



北京市蔬菜公司阜成门菜站、天桥菜站编著

蔬菜商品经济

农业出版社

蔬菜商品經濟

北京市蔬菜公司阜成門菜站、天橋菜站編著

*

农业出版社出版

(北京西总布胡同7号)

北京市書刊出版業營業許可証出字第106号

新华書店上海發行所發行 各地新华書店經售

中華書局上海印刷廠印刷

*

850×1168毫米1/32·8 1/4印張·200,000字

1960年5月第1版

1960年5月上海第1次印刷

印数: 00,001—5,100 定价: (9) 1.00元

統一書号: 4144.132 60.4.京型

统一书号：4144.132
定 价：1.00 元

蔬 菜 商 品 經 济

北京市蔬菜公司阜成門菜站、天橋菜站編著

农 业 出 版 社

序 言

大跃进以来，全国商业部門职工在党的领导下，写出不少内容丰富、题材新颖的业务著述。但在蔬菜商品知識方面，象这本书一样把經營的主要品种从各方面加以系統介紹的，尚未多見。

北京市蔬菜公司阜成門菜站和天桥菜站职工在党的社会主义建設总路綫鼓舞下，苦干了四个月，集体写成此书。这是广大商业职工解放思想，破除迷信，发揚了敢想敢干的共产主义风格的结果，也是广大商业职工向紅专进軍的具体表现。

这本书在創作过程中还得到中国人民大学商品教研室的老師、北京医学院第一附屬医院的医生和市蔬菜公司富有业务經驗的老師傅們热情的帮助，这种共产主义协作风气也是只有在党領導下的社会主义社会才能出現的。

我非常高兴看到这本书的出版，希望阜成門和天桥菜站的同志們在实际工作中不断积累和总结經驗，使这本书再版时内容更加充实；也希望商业部門各行业职工能够写出更多的业务上的著述，把商业工作提到更高的水平。

中华人民共和国商业部副部长 张永勋

1960年2月21日

編著者的話

在党的社会主义建設总路綫的光輝照耀下，通过 1958 年的大跃进和 1959 年繼續大跃进，我們蔬菜經銷部門的职工們积极地响应了党的号召。在大鸣大放大辯論的基础上，破除了迷信，發揮了敢想、敢干、敢創作的共产主义风格，大胆写作。認真負責地将个人多年来在业务中的实践經驗，作了詳細的介紹，并在反右傾、鼓干劲的政治运动鼓舞下，以冲天干劲，在不足四个月的时间內，即将此書集体編写完成。

本書共分两篇，十四章。第一篇鮮菜类（一至八章），介紹各种鮮菜的概况、品种特点、質量鉴别、儲藏保管、以菜代医（营养成分）和食用方法等；第二篇蔬菜加工腌制类（九至十四章），分別介紹了蔬菜的腌、酱、酸、泡和烘干晾晒的加工过程及配料方法等。

我們在編著过程中，深深体会到党的領導，政治挂帅，破除迷信，就是我們創作的智慧和源泉。同时亦深深体会到在广大职工群众中蘊藏着无限丰富、可貴而且在任何書本上所找不到的实践經驗。如有的老师傅不用任何材料，一口气就能說出几百种蔬菜生产过程、保管方法和質量鉴别等方面的詳細情况，他們将这些宝贵經驗都毫无保留地介紹了出来。这对我們今后的蔬菜經營是有着积极意义的。

本書在編著和整理过程中，曾得到各方面的支持和帮助。如本書結構的处理、目录的安排、質量检查以及文字校讀等方面，曾得到中国人民大学商品教研室的老师們的充分帮助；在蔬菜的食用方法和营养成分方面，曾得到北京医学院第一附属医院区慧清、

张意清二位同志的大力帮助。此外，蔬菜的腌、酱、酸、泡部分，曾得到北京市蔬菜公司腌菜有几十年丰富经验的老技师的修改和补充。致使本书内容更加丰富。

在这社会主义建设大跃进的伟大时代里，蔬菜的新品种正在不断出现，蔬菜的丰产捷报也是日新月异，成百斤的大白菜和瓜果已经不是个别的奇闻，因此，本书中所要求的规格质量，也只能供作参考。

