豆腐 (138) | 酒香豆豉 (143) | 酱核桃仁 (148) |
| 甜酱腐乳 (139) | 姜汁豆豉 (144) | 甜酱桃仁 (149) |
| 香辣青豆 (139) | 姜蒜豆豉 (144) | 酱咸桃仁 (149) |
| 酱辣黄豆 (140) | 五香豆豉 (145) | 酱渍板栗 (150) |
| 黄香豆酱 (140) | 酱黄豆豉 (145) | 酱油杏仁 (150) |
| 江浙豆酱 (140) | 川味豆豉 (146) | 酱蜜杏仁 (151) |
| 五香豆酱 (141) | 酱渍蚕豆 (146) | 甜酱杏仁 (151) |
| | 蚕豆香酱 (147) | |

主要参考文献 (152)



叶 菜 类

酱大白菜

原料 大白菜 4000 克,精盐 500 克,面酱 2000 克。

制法 1. 将大白菜剥去外层老帮后洗净,放入 250 克精盐对成的盐水坛内,再在白菜表面撒上精盐,上压重物让盐水淹没白菜。两天翻动 1 次,共在 8 天内翻动 4 次。
2. 腌渍 8 天后,将白菜从盐水坛中捞出,用清水浸泡减少盐分,1 天换水 1 次,共换 3 次水,捞出将水分沥干后,装入纱布袋中。再将纱布袋投入装面酱的坛子里,让酱浸没纱布袋,酱渍 30 天左右即可食用。

特点 味咸鲜脆,酱香味浓。

酱什锦菜

原料 大白菜 4000 克,白萝卜 400 克,大葱、大蒜、梨和苹果各 200 克,甜面酱 800 克,味精 5 克,精盐 100 克。

制法 1. 将大白菜去老帮后洗净,沥干水分,整棵白菜剖成 4 瓣后切成小块;萝卜洗净去皮,切成小片。将大白菜和萝卜分装 2 只盆内,分别用 60 克精盐和 20 克精盐腌 5 小时左右;苹果和梨洗净沥干,剖开去籽后切成



家制风味
酱菜
88 种

片;葱和蒜洗净后沥干,剁成碎末。

2. 将大白菜、萝卜、苹果和梨装入一干净坛内。另用1000克凉开水溶化剩余精盐和味精,搅匀后注入坛内,如果不能淹没菜料,可加些凉开水,盖上盖腌渍10天后即成半成品。

