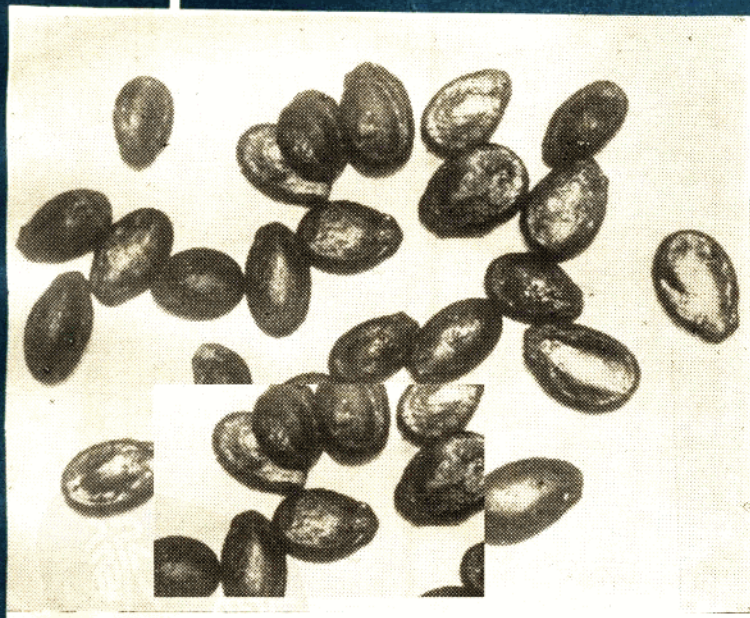


风味瓜子 制作



5.4

FENGWEI
GUAZI
ZHIZUO

汤金森编
河南科学技术出版社

风味瓜子制作

汤金森编

内 容 提 要

本书共选编了55种不同风味瓜子的配方,并对其制作方法及风味特点作了简要的介绍。这些风味瓜子原料选配方便,制作简单,经济实惠,一般家庭均可试制。

本书主要以介绍大众化、普及型的风味瓜子制作方法为主,并兼顾介绍各地著名瓜子的传统制法;既有工厂批量生产风味瓜子的制作方法的讲解,也有家庭小型简易制作方法的详述;因而可供各地炒货工厂和广大家庭自制时参考。

本书对原料的性能、炒货食品卫生要求等亦作了简略的介绍。

风味瓜子制作

汤金森 编

责任编辑 范云操

河南科学技术出版社出版

河南省新乡市印刷厂印刷

河南省新华书店发行

787×1092毫米 32开本 4印张 61千字

1987年10月第1版 1987年10月第1次印刷

印数1—7,700册

ISBN7—5349—0038—7/W·39

统一书号13245·73 定价0.95元

前 言

各类风味瓜子是消闲食品中最实用、最普遍的一种。由于瓜子的产区很广，南起两广和云贵，北至黑龙江和内蒙古，西自新疆，东临江浙滨海，各种瓜子的资源十分丰富；再加上各种炒制方法和配料加工不同，因而风味瓜子品种繁多，甜咸皆有，风味各异，美味可口，深受广大消费者喜爱。

风味瓜子不仅花色品种多样，风味迥异，具有香、脆、鲜等特点，还富含植物蛋白等多种营养成分，对人体很有益处。广大群众素来喜食瓜子，因瓜子令人食之上瘾，久食不厌，真所谓不食则已，食则欲罢不能。尤其是喜庆佳节，各类风味瓜子更是受人青睐。以此饗亲朋好友，已成为我国许多地区的常见习俗。

古往今来，各地根据乡土风情，制作出各具特色的风味瓜子。例如，浙江以煮酱油瓜子、炒制多味香瓜子等著称，江苏炒制的玫瑰、奶油、甘草等花色瓜子闻名遐迩，上海以煮炒佳梅瓜子、迎春瓜子等名扬

