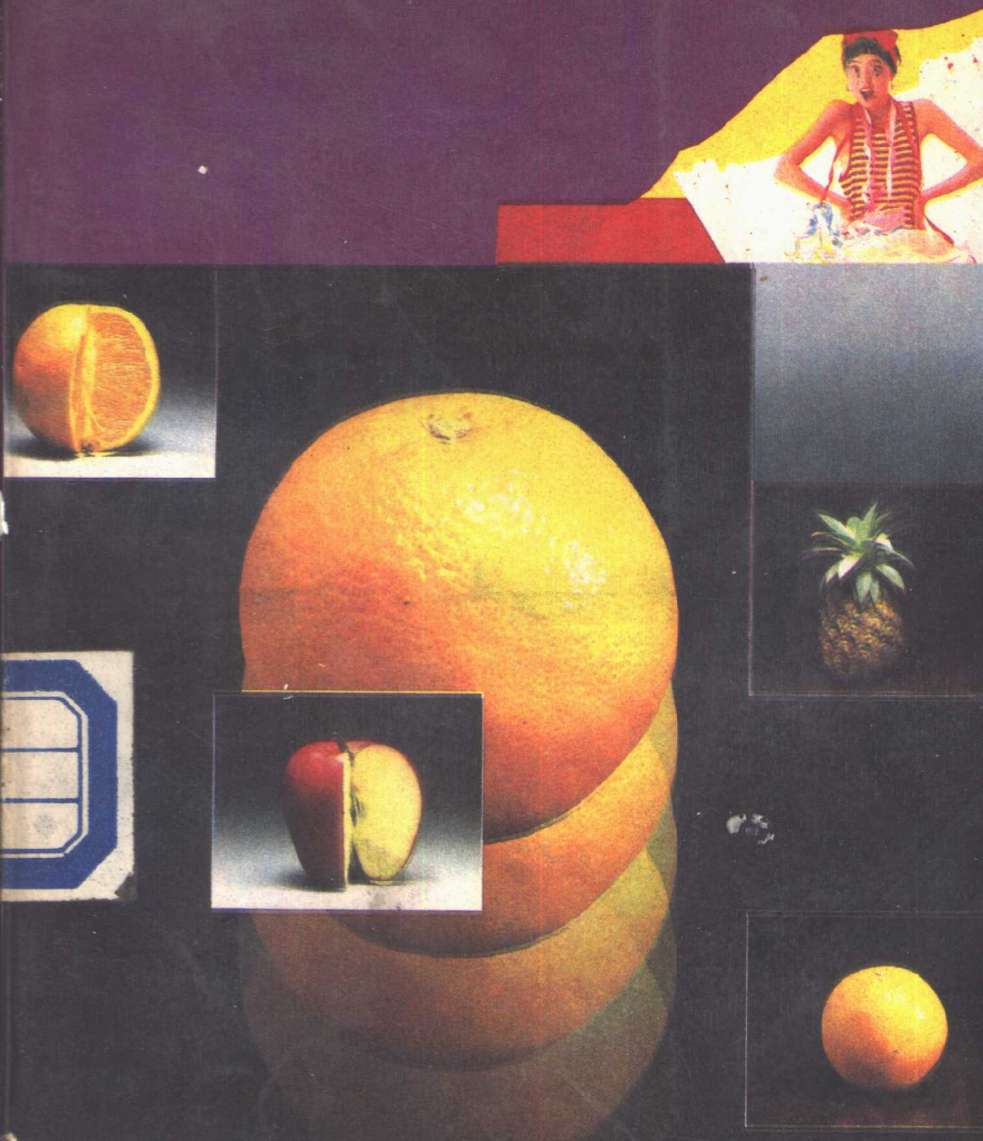


家庭食品储藏小窍门

● 吉林人民出版社



家庭食品储藏小窍门

JIA TING SHI PIN CHU CANG XIAO QIAO MEN

刘希梅 任自强

吉林人民出版社

家庭食品储藏小窍门

刘希梅 任自强

*

吉林人民出版社出版 吉林省新华书店发行

辉南县印刷厂印刷

*

787×1092毫米32开本 5.5 印张 插页2 121,000字

1988年6月第1版 1988年6月第1次印刷

印数: 1—22,690册

ISBN 7—206—00166—1

G·32 定价: 1.70元

目 录

鲜蛋保存17法	(1)	怎样识别猪、牛、羊	
怎样腌鸡、鸭蛋	(5)	肉的新鲜度	(16)
咸鸭蛋的长期保存	(6)		
怎样识别蛋的好坏	(7)	油脂为什么会有哈喇味	(17)
鲜蛋变质有哪几种类型	(8)	食油贮藏方法	(18)
		防食油变质	(18)
		猪油的长期存放	(19)
如何防猪肉变臭	(9)	花生油的贮存	(19)
土法贮藏鲜肉	(9)		
久存猪肉妙法	(10)	鱼类保鲜16法	(20)
肉类保存6法	(10)	活鱼长期保存	(22)
肉食的干燥方法	(11)	保存鲜鱼的最佳温度	(23)
		贝类的长期保存方法	(24)
腊肉的制法	(11)	海味收藏	(24)
腊肉保鲜法	(12)	家庭怎样存放海蜇	(24)
保存烧鸡、烤鸭	(12)	螺、蚌、蛭、蛤、蚶	
火腿的保管	(13)	活养	(25)
