



水果简易加工法

王中英 唐翊平 陈耀廷 编著

山西人民出版社

內 容 提 要

本書是在开展农业社副业生产,节约粮食,丰富人民物质生活的思想指导下編写的。書中簡明扼要地介紹了制作蜜餞、果干、果醬、果泥、果胶、果糕、果汁、果酒和果醋等的簡易制作方法。制作原料,除水果外,仅为糖、食盐、硫磺等少数几种副料。制作所用的工具,也极为簡便。它很适合在农业社和家庭普遍推广。

水 果 簡 易 加 工 法

王中英 唐超平 陈静芬 編著

山西人民出版社出版 (太原并州西街十三号)

山西省书刊出版业营业许可证出字第2号

太原印刷厂印刷 山西省新华书店发行

开本: 787 × 1092 1/32 • 1 $\frac{1}{4}$ 印张 • 26,000字

一九五八年七月第 一 版

一九五八年九月太原第一次印刷

印数: 1—5,000册

統一书号: 15088 • 8

定 价: 一角三分

前 言

我国是一个果树资源相当丰富的国家，每年水果的产量很大。估计全国每年光是柑桔、苹果、桃、李、杏、葡萄、柿子等产量就有一百七十万吨，其中次果和落果最少也有八万五千吨到十七万吨。拿山西来说，全省约有果树两千三百多万株，包括苹果、杏子、沙果、香果、梨、葡萄、桃、杏、柿、核桃、枣、板栗、山楂、石榴等果树，每年产量达十五万吨，其中次果和落果最少恐怕也有一万五千吨左右。如果能分别而及时地利用各种果实，除生产新鲜水果供国内外消费外，还可以分别生产大量蜜饯、果干、果酱、果泥、果胶、果糕、果汁、果酒和果醋的果实加工品，来代替粮食的消耗，同时也满足了广大人民物质上的需要和国际上的需要。可惜这笔财富还没有充分利用，仍有大量浪费。

利用果实加工品，不仅可以节约粮食，丰富人民物质享受；而且果实加工品的营养价值，大大地超过了粮食加工品的营养价值。同时，果实加工品还具有各种果实原来的香气、色泽和风味，这也是一般粮食加工品所不能比拟的。除了这些以外，果实加工品也可以出口换取外汇，因为中国的果实加工品在世界上是很受欢迎的。

因此，在新的现实形势下，我们编写了这本“水果简易加工法”的小册子，希望能在“多、快、好、省”的总路线的原则下，有利于我们伟大祖国的社会主义建设事业，有利于我国广大人民的物质生活的丰富和提高。

这本“水果簡易加工法”的小冊子是参考国内和苏联有关果实加工方面的經驗和材料編写的。比較簡明扼要地介紹了果实加工的各种方式，和各种果实加工的具体方法。这本小冊子适合于农村工作干部、农业社社員、以及城市家庭妇女閱讀。

最后，由于我們水平的限制，这本小冊子缺点錯誤一定不少，希望同志們予以批評和指正，我們預先向同志們表示謝意。

編者識

一九五八年六月

目 次

一	蜜餞.....	(1)
	1. 制作蜜餞的一般方法.....	(1)
	2. 苹果、梨、檳子蜜餞的制作.....	(4)
	3. 桃、杏蜜餞的制作.....	(5)
	4. 李蜜餞的制作.....	(6)
	5. 青梅、青杏蜜餞的制作.....	(6)
	6. 櫻桃蜜餞的制作.....	(7)
	7. 蜜枣的制作.....	(8)
	8. 甜瓜、南瓜、西瓜蜜餞的制作.....	(8)
二	果干.....	(10)
	1. 制作果干的一般方法.....	(10)
	2. 苹果、梨、檳子干的制作.....	(11)
	3. 杏干的制作.....	(11)
	4. 葡萄干的制作.....	(11)
	5. 柿餅的制作.....	(12)
三	果醬.....	(13)
	1. 制作果醬的一般方法.....	(13)
	2. 苹果、梨、檳子醬的制作.....	(14)
	3. 桃、杏醬的制作.....	(15)
	4. 草莓醬的制作.....	(15)
	5. 西红柿醬的制作.....	(16)
四	果泥.....	(17)
	1. 制作果泥的一般方法.....	(17)