由于我们水平所限，没有能把应该总结的经验，全部编写进去，深感遗憾，恳请读者给予批评指正。

1959年12月

目 录

导 言	11
-----------	----

第一篇 鮮菜类

第一章 直根类.....	17
第一节 蘿卜	17
第二节 胡蘿卜	30
第三节 芥菜头	33
第四节 蔓苣	35
第五节 辣根	37
第二章 茎叶菜类.....	39
第一节 大白菜	39
第二节 小白菜	53
第三节 油菜	55
第四节 瓢菜	60
第五节 塌棵菜	64
第六节 芥菜	65
第七节 雪里紅	67
第八节 薺菜	69
第九节 金花菜	71
第十节 菠菜	72
第十一节 根刀菜	80
第十二节 芹菜	82
第十三节 茴香菜	88

第十四节	香菜	89
第十五节	莧菜	92
第十六节	茼蒿	93
第十七节	蕪荬	96
第十八节	芥藍	97
第十九节	甘藍	98
第二十节	球莖甘藍	103
第二十一节	蒿苳笋	107
第二十二节	叶用蒿苳	109
第二十三节	蒲菜	111
第二十四节	龙須菜	113
第二十五节	茭白	114
第二十六节	花椰菜	117
第二十七节	金針菜	122
第二十八节	紫菜苔	123
第二十九节	油菜苔	125
第三十节	白菜苔	126
第三十一节	芥菜苔	126
第三十二节	豌豆苗	127
第三章	葱类	129
第一节	葱	129
第二节	洋葱	131
第三节	韭菜	133
第四节	大蒜	136
第四章	茄果类	141
第一节	茄子	141
第二节	番茄	144
第三节	柿椒	146
第五章	豆类	149
第一节	四季豆	149

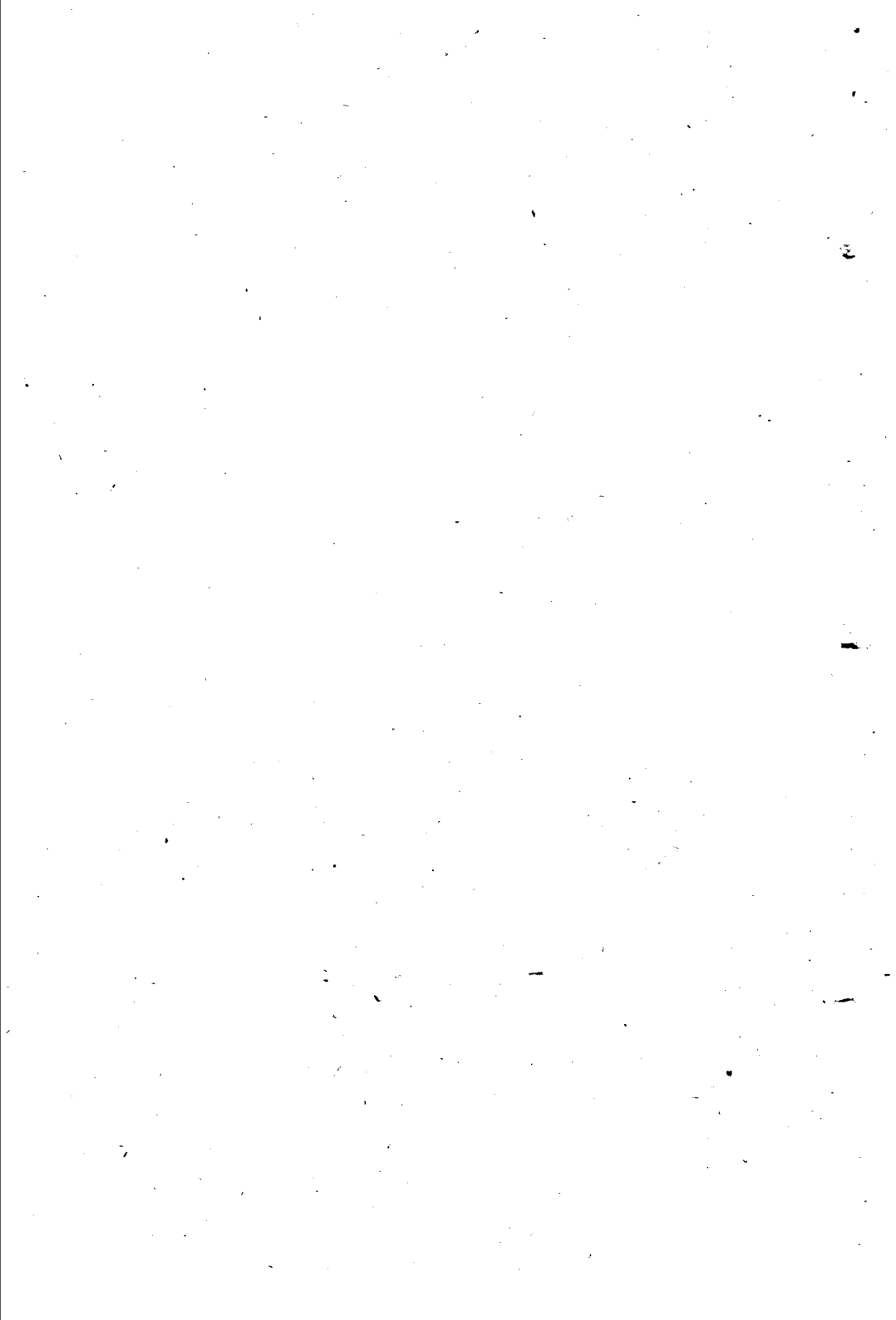
第二节	豇豆	151
第三节	豌豆	153
第四节	蚕豆	154
第五节	毛豆	155
第六节	青白扁	156
第六章	瓜类	157
第一节	黄瓜	157
第二节	冬瓜	165
第三节	南瓜	170
第四节	倭瓜	172
第五节	西葫芦	175
第六节	越瓜	177
第七节	西瓜	179
第八节	香瓜	181
第九节	丝瓜	183
第十节	瓠瓜	185
第十一节	苦瓜	187
第七章	薯芋类	190
第一节	马铃薯	190
第二节	山药	193
第三节	芋头	196
第四节	豆薯	198
第五节	姜	200
第六节	菊芋	202
第七节	草石蚕	203
第八节	藕	204
第九节	慈菇	206
第十节	荸荠	208
第十一节	百合	209
第十二节	菱	210