夏季贮藏香肠	(15)	怎样保存活蟹	(25)
怎样收藏腊味	(16)	海参的贮藏	(27)
牛肉保鲜新法	(16)	鱼肚的贮藏	(27)
		鱼肉的保鲜方法	(28)

鱼、贝类的保存方法	(28)	苹果梨的贮存	(54)
咸鱼返鲜	(29)		
防止虾变色、变质的方法	(29)	怎样贮存大白菜	(55)
对虾连头冻藏	(29)	花椰菜的贮藏方法	(59)
收藏咸鱼、咸肉	(30)	贮藏马铃薯	(61)
干鱼保存法	(30)	怎样贮存红薯	(62)
怎样鉴别鱼是否新鲜	(30)	山芋贮藏法	(65)
		甜菜窖藏法	(66)
		窝瓜贮存	(67)
水果的贮藏方法	(31)	冬瓜、南瓜、北瓜的	
怎样贮藏苹果	(31)	贮藏方法	(67)
西瓜的贮藏方法	(33)	甘蓝鲜藏	(70)
哈密瓜的贮藏	(35)	山药的贮藏	(72)
葡萄冬贮保鲜5法	(37)	韭菜、蒜黄保鲜法	(74)
猕猴桃的贮藏	(39)	洋葱贮藏法	(74)
荔枝保鲜窍门	(40)	豆角保鲜	(75)
土法保存山楂2法	(41)	茄子贮存	(77)
柑桔的简易贮藏	(42)	贮存番茄8法	(79)
红枣贮存	(47)	辣椒的贮藏方法	(81)
黑枣的贮藏方法	(47)	萝卜的贮藏	(85)
怎样贮藏板栗	(49)	冬笋贮藏方法	(86)
山核桃的贮藏	(50)	百合的贮藏方法	(86)
核桃的贮藏	(50)	莲藕贮藏2法	(87)
核桃仁的贮藏	(51)	怎样贮存茭白	(89)
香榧子的贮藏	(52)	菠菜贮存	(90)
桂圆干的贮藏	(52)	黄瓜土法保鲜	(94)
梨	(53)	香菜贮藏	(97)