	2. 枣泥的制作.....	(18)
五	果胶.....	(20)
	1. 制作果胶的一般方法.....	(20)
	2. 山楂膏的制作.....	(21)
六	果糕.....	(24)
	1. 制作果糕的一般方法.....	(24)
	2. 苹果糕的制作.....	(25)
	3. 杏糕的制作.....	(26)
七	果汁.....	(27)
	1. 制作果汁的一般方法.....	(27)
	2. 苹果汁的制作.....	(28)
	3. 葡萄汁的制作.....	(28)
八	果酒.....	(29)
	1. 制作果酒的一般方法.....	(29)
	2. 苹果酒的制作.....	(30)
	3. 梨酒的制作.....	(31)
	4. 葡萄酒的制作.....	(32)
九	果醋.....	(34)
	1. 制作果醋的一般方法.....	(34)
	2. 醋柳醋的制作.....	(35)

一 蜜 餠

蜜餠是一种最普通的果实加工品，在我国有很久的历史。由于我国蜜餠种类繁多，色调瑰丽，风味特殊，所以，在世界上也是很闻名的。

蜜餠是使糖分进入果实，排挤出果实内部的水分，把整个或者部分果实保藏在浓厚的糖浆里。通常用的糖浆浓度大约在百分之六十五以上，在这样的浓度里，细菌不能生长繁殖，因此，蜜餠才不致于腐烂。这种蜜餠通常叫“液体蜜餠”。

如果当液体蜜餠煮好后，立即进行干燥，这种干燥后的蜜餠叫“干制蜜餠”。

制作蜜餠，可以用各种果实和某些蔬菜。一般多用：苹果、梨、楂子、桃、杏、李、梅、枣、柑桔、杨梅、樱桃、草莓、南瓜、西瓜、甜瓜等做蜜餠材料。

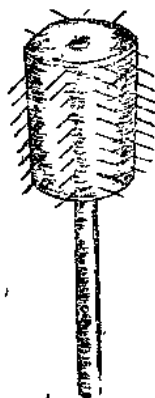
做蜜餠用的果实应该是刚成熟和没有病虫害的果实，过熟、有病虫或者压软了的果实都不宜做蜜餠。

1. 制作蜜餠的一般方法

制作蜜餠的果实应该先剔除果柄和其他的夹杂物，洗净，去掉果实内部的果核或果心。大型的果实可以根据需要切开两半，或者切成碎块；小型的果实不必切开，但应该用

針在果实上刺孔，或者用小刀割划，目的是使糖浆更好地进入果內。为了工作方便，可以自己制作简单的“刺孔器”。

“刺孔器”可用一个軟木瓶塞，一端插入一支竹筷或細木棒作柄，周围插上几支小針作成的。用这种自做的“刺孔器”可以提高刺孔的工作效率。



图一 刺孔器

果实准备好后，就得配制糖浆。配置糖浆时，最好用洁淨的白糖。通常1斤糖加水半斤，但是还要决定于果实內糖分的多少，所以作蜜餞时，并不是所有果实用糖份量都一样的。把糖和水放入鋼精鍋內，在文火（火勢緩和而不很猛烈）上逐漸加热，不断地攪拌糖浆，一直到糖不能再溶解时为止。

当糖溶解时，拿两个鸡蛋白，打成泡沫，倒入糖浆中（这时，糖浆温度还不致使蛋白凝固），攪拌均匀，然后再用猛火加热。这时候蛋白开始凝固，同时把糖浆內的夹杂物凝結在一起，变成泡沫，浮到表面，这种泡沫应该用有孔的杓子把它們撈走。但是，在加入蛋白时，不能立即用猛火加热，否則蛋白很快凝固，不能凝結住其他的夹杂物。撈走泡沫后，糖浆再繼續熬煮五——六分鐘就可以停止加热，这时候，制蜜餞用的糖浆已經配制成功了。