第八章 杂类.....	212
第一节 草莓.....	212
第二节 香椿.....	213
第三节 苦菜芽.....	214
第四节 水蔊菜.....	215

第二篇 蔬菜加工腌制类

第九章 腌菜类	219
第一节 腌苤蓝.....	219
第二节 腌柿子椒.....	220
第三节 腌黄瓜.....	221
第四节 腌洋白菜.....	222
第五节 腌大头菜.....	222
第六节 腌雪里红.....	223
第七节 腌萝卜.....	223
第八节 腌倭瓜.....	224
第九节 腌西葫芦.....	224
第十节 腌白薯.....	225
第十一节 腌土豆.....	225
第十二节 腌韭菜.....	225
第十三节 腌香菜.....	226
第十四节 腌芹菜.....	226
第十五节 腌白菜.....	227
第十六节 腌西红柿.....	227
第十七节 腌茄子.....	228
第十八节 腌甘蓝.....	228
第十九节 腌银苗.....	229
第十章 酱菜类	230
第一节 酱白瓜.....	230
第二节 酱黑菜.....	231

第三节	酱包瓜	233
第四节	酱甘露、银苗、藕	235
第五节	酱什锦菜	236
第六节	酱韭菜花	237
第七节	酱姜芽	237
第八节	酱土豆	237
第九节	酱土豆丝	238
第十节	酱高级八宝菜	238
第十一节	酱五香佛手	239
第十二节	酱西红柿	240
第十三节	酱洋白菜丝	240
第十四节	酱什香菜	240
第十一章	酸菜类	241
第一节	酸黄瓜	241
第二节	酸西红柿	241
第三节	酸洋白菜	242
第四节	酸花椰菜	243
第五节	酸葱头	243
第六节	酸红菜头	244
第十二章	泡菜类	245
第十三章	烘干晾晒类	246
第十四章	杂类	253
第一节	佛手疙瘩	253
第二节	萝卜干	254
第三节	冬菜	254
第四节	黄酱	256
第五节	甜面酱	259



