

中國特產食品叢書

湖南腊肉

萧天哨 周国梁 编



輕工業出版社

中国特产食品丛书

湖南腊肉

萧天哨 周国梁 编

轻工业出版社

1965年·北京

《中国特产食品丛书》編委会

主編：沈济川	秦含章
委員：朱宝鏞	张学元
朱 雄	金世琳
金培松	沈治平
侯祥川	尹宗伦

中国特产食品丛书

湖 南 腊 肉

萧天咥 周国梁 编

*

轻工业出版社出版

(北京永安路18号)

北京市书刊出版业营业许可出字第118号

中国财政经济出版社印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

各地新华书店經售

*

787×1092毫米1/32 • 2印张 • 36千字

1965年1月第1版

1965年1月北京第1次印刷

印数：1~2,600 定价：(科三) 0.19元

統一書号：15042·1219

内 容 介 紹

湖南腊肉是把肉腌渍后又经熏制而成的一种腊肉。历史悠久，香气浓郁，具有特殊风味，是我国著名的特产食品。

本书对加工湖南腊肉的原料、辅料、设备、工艺以及检验方法、保藏方法、食用方法等分别予以总结介绍。

本书供食品加工厂、肉类工商企业以及餐馆、食堂等有关员工参考。食品工业学校亦可作参考书之用。

編 者 的 話

我国的特产食品具有悠久的历史。特产食品的制作，几千年来劳动人民在实践中积累了丰富的經驗，是我国宝贵的文化遺產的一部分，它在国际上也一向享有很高的声誉。由于我国地域广闊，物产丰盛，又是多民族国家，爱好嗜尚頗多不同，所以各地的特产食品丰富多彩，各有特殊的风味和独特的制造方法，对于这些食品有必要加以研究总结，使其得到繼承和发揚。但在旧中国历史条件下，对这样的宝贵遺產缺乏研究和整理，許多特产食品的传统操作方法和特殊技艺，大都是靠老师傅示范操作和口授逐代流传下来的，用文字記載下来的很少。解放后在党和政府的正确领导和关怀下，各有关部門重視了总结这项經驗的工作，并且，已經从一些著名特产食品入手，开始了調查发掘和科学整理研究工作。为了有计划总结和发揚这些宝贵的文化遺產，給生产、研究、教学部門提供參考，并为爱好祖国特产食品的广大群众便于全面和深入了解这些食品的制作方法和原理，特編印出版这一套特产食品丛書。

这套丛書的内容，打算主要包括肉类加工品，水产加工品，禽蛋加工品，豆菽及花生加工品，淀粉加工品，水果蔬菜加工品，酿造食品，調香調味品，糖食糕点以及茶叶等几类。由于各类产品具有不同的性質和条件，因此，我們將分品种或分品名編写小冊子，有的著名特产（如金华火腿，南

京板鴨等) 就将专冊出書。

这套丛書，将根据編写条件，写成一本即出一本。我們希望丛書的內容能夠是既总结传统技艺和操作方法，又具有某些科学数据，使它既可以供生产部門交流仿制的参考，也可以供教学部門和科学研究部門参考。但是，由于特产食品的生产操作很多还依靠手艺的技巧，設備和操作尚未采用科学仪器进行控制，因此数据的測定还有不少困难，达到上述要求受到很大限制，有些一时还不能做到，需要随条件变化逐步研究解决。根据現在条件，这套丛書，暂时只能以小丛書形式陸續出版，将来，視条件的可能，我們希望在这套丛書的基础上，再加以系統提高，編纂成若干卷，組成一部“中国特产食品大全”。

这是一件初創性的工作，刚刚开始摸索，还没有經驗。在編写中我們虽然在內容上，力求能忠实于传统技艺的总结和进行必要的整理提高，并力求在文字上能夠通俗一些，在科学說明上尽量浅显一些。但是要完全做到上述要求还需要在实践中不断努力。最近出版的几本，是帶有試版性質的，看来距离科学說明精确、文字通俗易懂的要求还很远。我們热忱希望讀者和各方面专家，能随时提出批評和建議，使这些小冊子再版时和繼續組織編写其他小冊子时不断改进，不断提高，以便使这套丛書，逐步成为真正总结我国特产食品生产技艺和介绍这方面知識的丛書，并为进一步总结提高祖国文化遗产提供有益的参考。