3. 捞出菜料,倒掉坛内的盐卤或留作他用,把初步腌渍的白菜和萝卜沥干水分,再与苹果、梨、葱、蒜和甜面酱拌匀,装入坛中,酱渍12天左右即成。

特点 酸辣甜香,嫩脆爽口。

酱辣白菜

原料 大白菜 5000 克,青萝卜和胡萝卜各 500 克,精盐 450 克,酱油和香菜各 250 克,味精 20 克,辣椒粉 150 克。

制法 1. 将大白菜择洗干净后放入坛内,一层白菜撒一层精盐,放完后洒少许凉开水,压紧后上面压重石,5天后捞出沥干水分。

2. 将青萝卜和胡萝卜分别洗净后切成细丝,浸泡在水中12小时后捞出沥干水分。

3. 将香菜切成碎末,与青萝卜丝、胡萝卜丝、酱油、味精和辣椒粉调拌均匀,并夹在白菜中,然后放入坛中,置于阴凉处,酱渍3天后即成。

特点 清香鲜辣,朝鲜风味。

虾酱辣菜

原料 大白菜 5000 克,胡萝卜、青萝卜和精盐各 500 克,大葱



和虾酱各 100 克,生姜 50 克,大蒜和辣椒粉各 150 克,香菜 250 克,味精 15 克。

- 制法**
1. 选择重 1000 克左右的满心大白菜,去须根除黄帮烂叶,洗净后入坛,放一层白菜撒一层精盐;装完后洒入少许凉开水,上压重石,1~2 天后盐水淹没白菜,再腌 3~5 天取出,用清水洗净、沥干后放入菜盆中。
 2. 将胡萝卜、青萝卜、大葱和生姜分别洗净后切成细丝,大蒜捣成蒜蓉,香菜切成碎末。将青萝卜丝和胡萝卜丝放在盆中,撒少许精盐,稍腌后加入辣椒粉、虾酱、香菜末、味精、葱、蒜和姜等搅拌均匀。
 3. 将调配料均匀地夹在白菜中,装入坛里,上面盖一层白菜帮,压上重物,放在阴凉处或埋入地下露出坛口。2~3 天后倒入一些淡盐水,严密封口,酱腌 20 天左右即成。

特点 脆嫩可口,生津开胃。

酱辣甜菜

原料 大白菜 1000 克,精盐、酱油和香油各 25 克,白糖 100 克,干辣椒 4 只,泡红辣椒 20 克,花椒 30 粒,大葱和生姜各 10 克。

- 制法**
1. 将大白菜择洗干净后剖开,取菜心部分,并切去白菜梗,顺长切成 6 厘米长、0.6 厘米宽的块,码在盆中,均匀地撒上精盐,上面压紧盖严,腌 4 小时使其渗出水份。
 2. 将葱、姜和泡红辣椒分别洗净后切成细丝。将腌好



家制风味酱菜

的白菜用手挤去水分,码在盆中,上面撒入红辣椒丝、葱丝和姜丝。

3. 炒锅置火上,放入香油烧热,将花椒和干辣椒炸出香味,随即将油浇在白菜上面。

4. 将酱油和白糖同放入碗内调成汁,倒在白菜丝上,再用盘子压上,使白菜丝完全浸在汁中,酱腌4小时左右即可食用。

特点 色泽微红,质地清脆,入口咸辣,回味甘甜。

酱圆白菜*

原料 圆白菜 6000 克,精盐 750 克,面酱 1500 克。

制法 1. 将圆白菜择洗干净,放入坛内,表面层撒上精盐,而后加入适量的凉开水进行腌渍,2 天后翻动 1 次,7 天后取出放入清水中浸泡,1 天换 1 次水,3 天后待咸味大减以后取出莲花白,分装入小纱布袋中。

2. 将面酱投入一干净的坛内,加入装有圆白菜的纱布袋,使面酱没过布袋。开始几天要每天翻动布袋 1 次,酱渍 30 天左右即可食用。

特点 菜嫩香脆适口,维吾尔族风味。

酱油甘蓝

原料 咸甘蓝 5000 克,酱油 1000 克,花椒 5 克,植物油 700

* 圆白菜,又称包心菜、莲花白、卷心菜。



克。

制法 1. 将咸甘蓝用清水浸泡10小时左右(以降低盐分)捞出沥干,装入坛中。

2. 锅置火上,放入花椒和适量的清水煮沸成花椒水,离火冷却后,对入酱油调匀,倒入甘蓝坛内酱渍4天(每天翻动1次)即成。

特点 色泽棕红,质地嫩脆,味鲜咸香。

桂花甘蓝

原料 咸甘蓝 5000 克,酱油 2200 克,白酒 150 克,白糖 50 克,桂花 15 克,味精 5 克。

制法 1. 将咸甘蓝切成盘丝形状,周身旋割成深斜刀口,中间连接不透,放入清水中浸泡1小时,中间换水两次,待菜肴有淡淡咸味时,捞出沥干,置于阳光下晾晒,并不断翻动,当表面出现皱纹时收起。

2. 将甘蓝和烧沸的酱油趁热投入坛中腌渍3天,捞出沥干酱油,在阳光下晒至六七成干,置阴凉处软化后入坛,加入桂花、白酒、白糖、味精和酱油调成味液,密封酱渍10天左右即成。