导 言

蔬菜是人們日常生活中必不可少的副食品，它对人民生活有密切的关系，蔬菜食用的增加，标志着人們生活水平的不断提高。随着祖国社会主义建設事业的飞跃发展，城市工矿区人口迅速增加和居民購買力的提高，农村人民公社中公共食堂的广泛建立，对于蔬菜的需要量也在日益增长。因此，努力做好蔬菜經營工作，不仅是細致的經濟工作，而且也是重要的政治工作。

蔬菜的营养很丰富。特别是它含有粮食、魚、肉等食品所缺乏的某些营养成分，如維生素、矿物盐、有机酸等都是人体重要的养分，缺少了它們，就会产生許多的疾病。

維生素含在所有的蔬菜中，主要有維生素甲（胡蘿卜素）、抗坏血酸（維生素丙）、硫胺素、核黄素、尼克酸，如果人体缺乏它們則相应的出現夜盲症、坏血病、脚气病、口角炎、癩皮病等。鈣、磷、鉄是蔬菜中重要的矿物盐，对于人体骨骼、牙齿、神經的健全发育关系很大，軟骨病就是缺鈣磷所引起的，血液中血色素的組成即有鉄質参加。从人們每天的食物营养来看，蔬菜已成为人体所需維生素和矿物盐的重要来源。另外，蔬菜的矿物盐为碱性，食用后能中和体内由肉食和面食所产生的酸性。

某些含有芳香油成分的蔬菜，如葱、蒜、韭、茺葵、芹菜等不仅食之味美，促进食欲，并能杀菌治病。蕃茄中的有机酸、生姜和紫椒的辣味也都具有独特的食用品質。

蔬菜中所含纖維素虽不为人体消化吸收，但能刺激腸的蠕動有利于废物的排泄。某些含淀粉多的块根块茎蔬菜，如馬鈴薯、山

药、藕、芋头等，既可菜食又能提制淀粉。由此可见，蔬菜在营养上具有重要的意义。

我国是世界产蔬菜极为丰富的国家，自然环境适于蔬菜的生长，全国各地都有蔬菜的名产。据粗略统计，仅普通栽培的蔬菜就不下 160 余种。更由于勤劳农民多年来精心耕作、提高技术而培育了象胶州白菜、章丘大葱、北京萝卜、涪陵榨菜、浙江竹笋等世界著名的蔬菜。

虽然如此，解放前由于反动政府的统治和封建地主的残酷剥削，劳动农民经常处在饥饿贫困当中，蔬菜的生产并未得到顺利的发展。只有在伟大的中国共产党的领导下解放了生产力，我国蔬菜生产才走上了高速发展的道路。同时蔬菜这一重要副食品也才真正成为人民生活的必需品。

党和政府对于蔬菜生产非常重视，早在 1953 年 12 月全国农业工作会议上就提出了大城市郊区和工矿区要有计划地提高蔬菜生产，保证蔬菜的供应。以后在历次的重大会议和重要文献中都提出了明确的方针，特别是 1956 年 9 月党的第八次代表大会关于国民经济的第二个五年计划的建议中指出：“城市附近和工矿区附近应该把增产蔬菜等各种副食品供应城市和工矿区的需要作为重要任务。”^① 1958 年工农业大跃进，党又提出了“就地生产，就地供应，划片包干，保证自给，必要时还能支援外地”的蔬菜经营方针。在工农业继续大跃进的 1959 年于 6 月份党中央在大中城市副食品、手工业生产会议上确定了“自力更生为主，力争外援为辅”的发展副食品生产的方针。在当年的 11 月份，中共中央紧接着在重庆又召开了第二次副食品生产会议，肯定了 1959 年以来大中城市副食品的生产和供应特别是蔬菜实现基本自给的伟大成就。会议认为，

① 中国共产党第八次全国代表大会“关于发展国民经济的第二个五年计划（1958 年到 1962 年）的建议”，周恩来：“关于发展国民经济的第二个五年计划的建议的报告”，人民出版社 1956 年版，第 12 页。

