

曾洁 李东华 主编

蔬菜类 小食品生产

SHUCAILEI
XIAOSHIPIN
SHENG
CHAN



化学工业出版社

蔬菜类小食品生产

曾 洁 李东华 主编



化学工业出版社

· 北 京 ·

本书系统地阐述了蔬菜休闲食品生产中常用的原辅料,各种蔬菜休闲食品生产工艺与配方,并深入浅出地介绍了贮藏等内容,穿插论述了加工过程中必不可少的相关理论知识,使整体内容既体现系统性、科学性,更注重实用性。

本书可作为蔬菜类食品生产企业工程技术人员和食品从业人员的参考用书,也可作为相关高校以及职业技术学院食品科学与工程专业、果蔬专业、食品质量与安全专业、烹饪专业的实习实验教学参考书。

图书在版编目(CIP)数据

蔬菜类小食品生产/曾洁,李东华主编. —北京:
化学工业出版社,2013.3
ISBN 978-7-122-16504-6

I. ①蔬… II. ①曾…②李… III. ①蔬菜加工
IV. ① TS255.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 027750 号

责任编辑:彭爱铭
责任校对:陶燕华

文字编辑:谢蓉蓉
装帧设计:孙远博

出版发行:化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)
印 刷:北京云浩印刷有限责任公司
装 订:三河市宇新装订厂
850mm×1168mm 1/32 印张11½ 字数305千字
2013年6月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686)
售后服务:010-64518899
网 址: <http://www.cip.com.cn>
凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价:35.00 元

版权所有 违者必究

目 录

第一章 概述	1
第一节 休闲小食品分类	1
一、休闲食品分类	1
二、蔬菜分类	4
第二节 蔬菜休闲食品加工技术	6
一、常用加工设备	6
二、原材料的预处理	8
三、糖制品类	15
四、腌制品类	26
五、果糕类	30
六、脱水蔬菜类	31
第二章 蔬菜采收与贮藏	34
第一节 蔬菜的采后处理	34
一、蔬菜的采收和处理	34
二、蔬菜的分级包装	36
第二节 蔬菜的贮藏方法	37
一、蔬菜的简易贮藏	37
二、蔬菜的通风库贮藏	40
三、蔬菜的冷藏	43
四、气体贮藏（气调贮藏）	47
五、臭氧保鲜技术	49
六、蔬菜加工保藏措施	51
第三章 蔬菜类休闲食品原辅料	54
第一节 主料	54
一、真菌类	55

二、蔬菜类	56
三、瓜类	64
第二节 辅料	65
一、蔗糖	65
二、八角	66
三、花椒	66
四、小茴香	66
五、桂皮	67
六、丁香	67
七、山柰	67
八、食用香精	67
九、糖精	68
十、食盐	68
第三节 添加剂	68
一、着色剂	68
二、香精香料	69
三、防腐剂	71
四、酸味调节剂	73
五、漂白剂	75
六、稳定和凝固剂	75
七、甜味剂	76
第四章 蔬菜类休闲小食品	80
第一节 胡萝卜	80
一、胡萝卜蜜饯	80
二、胡萝卜脯	81
三、奶油可可萝卜	84
四、糖佛手（苏式）	85
五、雪红圆蜜饯	86
六、糖蜜萝卜丝	86
七、胡萝卜果丹皮	88

八、胡萝卜马铃薯果丹皮	88
九、果酪胡萝卜	89
十、玉米萝卜片	90
十一、九支卜	91
十二、橙香咖喱萝卜	92
十三、胡萝卜脆片	92
十四、胡萝卜软糖	93
十五、胡萝卜夹心糖	95
十六、胡萝卜饼干	96
第二节 姜	97
一、姜脯	97
二、低辣味姜脯	98
三、果味糖姜丝	99
四、菊芋脯	100
五、低糖洋姜脯	102
六、糖蜜菊芋	103
七、子姜蜜饯（川式）	105
八、川姜片（川式）	106
九、葱香姜片	107
十、白糖生姜片	107
十一、蜜汁姜片	108
十二、姜糖片	109
十三、柠檬姜	111
十四、姜汁梅	112
十五、糖梅姜	113
十六、蜜酥姜	114
十七、甘草酸梅姜	115
十八、姜糖	116
十九、姜汁软糖	116
二十、姜汁硬糖	117