《中国特产食品丛書》編委会

目 录

一、概說.....	(7)
(一) 湖南腊肉史話.....	(7)
(二) 湖南腊肉的特点.....	(9)
二、湖南腊肉的原材料.....	(11)
(一) 原料.....	(11)
(二) 輔料.....	(13)
(三) 熏料.....	(17)
三、工場和生产設備.....	(18)
(一) 腊肉加工厂的建筑要求.....	(18)
(二) 生产設備.....	(19)
四、腊肉加工的原理.....	(28)
(一) 腌漬原理.....	(28)
(二) 熏制原理.....	(29)
五、腊肉的生产工艺.....	(29)
(一) 修肉切条.....	(30)
(二) 配制輔料.....	(31)
(三) 腌漬.....	(32)
(四) 洗盐.....	(35)
(五) 晾水.....	(35)
(六) 熏制.....	(37)

六、腊肉的检验	(38)
(一) 原料检验.....	(39)
(二) 半成品检验.....	(47)
(三) 成品检验.....	(49)
七、腊肉的保藏	(55)
(一) 保藏腊肉应具备的条件.....	(55)
(二) 包装和堆码.....	(57)
(三) 保藏间的管理.....	(58)
(四) 民间常用的几种保藏方法.....	(60)
八、腊肉的营养和食用方法	(61)
(一) 腊肉的营养.....	(61)
(二) 腊肉的食用方法.....	(62)

一、概 說

湖南腊肉又名“三湘腊肉”，是湖南地方有名的特产食品之一，具有悠久的历史，很早就驰名于国内外。

解放以前，由于国民党反动派的黑暗统治，湖南腊肉加工工业也与其他工业一样，受到严重的摧残，产量不断下降。解放后，在党和政府的大力关怀和扶植下，湖南腊肉不但继承了固有的传统与特色，而且吸取了四川、广东腊肉的优点，使质量有了很大提高，产量不断上升。

湖南腊肉分“有骨腊肉”和“无骨腊肉”两种，在冬至节前所制的则又特称“冬至腊肉”，此外还有许多腊味副产品。

有骨腊肉是湖南民间传统的腊肉制品；无骨腊肉是近年来吸取了四川、广东腊肉的特点而制成的新品种；冬至腊肉是每年冬至节前后，广大群众为了储备和适应春节肉食需要而制成的；腊味副产品则有腊碎肉、腊排骨、腊猪头、腊猪脚和各种腊内脏制品等。

（一）湖南腊肉史話

湖南腊肉的历史是很悠久的，究竟是何人所创制，始于何时，无历史文字记载，故无文献资料可查。但在湖南民间，普遍有这样的传说：远在南宋时代（公元1127~1279年），湖南人民就开始制作腊肉了。那时民族英雄宗泽、岳飞等，正在大

举抗击金兵入侵，湖南人民为了慰劳抗金大军，由于鲜肉运输和保藏不便，因而把鲜肉制成了腊肉。从此流传下来，又经过劳动人民不断的改进，才成为今天具有特殊风味的湖南腊肉。

长沙肉类联合加工厂的老师傅们曾叙述在明代崇祯年间（约公元1634年）长沙就有前店后厂，自产自销腊肉的经营形式，至清朝光绪年间（约公元1895年）已有规模较大，类似工厂形式的生产。

从此产量大增，销售面广。湖南腊肉不但深受省内和省外广大人民的欢迎爱好，而且已运销到国外，在国际市场上也享有一定的声誉了。

解放以前，由于国民党反动派的摧残，湖南腊肉的产量不断下降，湖南的几家有名的腊味店和一些作坊，大都倒闭，驰名中外的冬至腊肉，已几乎在国际市场上绝迹。

解放后，在党和政府的大力关怀和扶植下，湖南腊肉的生产才得到了恢复和发展。经过社会主义改造之后，湖南腊肉的生产更显得面目一新。1956~1959年，先后在北京、重庆召开了全国腌腊品经验交流大会，两次会中一致总结确定湖南腊肉的特点，列为出口的名牌特产商品，并确定湖南的几个地区为腊肉生产的主要基地，加强领导。现在除全省广大农村每当逢年过节，都有加工生产腊肉的传统习惯外，国营企业为了供应广大人民日益增长的消费需要，各国营肉类联合加工厂都已设有腊味加工车间，生产各种腊肉，并特别注意提高产品质量，建立并健全了操作工艺规程和检验制度，因而不但产量增加，而且成品的质量也大大提高。