怎样贮存芹菜	(99)	玉米粒的贮藏方法	(118)
冰窖贮蒜苔	(102)	醋、酱油为什么会长“膜”	(119)
蔬菜夏季保鲜法	(103)	醋的贮存	(120)
蔬菜的处理方法	(104)	贮存酱油	(120)
蔬菜贮藏方法	(104)	黄酒的保管	(121)
实用蔬菜保鲜法	(105)	保存啤酒三注意	(122)
蔬菜、水果的保鲜方法	(105)	怎样延长瓶装生啤酒	
防止水果蔬菜褐变的		的保存期	(122)
方法	(106)	葡萄酒、果露酒的保存	(123)
		白酒的保存	(124)
鲜蘑菇怎样保鲜	(106)	防止食盐受潮	(124)
香菇贮存法	(107)		
银耳的贮藏	(108)	大葱的贮藏方法	(125)
黑木耳的贮藏	(108)	大蒜的贮藏方法	(126)
竹笋保鲜法	(109)	如何防止大蒜干瘪	(128)
青笋干的贮藏	(110)	姜的贮藏方法	(129)
竹荪的贮藏	(110)	辣椒干的贮藏	(133)
燕窝的贮藏	(111)		
		怎样使咸菜味香易贮存	(134)
大米保管5法	(112)	榨菜的贮藏	(135)
豌豆的保管	(113)	鲜嫩酱菜的保存方法	(136)
绿豆贮存3招	(114)	如何贮存小坛咸菜	(137)
小麦的保管	(115)	如何防止咸菜缸生蛆	(138)
面粉贮藏	(115)		
挂面家贮	(116)	怎样存放年糕	(138)
大豆的保管	(117)	豆沙馅的保存	(139)
稻谷和谷子的收藏	(117)	带馅点心的保存方法	(140)

月饼的保存	(140)	甜炼乳的存放	(155)
饼干的保管	(141)		
面包类的保鲜方法	(141)	面肥保存	(156)
高效面包保鲜剂	(142)		
面食의 保存方法	(142)	蜜枣的贮藏	(157)
糕点的保管	(143)	瓜干的贮藏	(157)
饭的保存方法	(144)	果脯、蜜饯的保管	(158)
鱼面的保存方法	(144)		
		豆腐的保鲜	(159)
夏季怎样保藏好人参	(144)		
如何贮藏人参等补品	(145)	莲子的贮藏	(159)
蛤士蟆油的贮藏	(146)	贮藏瓜子	(160)
蜂王浆的保存	(147)	葡萄干的贮藏	(160)
糖果的保管	(148)	食品保鲜法综述	(161)
防止糖类褐变的方法	(148)	食品保鲜妙法	(164)
蜂蜜的保管法	(149)	瓜菜保鲜剂与保鲜膜	(164)
食糖的保管	(149)	尼龙硅保鲜膜	(165)
色拉的保存方法	(150)	保存食品新法	(166)
茶叶的保管	(151)		
夏季预防牛羊奶变酸	(152)	果蔬乙烯吸收保鲜剂	(167)
防止鲜奶变质 4 法	(153)	水果、蔬菜保鲜防腐剂	(168)
牛奶应盛在暗色瓶中	(153)	良好的防腐包装材料	
怎样保管奶粉	(154)	——竹皮	(169)
暑天如何存放奶粉	(155)	一种较安全的防霉剂	(169)

后记 (170)

鲜蛋保存17法

民间有一种说法，谓之鲜蛋有“四怕”：一怕水洗。在新鲜鸡蛋或鸭蛋的蛋壳表面有一层胶性的物质，叫蛋壳膜，它对鲜蛋能起保护作用，如果把蛋壳表面的保护膜冲洗掉，细菌容易乘虚而入，很快就会使鲜蛋变质。二怕高温。温度高了，不光能加快蛋里水分向外蒸发，而且会给细菌、霉菌侵入繁殖创造有利的条件。三怕潮湿。如果环境湿度太大，也会使蛋壳表面的保护膜受潮溶解，失去应有的保护作用。四怕苍蝇叮。苍蝇的嘴上和脚上都带有大量的细菌，凡苍蝇停落吮吸过的鲜蛋很容易受到污染，细菌从蛋壳表面的微小气孔里钻进会使鲜蛋腐败变质。鲜蛋保存有以下几种方法：