二十一、低盐化油姜丝	118
二十二、五味姜	119
二十三、话梅姜	120
二十四、广东糖醋酥姜	120
第三节 莲藕	122
一、蜜饯藕片	122
二、糖莲藕	123
三、糖藕片	124
四、白糖藕片	125
五、糖藕片（苏式）	127
六、家制糖藕片	128
七、甜酱藕片	129
八、酱糖藕片	129
九、藕脯	130
十、夹心藕糖	132
十一、莲藕糖酱	133
第四节 莲子	133
一、糖莲子	133
二、混合型莲子膨化糕	134
三、速溶莲子粉	135
四、莲子雪花糖	136
五、莲子软糖	136
六、莲藕脆片	137
第五节 萝卜	138
一、萝卜脯	138
二、红白萝卜脯	139
三、糖蜜萝卜丝	140
四、萝卜糖（川式）	141
五、橙香咖喱萝卜	142
第六节 菠菜、马齿苋、甜菜、荸荠	143

一、菠菜纸	143
二、蔬菜纸	144
三、马齿苋脯	145
四、酸辣马齿苋	146
五、甜菜脯	146
六、保健白菜干	147
七、荸荠脯	148
八、咖喱荸荠	149
九、白糖马蹄(荸荠)	150
第七节 莴笋、竹笋、芦笋	151
一、莴笋蜜饯	151
二、莴笋脯	152
三、紫油甜莴笋	153
四、糖莴笋	154
五、笋干	154
六、竹笋脯	155
七、低糖竹笋脯	156
八、油发笋丝	157
九、香油笋片	157
十、芦笋蜜饯	158
十一、莴笋糖片	159
十二、蜜饯莴笋	160
第八节 番茄、茄子、芹菜	161
一、番茄脯	161
二、家制番茄脯	164
三、姜味番茄脯	165
四、蜜番茄	166
五、脱水番茄片	167
六、番茄糖	168
七、番茄果丹皮	168

八、茄子蜜饯	169
九、茄脯	170
十、糖醋茄干	171
十一、芹菜脯	172
十二、芹菜纸形食品	173
第九节 大蒜、葱、仙人掌	174
一、香脆蒜片	174
二、冬虫夏草蒜薹脯	176
三、果味糖蒜	177
四、糖醋大蒜	178
五、荆州糖蒜	179
六、糖醋洋葱	179
七、仙人掌糖条	180
八、仙人掌脯	181
第十节 辣椒、牛蒡、大头菜	182
一、辣椒蜜饯	182
二、蜜辣椒（川式）	183
三、糖椒片	185
四、牛蒡香脆点心	186
五、牛蒡蜜饯	187
六、牛蒡饼干	188
七、糖蜜甜丝	189
八、大头菜脯	190
第十一节 其他菜	190
一、玫瑰果（苏式）	190
二、玫瑰酥糖（宁式）	191
三、蕨麻脯	192
四、豆薯脯	192
五、梅苏糖	193
六、螺丝菜脯	194

七、地黄脯	195
八、绞股蓝保健软糖	196
九、低糖桔梗脯	197
十、红梅舌(茭白)	198
十一、雪枣	200
十二、黄精脯	201
十三、天冬蜜饯(川式)	202
十四、糖天冬	203
十五、麦冬保健果脯	204
十六、四川榨菜	205
第五章 真菌类休闲小食品	208
第一节 香菇	208
一、香菇蜜饯	208
二、香菇脯	209
三、轻糖香菇脯	210
四、香菇肉脯	211
五、糖醋蘑菇	212
六、香酥蘑菇片	213
七、调味香菇丝	214
八、多味香菇丝	215
九、雪花香菇柄	216
十、香菇松	216
十一、香菇笋豆	218
十二、香菇软糖	218
十三、蘑菇即食菜	219
第二节 平菇	220
一、蜜饯平菇	220
二、平菇脯	221
三、低糖平菇脯	222
四、香酥平菇条	223