糖浆准备好后就吧果实放入，在热糖浆內浸四——五小时，然后开始加热。

制作少量蜜餞时，果实、糖、水分的用量，大致如下表：

果 实 名 称	果实用量(市斤)	用糖量(市斤)	用水量(市斤)
苹 果	1	1	0.5
梨	1	1	0.5
橘 子	1	1	0.5
桃	1	1	0.5
杏	1	1	0.5
李	1	2	2
梅	1	2	2
櫻 桃	1	1.5	0.5
枣	1	0.5	0.25
草 莓	1	1	0.25
柑 桔	1	1.5—2.0	0.5
甜 瓜	1	1.5	0.5
南 瓜	1	1	0.25
西 瓜	1	1.5—2.0	0.25

煮制蜜餞有二种方法：

一、一次煮法：把果实放进热糖浆内，浸四——五小时后，开始加热，把糖浆煮沸，繼續加热，一直到用匙子挑出糖浆，冷却后能凝結而不流动时为止。这就是蜜餞一次煮成的方法。

二、多次煮法：把果实放入热糖浆内浸四——五小时后，立即加热，糖浆煮沸后再熬煮四——五分鐘，然后靜置十——十二小时，使糖浆更好地进入果实内。靜置后，再繼續加热，糖浆煮沸后，再熬煮四——五分鐘，再靜置十——十二小时。这样重复几次，到糖浆挑出，冷却后能凝結时为止。最后一次熬煮时间为八——十分鐘。这就是蜜餞分几次煮成的方法。

用多次煮法煮成的蜜餞，由于糖分进入均匀，所以品質比較好。

不論用哪一种方法，在熬煮的时候，都应该輕輕地攪拌蜜餞。当糖浆表面有泡沫时，应及时撈走。

蜜餞快要煮好的时候，最好加入一些蜂蜜，加入蜂蜜可以防止白結晶，并且能提高蜜餞的品質。通常一斤果实加一——二两蜂蜜。

为了使蜜餞有香味，可以适当加一些桂皮、丁香、陈皮等香料。

如果需要制作干制蜜餞时，可以在蜜餞煮好后，冷却，放在炉灶上烘干就成。

2. 苹果、梨、檳子蜜餞的制作

苹果、梨和檳子蜜餞的制法相同。

先洗淨果实，去皮，挖除果心，然后切成小片。在切片的同时，把切下来的小片立即投入百分之二的盐水里，浸泡几秒鐘，使果实不和空气接触而变黑色。果实从盐水里撈出后，瀝去水分，立即投入开水里煮几分鐘。一般：

苹果煮五——十分鐘

梨煮十五——二十分鐘

槿子煮十分鐘左右

糖漿可以根据上表內的用量配制。当果实从开水里捞出后，把水瀝干，就可以投入糖漿中，靜置三——四小时。

苹果、梨和槿子蜜餞，可分三次煮制。第一次在文火上煮沸二——三分鐘，然后靜置十——十二小时。靜置后，第二次再繼續加热，用文火逐漸煮沸二——三分鐘，然后再靜置十——十二小时。靜置后，再进行第三次加热，这时候，每斤果实中可加入蜂蜜——二两。为了增加蜜餞的香味，可以根据自己口味加入少量香料，在文火上煮沸四——六分鐘，当糖漿冷却后能凝結，果实呈透明时，証明蜜餞已經煮好了。可以停止加热，使蜜餞逐漸冷却。

如果要作干制蜜餞时，可以在冷却后进行干燥。

3. 桃、杏蜜餞的制作

桃、杏蜜餞的制法也相同。

先洗淨果实，去皮，为了便于去皮，可以把桃、杏放入煮沸的百分之三氫氧化鈉溶液中，浸半分鐘捞出，放入冷水中清洗，就很容易剝皮。剝皮后，再将果实切开，去核，放入配置好的糖漿中加热。

桃、杏蜜餞可分二次煮制。

第一次在文火上加热，煮沸五——八分鐘，靜置八——十小时。靜置后进行第二次煮制，在文火上加热，煮沸五——八分鐘，同时在每斤果实中可加蜂蜜——二两，并适当加入香料。然后冷却。