1. 谷糠干藏法：在瓷坛或小缸内先用谷糠垫上一层底，然后放一层蛋，再放一层谷糠，又一层蛋，依次叠放至满为止。以后可10天翻蛋一次，一个月检查透视一次，发现有变坏的蛋要拿出来，这样一般可保存半年不会变坏。

2. 加热贮蛋法：这种方法主要是把蛋壳上的细菌杀死，防止它们从蛋壳的气孔进入蛋内而引起腐败。可把选好的蛋放入开水中，漂烫5~7秒钟，立即捞出晾干，等温度降低后，放在通风、凉爽干燥的地方，可以保持两周不坏。

3. 豆子保存法：选择晒干的豆子（黄豆或绿豆）铺底

叠放，方法同谷糠法，可保存一年不坏。鲜蛋放入豆类或粮食中，既可防止鲜蛋碰坏，又可使鲜蛋在较长时间内不变质。这是因为粮食包围着鲜蛋并不断地进行呼吸放出二氧化碳，使鲜蛋的呼吸作用降低，抑制了蛋内微生物和酶的活动。

4. 小米保存法：保持方法同上。一般能保存8~9个月，夏季注意每月将小米在日光下晒6小时，避免虫蛀，小米晒凉后仍可食用。

5. 砂粒保存法：用晒干凉透的砂粒作为垫盖物，方法同上，可贮3~4个月。

6. 植物灰保存法：取干燥的植物灰（灶灰），先在容器内铺底，然后如上法叠放，最上用灰盖好，每半个月检查一次，一般也可保存一年不坏。

7. 松叶、稻草垫藏法：用一小盆作存蛋容器，在热天垫入松叶，冬天垫入稻草，垫一层放一层蛋，依次垫放满后，置于通风地方的架子上。这种方法保存时间不能太久。

8. 食盐、石灰贮存法：用一个瓷坛作贮蛋容器，在坛底放二寸左右的食盐或熟石灰，将蛋的大头朝下放一层，然后又放一层食盐或熟石灰，再放一层蛋，直至放满坛为止。最上撒一层食盐或熟石灰，盖上坛盖即可。此法可保鲜半年以上。

9. 在鸡蛋表面涂上一层食油，可久放不坏。

10. 将蛋放在浓度为10%，酸碱度为5的柠檬酸的溶液中，可以保存2个月不变质。

11. 把蛋放在4~5%、酸碱度为2的醋酸溶液中，在室温下可以贮藏9个月。

12. 用石膏1斤，明矾4两，冷开水100斤溶成乳状溶液倒入缸中，然后把蛋浸入，溶液面高于蛋面15厘米左右，可以

存放300天。

13. 原料：鲜鸡蛋、清水各100斤，备水缸或水泥池。

配料：白矾4两、黄胆粉2两、生石灰2.5斤。

制法：将缸放入室内，倒入清水，放入配料搅匀后把鸡蛋放入，水面应高于鸡蛋10~15厘米，并保持清洁。由于配料与水产生化学反应，其反应物能堵住蛋壳表面毛孔，使水面表层形成一种“水玻璃”，使蛋与空气隔离而长久保鲜。

14. 热天保存鸡蛋简法：在一个封闭的容器内，滴入60°的高粱白酒，然后装进鸡蛋。每斤鸡蛋放酒一钱左右，然后封口，可存放一个月以上。即使每天都打开，只要隔三、五天滴一、两滴酒，仍可使鸡蛋保鲜。

15. 鸡蛋液蜡涂膜保鲜：这项保鲜技术的特点是，在鸡蛋上涂上一层薄薄的液蜡，封闭蛋壳表面的气孔，减缓鸡蛋内部品质变化的速度，达到贮存保鲜的目的。经过3~6个月的贮存，好蛋率平均在80%以上。各项试验的数据表明，蛋内各种营养成分与贮存前没有明显变化，效果比较理想，工艺简单、成本低。