特点 色泽深褐,桂花味香,质脆爽口。

酱甘蓝丝

原料 咸甘蓝 5000 克,面酱 1500 克,酱油 800 克,鲜姜 50 克。

制法 将咸甘蓝切成细丝,放入清水中浸泡2小时,中间换水



家制风味酱菜300种

两次,待稍有咸味时捞出沥干,分装入布袋中,投入盛有酱油、面酱和鲜姜的坛中搅拌均匀,每天翻动2~3次,酱渍6~7天左右即成。

特点 色泽深黄,根丝整齐,味美适口。

酱渍芹菜

原料 芹菜5000克,老盐水500克,红糖和醪糟汁各25克,精盐100克,干辣椒125克,甜面酱1000克。

- 制法**
1. 将芹菜择去叶子,洗净后沥干水分。
 2. 将老盐水、红糖、醪糟汁、精盐、干辣椒和甜面酱放入坛内拌匀,投入芹菜,盖上坛盖,腌渍1天,捞出沥干水分。
 3. 将坛中的盐水倒掉,擦干坛的内壁,放入沥干的芹菜,加入甜面酱,酱渍2天左右即成。

特点 清脆香甜,味美适口。

双酱芹菜

原料 芹菜5000克,精盐500克,甜面酱3800克,酱油1300克。

- 制法**
1. 将新鲜芹菜(梗长60厘米以上)削去叶、老梗和根须,底部削成锥形,交叉切开用水洗净,投入开水中洗浸烫根部再烫细梢,以菜烫嫩脆为标准。烫后放入凉水里浸泡5分钟,捞出沥干水分,按一层芹菜一层精盐放入菜坛中腌渍,每天翻动1次,连续翻动4~5天。



2. 将咸芹菜从坛中取出,每一棵扎成一把,装入布袋中,放入装有甜面酱和酱油的坛中酱渍,每天翻动1次,酱渍20天左右后将袋取出,沥去酱卤汁,重新用甜面酱和酱油酱渍45天左右即成。

特点 色泽澄黄,味鲜带甜,芳香浓郁。

酱芹菜根

原料 芹菜根 5000 克,酱油、植物油、蒜蓉、姜末和五香粉各适量。

制法 1. 选用粗壮而不老的芹菜根,刮去老皮和老须后放在水中浸泡1天,捞出洗刷干净,用刀顺切成条。
2. 锅置火上,放油烧热,投入芹菜根炒至八成熟时,加入酱油和五香粉再炒至熟透,离火后,待芹菜凉透拌进姜末和蒜蓉,然后装入干净坛中,盖严坛口,放置阴凉处酱渍,随吃随取。

特点 清脆芳香,味美适口。

酱渍菜花

原料 菜花 5000 克,精盐 1000 克,酱油 8000 克。

制法 1. 将菜花掰开,用清水洗净后沥去水分,按一层菜一层精盐的顺序放入坛中腌渍,待有咸味后取出,放入清水内洗两遍后沥干水分。
2. 锅置火上,放入酱油熬开,晾凉后倒入坛内,加入菜花,酱渍10~15天后即成。



特点 色泽红褐,质地嫩脆,美味清香。

酱韭菜花

原料 韭菜花 5000 克,酱油 2000 克,花椒 20 克,味精 4 克。

制法 1. 将韭菜花择洗干净后沥干水分,花椒放入锅内置火上炒至焦黄取出后用擀面杖擀碎。
2. 锅置火上,放入酱油烧开晾凉,与韭菜花、花椒和味精一起倒入刷洗干净的坛内拌匀,酱渍 15 天左右即可食用。

特点 色泽深绿,质地鲜嫩,味咸清香。

韭菜花酱

原料 韭菜花 1000 克,精盐 80 克,酱油 120 克,花椒 50 克,姜 100 克,料酒适量。

制法 将韭菜花洗净后沥干水分,用绞肉机绞成细泥;花椒用料酒泡透后捞出,与鲜姜一起绞成细泥。以上两种细泥,放入带盖的瓷盆内,加入精盐和酱油拌匀,封盖酱渍 1 星期左右即成。

特点 色泽青绿,咸香麻辣。

酱香菜根

原料 香菜根 5000 克,精盐 250 克,酱油 2000 克,花椒、八角和生姜各 15 克。