(二) 湖南腊肉的特点

在湖南，人们通常把“腊肉、干鱼、晒辣椒”誉为菜谱中的“三魁”。湖南腊肉具有皮色金黄，脂肪似蜡，肌肉橙红等鲜美的外观，又有浓郁的熏香和咸淡适口的特殊风味，各种吃法，均极相宜，营养成分也很丰富，是一种适合多种烹调的菜肴原料。

腊肉易于保藏，一般可保藏一年以上，这样可以调节生产淡旺季节，保证市场需要，而且运输上也较鲜肉为方便，不需专门的冷藏设备。

加工湖南腊肉可以不经日晒，就是在阴雨季节，也可进行生产。

湖南腊肉的生产规模可大可小，不受条件限制，加工工艺比较简单，易于掌握，所需辅料不多，是既可以在工厂生产，又可以家庭制作的大众化食品。

湖南腊肉之所以成为名产，主要是由于以下几个原因：

1. 良好的原料

湖南土地肥沃，物产丰富，素有“鱼米之乡”之称，由于粮食充足，喂猪的饲料大都以利用碎米和细糠为主，再加上气候温和，所以当地猪只具有早熟、皮薄、肉嫩、体重适中等优点，例如驰名的宁乡猪、大围子猪（图1）、沙子岭猪都适合加工腊肉之用，给加工腊肉提供了上等原料。

2. 掌握合适的加工季节

腊肉虽然一年四季均可生产，但以冬季为最适宜，因为



图1 长沙大围子猪

冬季气温低，室温常在 10°C 以下，适合于采用低浓度的食盐（6~8%）和较长时间（7~10天）的腌渍，能使腌肉充分成熟和肉中盐分浓淡均匀，又冬季通常是猪只膘肥体壮的成熟季节，湖南人民掌握了这个特点，所以加工的腊肉质量很好。

3. 严守操作工艺

湖南人民对加工腊肉有着丰富的传统经验。在生产过程中，善于掌握各种条件，如注意选择原料，严守操作工艺，切条大小要力求一致，擦盐应该匀透，腌渍要求适度，熏制不使过火。因此制品质量很好。

二、湖南腊肉的原材料

加工湖南腊肉的原材料可分原料（猪肉）、辅料、熏料三种，现分述如下。

（一）原 料

湖南腊肉，是用猪肉加工做成的。腊肉成品品质的好坏，与原料肉的好坏有很密切的关系。如果猪肉品质很差，那末即使技术高明，经验丰富，也难于加工出良好的腊肉，因此对肉料的选择非常重要。

1. 肉的成分和性質

在腊肉生产中，习惯上通常所说的肉，除指肌肉外还包括着脂肪、软骨、腱、筋膜、神经、血管、淋巴结、淋巴管和腺体等。对于头部、四肢的下端和内脏则通常不包括在内，而另看作为一种副产品。猪肉成分大致如下：

蛋白质	14~20%
脂肪	5~37%
灰分	0.8~1.0%
水分	50~73%

各种成分在肉中的相对含量视猪的品种、年龄、肥瘦程度等而定，即是在同一猪体的各部分其成分也不一样，在精肉中水分和蛋白质的含量较多，脂肪较少；而肥肉则相反，脂

肪较多，水分和蛋白质较少。按肉的新鲜程度可分为新鲜肉、不太新鲜肉和不新鲜肉三种。按肉的温度不同，则又可分为热肉、凉肉、冻肉三种。

2. 对肉的质量要求

加工腊肉，应选用健康猪的肉，并且要新鲜而良好的，不得有任何腐败现象，还要适合加工工艺的要求。兹再分别说明如下。

(1) 要皮薄

皮薄是很重要的条件。皮薄的肉组织细嫩，腌时容易腌透，湖南腊肉之所以有名，选用皮薄的肉是很重要的因素。历来选用湖南出名的宁乡猪、大围子猪、沙子岭猪，这几种猪的皮都是很薄的，其厚度仅在0.2厘米左右。关于猪皮的厚薄，在宰杀前与宰杀后即可大体断定。凡是腿部及颈部皱纹多而显著的，其皮较厚；相反，其身体各部皮肤平坦而紧致的，皮就较薄。圈养的猪比放牧的猪皮较薄，喂养多年的猪比饲养一年左右的猪其皮一般较厚。