五、平菇软糖	224
六、平菇肉松	225
七、即食平菇丝	226
第三节 银耳	227
一、冰花银耳	227
二、蜜饯银耳	228
三、果味银耳蜜饯	228
四、银耳脯	229
五、即食银耳	230
六、甘草银耳	230
七、蔬菜味型银耳	231
八、银耳软糖	232
九、银耳蛋白糖	233
第四节 木耳	234
一、木耳蜜饯	234
二、黑木耳脯	235
三、调味木耳丝	236
四、五味黑木耳	236
五、蜜木耳	237
六、木耳糖	238
七、黑木耳保健方便面	239
第五节 金针菇	239
一、低糖金针菇脯	239
二、金针菇果丹皮	241
三、调味金针菇	242
四、菌米豆	243
第六节 草菇	244
一、糖蜜草菇	244
二、糖醋草菇	245
三、香酥草菇	246

第七节 灵芝	246
一、灵芝酥糖	246
二、灵芝栗羊羹	247
三、灵芝延寿糕	248
第八节 其他菌类	248
一、猴头菇脯	248
二、羊肚菌蜜饯	249
三、茯苓饼	250
四、茯苓酥	251
五、小白菇蜜饯	252
第六章 瓜类蔬菜休闲小食品	254
第一节 冬瓜	254
一、糖冬瓜	254
二、冬瓜糖	255
三、冬瓜脯	257
四、低糖冬瓜脯	258
五、五彩冬瓜脯	259
六、糖冬瓜条	260
七、冬瓜糖条	263
八、家制冬瓜条	264
九、糖冬瓜（广式）	265
十、川瓜糖（川式蜜饯）	266
十一、香饴冬瓜	267
十二、多味冬瓜粒	268
十三、冬瓜与胡萝卜蔬菜片	269
第二节 南瓜	270
一、南瓜脯	270
二、辣味南瓜脯	272
三、多味南瓜脯	273
四、蜜饯南瓜	273

五、南瓜乐口丝	274
六、膨化南瓜片	275
七、南瓜糖条	276
八、南瓜饼干	277
九、南瓜花蜜饯	278
十、南瓜膨化食品	279
第三节 黄瓜	279
一、酒香黄瓜	279
二、蜜汁小黄瓜	280
三、甘草黄瓜皮	281
四、泡黄瓜	281
五、酸甜乳黄瓜	282
六、酱油乳黄瓜	284
七、甜辣酱乳瓜	284
八、醋渍辣黄瓜	285
第七章 马铃薯类休闲小食品	286
第一节 膨化类休闲小食品	286
一、膨化马铃薯	286
二、蛋白质强化马铃薯条	287
三、复合马铃薯膨化条	288
四、油炸膨化马铃薯丸	289
五、马铃薯菠萝豆	290
六、功能性马铃薯儿童食品	290
七、油炸马铃薯片	292
八、微波膨化营养马铃薯片	293
九、风味马铃薯片	294
十、烘烤马铃薯片	295
十一、马铃薯酥糖片	295
十二、马铃薯虾片	296
十三、中空马铃薯片	298

十四、橘香马铃薯条	299
十五、马铃薯丸子	299
第二节 马铃薯其他休闲小食品	300
一、马铃薯保健面包	300
二、马铃薯米醋强化面包	302
三、马铃薯饼干	303
四、马铃薯桃酥	304
五、马铃薯乐口酥	305
六、马铃薯油炸糕	306
七、马铃薯三明治	306
八、虾仁薯饼	307
九、马铃薯饼	308
十、速冻马铃薯饼	310
十一、马铃薯水晶饼	312
十二、马铃薯方便面	313
十三、马铃薯脯	314
第八章 甘薯类休闲小食品	317
第一节 甘薯片类休闲小食品	317
一、熟甘薯片	317
二、蜜汁甘薯片	318
三、油炸甘薯片	318
四、甘薯虾片	319
五、果酱薯片	320
六、甘薯干	321
第二节 甘薯面类休闲小食品	323
一、甘薯风味曲奇饼干	323
二、薯类年糕	324
三、甘薯南瓜糕	325
四、薯松糕	326
第三节 甘薯脯类休闲小食品	327