“城乡并举”，“自力更生为主，力争外援为辅”的方针是一个发展副食品生产的长远方针。会议特别确定了当前的任务是“各大、中城市在巩固、提高和适当发展蔬菜生产的同时，大力发展以养猪为中心的畜牧业生产，并因地制宜地积极地发展油料、水产、果品和其他副食品生产，大力发展多种经营。”^① 会议要求，“在蔬菜数量已经满足需要的城市，应当努力提高质量，增加品种。要做到全年应市，力求质量新鲜，要逐步地适当地提高细菜的比重。要进一步作好加工、储藏和供应工作，并且把种菜和发展畜牧业结合起来。”^②

十年来在党和国家发展副食生产的正确方针指导下，特别是在党的鼓足干劲，力争上游，多快好省地建设社会主义的总路线光辉照耀下，蔬菜生产和供应工作都取得了极其辉煌的成就，1958年工农业大跃进，农村人民公社的建立为蔬菜增产创立了巩固的基础。

全国蔬菜种植面积和产量都有了显著的增长，1958年在工农业大跃进的同时，蔬菜生产也出现了大跃进的局面。1959年在许多地区遭受严重自然灾害的情况下，各地蔬菜仍然取得了大丰收，据参加第二次副食品生产会议的39个大中城市统计，蔬菜的面积已达到1,140万亩，蔬菜产量从1958年的230亿斤增加到470亿斤，增长104%。由于坚决贯彻党的方针，原来在气候寒冷的东北地区，历年来都要调运大部分南方蔬菜，但是今年不仅做到了蔬菜自给，而且象哈尔滨等城市还运出一部分蔬菜支援了外地。因此从根本上改变了我国历史上“南菜北运”的局面。

随着蔬菜产量的增加，蔬菜的供应量也增长很快，如以北京为例，1949年每人每天平均吃菜4两左右，1951年提高到半斤左右，

① “中共中央召开第二次副食品生产会议确定当前任务”，1959年12月11日“人民日报”。

② 同上。

1957年为12两多,1958年为13两,这样在城市人口不断增加的情况下,十年来每人每天平均蔬菜供应量仍然增加了两倍以上,这是一件了不起的大事。1959年蔬菜生产繼續大跃进,虽然受到涝灾,但由于发挥了人民公社的威力,在党的领导下终于战胜了涝灾,获得大白菜丰收。一般城市每人每天可吃到一斤到一斤半菜。有的城市每人每天可以吃到两斤菜。如上海、北京、天津等大城市已经实现了蔬菜自给,并保证了市场上有充足和新鲜的蔬菜供应消费者。

几年来,蔬菜经营部门为了更好地满足人民的菜需,克服淡旺季的矛盾,根据中共中央和国务院:“关于进一步加强蔬菜生产和供应工作的指示”大搞秋菜贮藏和加工的群众运动,今年许多地区在尽力扩大人民公社和经营蔬菜部门贮存的同时,还广泛发动机关、企业、学校和居民加工和贮存秋菜。如北京市开展“城乡协作、公私并举、人人动手、户户存菜”的贮存蔬菜的群众运动,已收到了极大的成效。

上述所有成就都是在党的领导下大搞群众运动的结果,充分证明了党的社会主义建设总路线的正确性。也充分证明了社会主义制度无比的优越性。

但是,由于人民购买力的增长、城市工业人口的增多、新工矿区不断的出现,这就要求我们必须用更快的速度来发展蔬菜生产,以满足人民的需要。大中城市和工矿区蔬菜生产问题在当前整个蔬菜生产中占有特别重要的地位。因此,保证广大职工及城市居民的蔬菜需要就成为发展工业和农业支援工业建设的一项重要任务。为此必须贯彻“城乡并举,自力更生为主,力争外援为辅”的方针,大中城市和工矿区要认真作好对郊区农民的思想教育工作,切实解决蔬菜生产中的实际问题。对于人民公社中蔬菜生产,既抓商品性的蔬菜生产,又要抓自给性的蔬菜生产。把两方面的生产同时安排好,才能保证各地区的蔬菜自给。

为了解决蔬菜生产的季节性和供应常年性的矛盾,还必须贯