方法如下：把鸡蛋经过灯照、选验以后，剔除变质蛋、劣蛋。将鲜度高的蛋直接涂液体石蜡，将液体石蜡用手涂到鸡蛋表面，尽量要薄，要全涂上，要匀(1公斤石蜡涂250公斤鸡蛋)。然后放入塑料蛋箱。放置普通地面房间内，最高温度不能超过25℃。还有一种方法是，将涂过的蛋放入防空洞，农村放入地窖。但干湿度要保持在80%以上。用这种方法保存鸡蛋，春天生的蛋放进去，能保鲜6个月以上。夏天生的蛋放进去，保鲜3个月以上。保鲜效果在80~98%。

16. 鲜蛋薄膜保存法：这种方法是根据聚聚乙烯醇无毒，具有水溶性和成膜性，形成薄膜后气体透过率低等特性，将

其与一定量的消毒剂配制成鸡蛋薄膜料，用水溶解后浸泡鸡蛋，使蛋壳外形成一个保护层。这样，既可防止蛋内水分过快蒸发，又能避免蛋外霉菌侵入。4%聚乙烯醇和0.1%硼酸消毒剂配制成的涂膜液在常温下贮存的新鲜蛋，涂膜的可以越夏，比不涂膜的延长贮存期4~6个月，好蛋率达95%。商品蛋的常温贮存，涂膜蛋可以越夏，比不涂膜的可延长贮存期1~2个月。在全年温、湿度最高的7.8月份，好蛋率仍达73%。

涂膜法除可以延长贮存期和减少霉变外，还可以降低蛋品的干损耗。通过秋、冬季节常温蛋库中二个半月的贮存试验，涂膜蛋比不涂膜的干损耗降低3~4%；在20℃左右的室温内贮存二至三个半月，其干耗率可降低7~8.4%。另外，涂膜法还可以降低约5%的运输损耗。

涂膜贮存的蛋品，经化验，产品无毒。贮存10个月的蛋，除水分比新鲜蛋有所降低外，其它营养成分均不受影响。

鲜蛋涂膜保存法不需要特殊设备，操作简单，只要在收购前对工作人员进行一、二天的训练，基层收购点就可以边收购边涂膜。同时，聚乙烯醇原料丰富，价钱便宜，每公斤4元，可以加工鸡蛋500公斤，加上消毒费用，每斤鸡蛋的原料费不到五厘钱，具有明显的经济效益。

此外，采用聚氯乙烯——醋酸乙烯树脂涂抹蛋壳，在常温下可贮存135天，仍保持新鲜不变质。

17. 细盐保鲜法：将鲜蛋洗净、擦干。在存放鲜蛋的坛或罐底部先撒一层食盐，然后摆一层鸡蛋，再撒一层盐把鸡蛋盖住，然后再摆一层蛋，撒一层盐。依次操作直到坛罐装满为止。最后一层盐要将蛋盖严，之后加盖。把盛鲜蛋的坛罐放在阴暗处。此法保存鲜蛋的时间可长达半年之久，鲜蛋仍可新鲜如故。

怎样腌鸡、鸭蛋

1. 盐水浸法：按1斤盐2斤水的比例，先将水烧开，再加入盐，使其全部溶解，配成咸卤。然后将完好的鲜蛋放入容器中，上面用竹篾加重物压住，将冷却的咸卤倒入，使蛋全部浸没为止。

2. 涂咸泥法：干粘黄泥1斤，盐八、九两，用冷开水调成厚泥浆。将完好的鲜蛋滚上咸泥放入坛中，密封贮存。夏季20多天，春秋季节1个月左右，冬季50天左右即可腌成咸蛋。

3. 辣椒糊腌蛋法：取鲜辣椒磨成辣椒糊，或到副食商店购买辣椒糊。腌5斤蛋，用辣椒糊3~4两，精盐1斤。鲜蛋洗净晾干，逐个地在辣椒糊中滚过，再放进细盐中滚一层盐，码在干净的陶瓷坛中，加盖后，用牛皮纸封口，外面再罩以塑料纸捆扎严实，置入阴凉通风处，约40天左右即可腌成。