通常见到的桃脯和杏脯是蜜餞冷却后干燥而成的干制蜜餞。

4. 李蜜餞的制作

先把李洗淨，除去果柄，不必去皮，也不必把果实切开，而用“刺孔器”在果面上刺孔。或者用小刀割划，目的是使糖分尽快地进入果实内。然后投入沸水内浸三——四分

鐘。

带核的李可分四次来煮制。

把准备好的李放入配置好的糖浆中，静置三——四小时后，第一次加热，煮沸五——八分鐘，静置八——十小时。第二次繼續在文火上煮沸八——十分鐘，再静置八——十小时。第三次繼續在文火上煮沸八——十分鐘，繼續静置八——十小时。第四次加热时，每斤李果中加入蜂蜜——二两，并适当加入少量香料，煮沸八——十分鐘，就停止加热，进行冷却。

去核的李可以分二次或三次来煮制。

第一次加热煮沸五——八分鐘，静置八——十小时。第二次和第三次加热煮沸八——十分鐘，每次静置八——十小时。最后一次可加入适量的蜂蜜和香料。

如果需要干制蜜餞时，可以在冷却后进行干燥。

5. 青梅、青杏蜜餞的制作

把青梅、青杏洗淨，除去果柄，为了保持果实原来的青綠色，同时又便于剖开去核，可将青梅、青杏浸入百分之二点五的明矾水中，加百分之十二的食盐，浸泡二——三天。浸泡后，放在清水内漂十二小时。漂清盐分后，把水分瀝干，剖开果实，去核，或者不去核而在果实上用“刺孔器”刺孔，或者用小刀割划。然后配置糖浆，并在糖浆内加入少

量洋綠。配好糖漿后，就把青梅、青杏放入，靜置二小時。靜置后，撈出青梅、青杏、瀝干糖汁，再加拌白糖百分之八十，靜置十五天后，在文火上加熱，煮沸五——十分鐘。并在每斤果實中加蜂蜜二兩左右。

G. 櫻桃蜜餞的制作

把櫻桃用清水洗淨，去核，放入配置好的熱糖漿中，靜置三——四小時。

酸櫻桃蜜餞可以一次煮成。

把酸櫻桃放入糖漿內靜置三——四小時后，逐漸加熱，煮沸，一直到糖漿冷卻后能凝結時為止。

甜櫻桃蜜餞可分三次煮成。

把甜櫻桃在糖漿中靜置三——四小時后加熱。第一次在文火上煮沸六——八分鐘，靜置十二小時。靜置后，進行第二次加熱，煮沸六——八分鐘，再繼續靜置十二小時。然後進行第三次加熱，煮沸六——八分鐘后，停止加熱，冷卻。