于世，四川则以炒制怪味瓜子等称奇一方，安徽又以炒制胡大瓜子、傻子瓜子等影响巨大。

近年来，随着人民生活水平不断提高，瓜子市场呈现出一派繁荣景象。各类风味瓜子已逐渐成为人们饭后茶余，看电视、谈家常时常备的消闲食品，因而销量大增。同时风味瓜子的品种也有了新的发展，出现了一大批新品种、新花色，使风味瓜子的制作呈现出一片空前繁荣的景象。

为了满足广大消费者的需要，笔者经对各种风味瓜子配方及制法的广征博采，收集整理，选编了《风味瓜子制作》一书。本书共介绍了55种风味瓜子的原料配方和制作方法。这些品种，原料选配方便，制作简单，经济实惠，使用价值高，一般家庭均可试制。本书不仅详细介绍了风味瓜子的家庭制法，同时考虑到工厂大批量生产的需要，对工厂制作技术也作了详细介绍。因而，本书可同时供各地瓜子加工工厂和广大家庭自制风味瓜子时参考。

限于本人水平，书中难免有很多欠妥之处，敬请广大同行和读者批评指教。

编者

目 录

前 言

第一章 风味瓜子制作的预备	(1)
一、瓜子的种类	(1)
二、瓜子的选择	(3)
三、制作风味瓜子的辅料	(6)
四、制作风味瓜子的工具	(8)
五、炒货食品卫生要求	(9)
第二章 风味瓜子的配方及制作方法	(11)
一、炒制类	(11)
1. 奶油瓜子 (11)	2. 玫瑰瓜子 (13)
3. 油炒瓜子 (15)	4. 果味瓜子 (17)
5. 话梅瓜子 (19)	6. 香草瓜子 (20)
7. 柠檬瓜子 (22)	8. 薄荷瓜子 (24)
9. 巧克力瓜子 (26)	10. 橄榄瓜子 (28)
11. 仙桃瓜子 (30)	12. 可口瓜子 (32)
13. 鸡味瓜子 (34)	14. 口福瓜子 (36)

15. 金桂瓜子(38)
16. 荔枝瓜子(40)
17. 葡萄瓜子(42)
18. 菠萝瓜子(44)
19. 陈皮梅瓜子(46)
20. 可乐瓜子(47)
21. 西域瓜子(49)
22. 留兰香瓜子(51)
23. 梅子瓜子(54)
24. 椒盐瓜子(56)
25. 风味瓜子(57)

二、烧煮类..... (59)

26. 酱油瓜子(59)
27. 五香酱油瓜子(61)
28. 甘草瓜子(63)
29. 获佳瓜子(65)
30. 五香瓜子(67)
31. 陈皮瓜子(69)
32. 多味瓜子(71)
33. 烤香瓜子(72)
34. 怪味瓜子(74)
35. 佳美瓜子(76)
36. 佳佳瓜子(78)
37. 乳香瓜子(81)
38. 迎春瓜子(83)
39. 桂花瓜子(85)
40. 福果瓜子(88)
41. 双花瓜子(90)
42. 咖喱瓜子(92)
43. 杏仁瓜子(94)
44. 椰津瓜子(96)
45. 丁香瓜子(99)
46. 健寿瓜子(101)
47. 奶油津味瓜子(104)
48. 茄味瓜子(106)
49. 甘草柠檬瓜子(108)
50. 十香瓜子(110)

三、其他类..... (113)

51. 炒南瓜子(113)
52. 炒香瓜子(114)
53. 多味葵花子(116)
54. 五香葵花子(118)
55. 胡大瓜子(120)