4. 白酒腌蛋法：将选好的蛋在60°烧酒里一浸即捞出，滚上一层细盐，置入坛内，坛口再撒上一层细盐，加盖封好，腌制时间约40天。

5. 辣花酒腌蛋法：待腌蛋10斤，洗干净。备碗两个，一碗放辣花酱（辣椒糊）8两，再兑入白酒2两调好；另一碗放入精盐2斤。将鸭蛋在辣花酒里滚动一下，并放在精盐碗里，薄薄地粘上一层精盐，然后在干净的陶瓷罐里码放好，罐口用黄泥或其他材料封好。腌制时间是3个月左右。

注意粘盐要均匀，不要粘得过多，否则会过咸。

用此法腌出的咸蛋油多，鸭蛋油呈辣油的红色，吃时，微溢酒香，咸中略带一点辣味。

6. 咸蛋快速腌制法：其方法是，先用蒸气蒸生蛋15分钟，然后取出立即浸入4℃的饱和食盐水中，并给以2公斤/厘米²的压力，使食盐渗入蛋内，加压时间30分钟至2小时。咸蛋的咸淡可以通过控制加压时间任意调节。

7. 松花蛋的腌制法：用料：以腌制10斤松花蛋计算，需清水9斤，生石灰块2斤半，碱粉6两（鸭蛋需再加3钱），食盐4两半，鲜松叶3钱（鸭蛋再加一钱），黄大茶10两（鸭蛋再加3钱），黄丹粉（化工商店出售）5钱（鸭蛋再加1钱）。

方法：先把水、鲜松叶和黄大茶放入锅内煮开，而后加食盐和碱粉熬煮1分钟退火，再加生石灰块、黄丹粉，搅匀，晾凉。接着把蛋一层层地摆入制作罐内，罐面放上篦子，滤去粗渣，并防止蛋上浮。然后将晾凉的料汤舀入罐内，浸过蛋面口，一个月后即可食用。为便于保存，可把捞出蛋后的料汤加上干黄土搅拌成粘稠状。用稻糠或锯末垫在手上，把蛋包好，装罐封口储存，随吃随拿。

咸鸭蛋的长期保存

家庭腌咸鸭蛋时间过长，吃起来咸得不得了。如何才能使咸鸭蛋咸度适中呢？其实这比较简单，当你品尝腌制的

鸭蛋咸淡合适，就可以把腌的咸蛋捞出煮熟，然后再把它们放入盐水中保存。由于煮熟后，蛋白质凝固，盐就不容易进入蛋内，这样就能使咸鸭蛋咸淡适中保持不变。咸鸡蛋、鹅蛋也可同样处理。

怎样识别蛋的好坏

春夏是蛋品上市旺季，此时气温较高，鲜蛋如果保存不当或时间过长，就容易腐败变质。怎样鉴别蛋的质量好坏呢？简而易行的方法有下面几种。

1. 看颜色和光泽：新鲜的蛋，蛋壳比较毛糙，壳上附有一层霜状的粉末（俗称白霜），没有裂纹，色泽鲜明清洁。陈蛋蛋壳表面比较光滑。受到雨淋或受潮发霉的蛋的外壳会有灰黑斑点，斑块。臭蛋的外壳会发乌，且易有油渍。