如果櫻桃不去核，可用“刺孔器”從果實兩邊刺孔，或者放入將要沸騰的熱水中。酸櫻桃浸泡一分鐘，甜櫻桃浸泡三——四分鐘。

然後，把櫻桃放入糖漿中，靜置三——四小時。

帶核的酸櫻桃蜜餞分二次煮成。

第一次加熱煮沸六——八分鐘，靜置六——八小時。第二次加熱，煮沸，稍加攪拌就行。

帶核的甜櫻桃蜜餞分四次煮成。

第一次在文火上煮沸六——八分鐘，靜置十二小時。第二次再煮沸六——八分鐘，再靜置十二小時。第三次再繼續煮沸六——八分鐘，再繼續靜置十二小時。第四次加熱

六——八分鐘后，立即停止加熱，進行冷卻。

不論是去核，或者帶核的櫻桃，在快要煮好的時候，每斤果實內均應加入——二兩蜂蜜，也可以適當加入香料。

7. 蜜 棗 的 制 作

棗的蜜餞叫做蜜棗，和其他果實的蜜餞略有不同。做蜜棗的棗子應該揀選個兒大，不成熟的生棗，最好是白色或者青白色的棗。

做蜜棗前先把棗洗淨，用“刺孔器”刺孔，或者用小刀割劃，通常在一個棗上需割百余刀左右，一般是不去核的。

準備好的棗可放入配置好的糖漿中，靜置三——四小時。然後開始逐漸加熱，同時不斷地進行攪拌，一直到棗面有光亮時才停止攪拌。在這時候，也應該加入少量的蜂蜜。

棗煮好后，在糖漿內再靜置一——二小時，經常翻動，使它盡量吸收糖分。

靜置后，把棗放在文火上干燥。干燥時間大約需二天左右。在干燥時，也要經常翻動。第一天干燥后，還應該將棗壓扁。

干燥程度以手指壓棗不變形狀，果實透明時為止。一般這時的重量，等於生棗的原來的重量。

8. 甜瓜、南瓜、西瓜蜜餞的制作

甜瓜、南瓜和西瓜蜜餞的制法相同。

甜瓜、南瓜和西瓜先要去皮，挖除果心和種子，然後切成小薄片，浸在石灰水內二十五——三十分鐘，目的是使組織堅實。撈出后再放在熱水內燙漂五——十分鐘，燙漂后取出瓜片，用冷水冷卻。

瓜片准备好后,立即放入配置好的糖浆中,分三次煮成。

第一次煮沸五——八分鐘,靜置五——六小时;第二次再繼續煮沸五——八分鐘,再靜置六小时;第三次煮沸五——八分鐘后,停止加热,进行冷却。

甜瓜和西瓜蜜餞煮好时呈透明状态,南瓜蜜餞呈赤褐色。

二 果 干

果干的制作在我国也有悠久的历史，制作方法简单方便，制品可以长期贮藏。所以是广大人民群众所喜爱的果实加工品。

制果干用的原料，大都是经济价值較低的次果，因此能提高果实的利用，还可以适当增高果实的经济价值。

通常来作果干的有：苹果、橙子、桃、杏、梨、柿、葡萄、西红柿等果实。

1. 制作果干的一般方法

作果干也要求是健康无病虫害的果实。

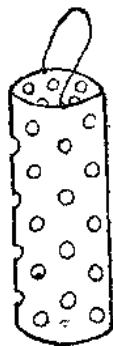
首先把果实洗净，去掉果柄，如果果实上面腊质很多，象葡萄果实表面腊质就很多，因此得把腊质去掉。通常，把腊质过多的果实放入煮沸了的氢氧化钠溶液里，浸泡一——五分鐘，使果实表面的腊质溶解，然后再放入冷水里冲洗碱液。

果实清洗后，除了葡萄等小果实以外，一般果实都要去皮，挖掉果心，切成小薄片。

为了防止果干腐烂，并使果干保持洁白，必须用硫磺熏一下果片，把果片放在密闭的容器内，点燃硫磺，把硫磺放

入同一容器內。通常每十斤果片用硫磺五——六錢。

果片經熏硫后，可直接攤開在太陽下晒干或阴干。



图二 熏硫器

2. 苹果、梨、橘子干的制作

苹果、梨、橘子干的制法大致相同。

先把苹果、梨、橘子用清水洗净，去皮，挖除果心。为了防止果肉变黑色（果肉暴露在空气中氧化变色），在去皮的同时立即将果实浸在百分之三的食盐水里。然后，沥干水分，把果实切成小薄片，再将果片放入容器（坛子或者木箱）中，熏硫三十分钟左右。熏硫后，可以把果片从容器内取出，放在太阳下曝晒。充分晒干后，再进行一次熏硫杀菌，时间为二十——三十分钟。经第二次熏硫后，果干已经制作完成，可以进行贮藏。

3. 杏干的制作

把杏洗净后，用小刀剖开，去掉杏核。使切面向上摊开，一般不必切成小薄片，也不用去皮。

然后，进行熏硫——二小时，熏硫后可以直接放在日光下曝晒，大约一星期左右就能晒好，一般晒到用手紧捏杏干不会互相粘结时为止。

通常每一百斤鲜杏，可晒成十五——二十斤杏干。

4. 葡萄干的制作

先把葡萄放在已经煮沸了的百分之二——百分之四的氢