一、金丝薯脯	327
二、甘薯果脯	328
三、白薯脯	329
四、甘薯复合脯	330
第四节 甘薯糖类休闲小食品	332
一、甘薯饴糖	332
二、甘薯高粱饴糖	334
三、四川牛皮糖	336
四、甘薯酥糖	337
第九章 山药类休闲小食品	339
第一节 山药片类休闲小食品	339
一、脱水山药片	339
二、糖醋山药片	341
三、糟山药片	341
四、咸麻辣山药片	342
五、虾油山药条	343
第二节 山药蜜饯类休闲小食品	343
一、山药脯	343
二、蜜山药	345
三、山药保健软糖	345
四、低糖山药脯	346
第三节 山药面食类休闲小食品	347
一、山药茯苓面包	347
二、山药蛋糕	348
三、山药粉肠	349
参考文献	351

第一章 概 述

休闲食品是小食品中的一大类，也是丰富人们生活质量的一大类产品。随着生活水平的提高，休闲食品一直深受广大人民群众喜爱。休闲食品与其他食品的最大区别在于它是一种吃不饱的食品，食用一定量也不会引起饱腹感。它的特点是风味鲜美，热值低，无饱腹感，清淡爽口，保质期长。食用它可消除闲暇时的寂寞，是闲情逸趣的伴侣。它是一种享受型的食品，是增添口福的零食，能够使人们在休闲时获得更为舒适的感觉。因而也就成为人类社会在满足基本营养要求以后的自发的选择结果，是顺应人类社会由温饱型逐渐朝着享受型转轨的时尚食品。

休闲食品其实也是快速消费品的一类，是在人们闲暇、休息时所吃的食品。对其最贴切的解释是吃得玩的食物。走进超市，我们就会看到薯片、薯条、虾条、雪饼、果脯、话梅、花生、松子、杏仁、开心果、鱼片、肉干、五香炸肉等休闲食品。它包含着具有民族传统特色的小吃食品、电视食品、部分旅游食品、薄膜食品等。

第一节 休闲小食品分类

一、休闲食品分类

休闲小食品的产品细小繁多，花色复杂。这些产品投资少，见效快，有手工生产、半机械化和机械化生产，产品易于更新换代。目前休闲食品还没有统一的、规范的分类方法，通常可按其原料种类以及加工制作的特点进行分类。

1. 按照原料种类分

(1) 蔬菜小食品 包括蔬菜类小食品、真菌类小食品、瓜类蔬

菜小食品等。

(2) 肉类小食品 包括鸡类小食品、鸭类小食品、鹅类小食品、猪类小食品、牛类小食品、羊类小食品、马类小食品、兔类小食品、狗类小食品等。

(3) 谷类小食品 包括米类小食品、面类小食品、玉米类小食品、小米类小食品、大麦类小食品、高粱类小食品、燕麦类小食品、荞麦类小食品、薏米类小食品、黑米类小食品、青稞类小食品、糜子类小食品等。

(4) 豆类小食品 包括大豆类小食品、蚕豆类小食品、豌豆类小食品、绿豆类小食品、红豆类小食品等。

(5) 水果小食品 包括坚果类小食品、核果类小食品、仁果类小食品、浆果类小食品、柑橘类小食品、瓜类水果小食品等。

(6) 水产小食品 包括水产软体类小食品、海藻类小食品、海鱼类小食品、淡水鱼类小食品等。

2. 按照加工特点分

(1) 果脯果冻类 包括：果冻、果脯、果丹皮、话梅等。安全隐患：滥用色素、化学成分残留、超市二次污染。果冻果脯类食品中会含有香精、防腐剂等成分，过多食用或者食用不合格产品，会对身体造成很大危害。因此，购买果冻果脯类食品时，一定要选择名牌产品，选择知名厂家；同时，颜色过于鲜艳、有刺激性气味、包装过于简单、生产日期等标注不明的产品一定不要购买。

(2) 肉干肉脯类 包括：鱼片、肉松、牛肉干、猪肉干等。安全隐患：假冒伪劣、色素过多、肉质不良、细菌污染、防腐剂超标。不合格的肉干肉脯类食品中往往色素过多，而且含有大量化学成分，有的甚至含有致癌物质，食用后对身体危害很大。因此，消费者在购买时首先要确定密封包装，没有破漏和缝隙；同时要注意查看肉干肉脯的色泽和外观，高质量的肉干肉脯应该色泽鲜艳、肉质鲜嫩，香味纯正、没有异味。选择肉松时则要注意，好的肉松质地蓬松柔软，有弹性，不含肉筋碎骨等，嚼碎后没有渣滓。