2. 听声音：将蛋夹在两指之间，靠近耳边轻轻地摇晃。好蛋声音实，贴壳蛋、臭蛋似瓦碴子声，空气大的有空洞声，裂纹蛋有咣咣声。

3. 盐水浸试：新鲜蛋重，陈蛋轻。将蛋浸在百分之十的食盐水中时，质量新鲜的蛋下沉水底，陈蛋则稍稍漂浮于水中，已经变质或发臭的蛋则浮于盐水表面。

4. 日光透视：以左手握成窝圆形，右手将蛋放在圆形末端，对着日光透视。新鲜的好蛋呈微红色，半透视状态，蛋黄轮廓清晰；如果昏暗不透亮或有污斑，表示蛋已变质。

5. 灯光透视：用薄的木片或薄铁皮做成一个高20厘米、直径14厘米的匣子，匣内刷白色漆并装上电灯，匣的上面挖几个略小于蛋体的椭圆形小洞。鉴别蛋时，将蛋放在孔洞上，开启灯光透视。如果蛋的内部清亮透明，蛋黄凝结成团，并呈现有流动体的，是新鲜的好蛋；如蛋有黑点，品质就差；如蛋已部分变黑或全部变黑，蛋黄散开如云彩或已贴于蛋壳上，都是变质的蛋。

鲜蛋变质有哪几种类型

鲜蛋在贮存、保管过程中，由于受到温度、湿度和其他外部条件的影响，就会发生不同程度的变质，甚至失去食用价值。常见的变质鲜蛋有下列几种类型：

1. 陈蛋：保存时间较长，蛋壳颜色变暗，透视可以看出气室稍大（俗称“空头”）蛋黄暗影小。这种蛋并未变质，可以食用。

2. 裂纹蛋：大多是在贮存、保管、包装和运输过程中受到震动或挤碰造成。裂纹时间不长的，可以食用。

3. 热伤蛋：没有受精的蛋，受热后，胚胎膨胀的叫热伤蛋。这种蛋气室较大，胚胎周围有小黑点或黑丝、黑斑，一般可食用。

4. 血筋蛋：热伤蛋继续受热变成血筋蛋。这种蛋蛋黄有明显的黑丝或黑斑。受精蛋受热后，也叫血筋蛋，蛋黄上

有红的血圈、血丝，蛋白稀薄。这种蛋属于好蛋受热，与细菌侵入引起的腐败变质不同，只要无异味，除去血筋后，仍可食用。

5.霉蛋：鲜蛋受潮湿或雨淋，蛋壳表层的保护膜受到损坏，细菌侵入蛋内，引起发霉变质，蛋的周围产生黑的斑点。发霉严重的，不能食用。

6.臭蛋：也叫腐败蛋。

如何防猪肉变臭

天热了，猪肉容易变质变臭，若是用盐把猪肉煮熟，再用鲜花椒叶盖起来，放五、六天不会变味。其做法是：把猪肉洗净后放在锅里煮，一斤肉放半两盐即可，煮后放在碗或盆里，用鲜花椒枝叶盖起来，随吃随拿。

土法贮藏鲜肉

将鲜猪肉切成小片或小块，放进完好、洁净的坛或罐里。一层肉加一层盐（盐与肉为1:20的比例），挤紧盛满，

顶口用花生油密封，最后用塑料薄膜扎紧，放在避光、凉爽处。用此法贮存的猪肉，色泽，味道与鲜肉类似，无毒、无异味，最长可贮存15个月。

久存猪肉妙法

猪肉多了一时吃不了，可用慢火煮到七、八成熟时把水控出，根据肉多少选择适当大小的坛、罐，洗净擦干，趁热把肉放进去压实；然后把提前备好的猪肉用锅化开，加少量花椒、大料、食盐，倒进装肉的坛、罐里，直到把肉盖过，使猪肉凉后定住，起到密封的作用。然后把坛或罐口盖严封好，放在阴凉处，可存放一年不变质。

肉类保存6法

1. 将肉类和脱酶剂一块密封在不透气的容器里，24小时以内酶浓度达5%以下，由此可以保持肉类的鲜红色。

在能吸收氧和产生碳酸气的药剂与肉类中间，放置能吸收水分的积层材料，保持一定的氧气浓度，可以保持瘦肉的鲜度，这是价廉且简便可行的方法。

2. 把食用生肉经以乙醇为主要成分的发酵调味品处