(2) 要新鲜

选用新鲜的猪肉，也是加工好腊肉的重要一环。肉是否新鲜可从下面几种情况来判断：凡猪肉的皮面白色而肉是鲜红色的，多系当天所宰的新鲜肉；倘皮面发干而呈淡黄色，肉面干枯而是棕红色的，则是陈肉。如果肉面粘滑潮湿或甚至带有灰绿色泽的，则是已经变质的肉，此种肉绝对不能用来做腊肉的原料。关于猪肉新鲜程度的检验，后面再作专门介绍。

(3) 要肥瘦适度

猪肉的肥瘦程度与腊肉的好坏也有密切的关系。在市场上，过肥的腊肉，通常不受顾客欢迎，一般消费者多是喜爱瘦肉制的。腊肉的芳香腊味，主要是在肌肉部分，脂肪部分内较少。过肥的猪肉往往脂肪组织包围或遮盖着瘦肉，因之腌渍时不容易腌透。且由于盐液渗透入脂肪的速度很慢，内部的肌肉，因盐液迟迟不能渗透，以致有时会酸臭腐败。但过瘦的猪肉，加工后纤维粗糙，味道也较差。一般经验认为115~130市斤肥猪的肉，较适于作腊肉原料肉之用。

(4) 不用种猪肉

如用育种的公猪、母猪加工做腊肉，不仅影响猪的繁殖和发展，且因种猪一般是皮厚肉粗，切条困难，腌渍、熏制也不好进行，加工不出好的腊肉，所以不宜采用。

(5) 不用病死猪肉

明显的病死猪，生前症状显著，宰后从肉、内脏可看出充血、出血和变色等病理状态，但一般病状潜伏或因疫病急宰的却很难看出来。故加工腊肉的猪肉，应严格执行国家规定的检验制度，不用病死猪肉作原料。

(二) 辅 料

腊肉质量的好坏也直接与辅料有着密切的关系，兹将常用的几种辅料分述如下：

1. 食盐

食盐又名氯化钠，易溶于水，1克食盐可溶于2.8毫升

的水或10毫升的甘油中。0.4%的食盐水中已有咸味，5%的食盐水就会感觉很咸，但腊肉中含5%的食盐时，感觉还很淡。一般腌制肉类的食盐用量常在6%以上。食盐的咸味是由氯化钠的分子所产生的作用。食盐的咸味与温度的高低有关，即温度高，咸味浓，温度低，咸味淡。

食盐对肉类能形成很高的渗透压而产生防腐效能。腌制腊肉时，食盐是主要的辅料和防腐剂。

腌制腊肉用的食盐要求质量纯净，色泽洁白，颗粒细小，含水量低，溶解度高。一般颗粒较大的粗盐，不适于腌制腊肉之用。

2. 硝

腌制腊肉用的硝通常是用硝酸钾或硝酸钠。硝酸钾又称钾硝或火硝，硝酸钠又称智利硝石或皮硝，是腌渍时常用的配合成分。硝对于腊肉加工也有相当重要作用，不但有杀菌作用，而且可使肌肉颜色变为深红色，增加美观。肌肉变为深红色的原因是硝酸钾或硝酸钠的硝酸根(NO_3)在腌制时被细菌所作用，成为亚硝酸根(NO_2)，并进一步被还原成氧氮根(NO)，此根与肌肉中的肌红蛋白结合成氧氮肌红蛋白，即形成了腌肉的深红色。

近几年来腌制肉品时，也有用亚硝酸钠的，可以加速显色反应，但单独用亚硝酸钠所产生的红色不能持久，故最好与硝酸钠或硝酸钾结合使用。硝在腌制肉品时的用量一般为鲜肉的0.2%。在质量的选择上应符合加工腊肉的要求。

3. 桂皮