第一章 风味瓜子制作的预备

一、瓜子的种类

1. 黑瓜子

黑瓜子是籽瓜的种子。籽瓜是西瓜的一种；产地亦称打瓜、大瓜。其瓤味淡而酸，但瓜的子粒既多又大，因此，籽瓜不作鲜瓜供应，专供取食瓜子。

黑瓜子产地很广，黑龙江、吉林、辽宁、内蒙古、河北、江西、河南、山西、甘肃、江苏、安徽、山东及新疆等地均有出产。

黑瓜子按子粒大小可分大片、中片和小片三种。大片瓜子要求壳面平整粒大壳厚，壳面中央呈大白心，瓜子仁饱满，10粒瓜子并列，壳面总宽度在9.5厘米以上；中片瓜子的要求与大片瓜子相似，但比大片略小，壳面中心呈白或红色，仁肉饱满，10粒瓜子并列，壳面总宽度为8.5厘米以上；小片瓜子粒小壳薄，10粒瓜子并列宽度在8厘米以下，壳色四周乌黑，中心

灰白，也有全黑或全红的瓜子。制作酱油瓜子宜采用大片瓜子，而制作甘草、奶油等硬壳瓜子，为使瓜壳易嗑，则以中片瓜子为宜。

2. 白瓜子

白瓜子是南瓜、角瓜、玉白瓜等瓜类子粒的统称，因大多取自南瓜的种，所以通常均称南瓜子。

白瓜子各省均有出产，产量以黑龙江、吉林、浙江、山西、云南、贵州、河北、河南等省较多。

白瓜子按形态可分光板、毛板和葫芦子三种。光板壳面光洁，片粒狭长，为角瓜和倭瓜的子粒；毛板壳面毛糙，片粒较宽，瓜子四周有较毛的边，是南瓜和窝瓜的子粒；葫芦子片粒较厚，壳面黄白色，子仁肥大，且有苦味，是葫芦瓜和玉白瓜的子粒。炒白瓜子以毛板瓜子口味为佳。

3. 葵花子

葵花子是向日葵的子实，俗称香瓜子。

葵花子全国均有出产，以黑龙江、辽宁、吉林和内蒙古产量最多，品质也好，多数是黑子，统称东北子；云南、贵州、四川等省葵花子产量也多，但子粒较小，统称西南子；河北、山西、陕西、甘肃、新疆等省产量也不少，统称西北瓜子，品质不及东北子。

葵花子按颜色分为黑子、花子和白子三种。

4. 西瓜子

每年进入夏季，各类瓜果尤其是西瓜，便成了家家户户消暑的佳品，因而，大量的西瓜子则成为家庭制作风味瓜子的最简便廉价的原料。本书后面介绍的各种制法，其原料亦可用西瓜子代替。

二、瓜子的选择

在制作风味瓜子前，首先要对瓜子进行选择。各种瓜子选择时一般应注意以下几点。

1. 黑瓜子的选择

(1) 看壳面：中心鼓起的仁足，凹瘪的仁薄。大、中片的壳面“开眼”的质老仁丰。小片有“半开眼”的，品质亦好。嫩子（白漂）说明成熟度不足，麻板是被大雨淋过的次品。片粒以大小均匀整齐的为好，否则炒制加工时，火候难以掌握，容易造成生熟不匀。板面七翘八弯的俗称“翘弯子”，加工后的成品，齿咬易碎，出仁困难，不受欢迎。

(2) 验干潮：生坯黑瓜子一般含水量为12%，辨别干潮时可用齿咬，壳易分裂，声音实而响的为干，反之为潮。

(3) 察仁肉：仁应肥厚，用手掰拆瓜仁应松而脆。

仁肉色泽白净的为质好、仁肉白色而萎缩的为次之，中心发红的已有些变质、黄熟而有油蛤味的已完全变质。

2. 白瓜子的选择

(1) 看壳色：壳色以白净且有自然光泽的为好；壳面暗浊，瓢丝未净的影响品质，壳面有黑斑的已变质。

(2) 验干潮：用齿嗑壳或掰折仁肉，干脆易碎，且有响声的，其仁肉干燥；发软，不易碎裂，折声轻微或无声的，其仁肉比较潮湿。

(3) 验肥瘦：壳面中心凸起，指捏紧实的仁肉肥满；壳面平坦，指捏尚紧实的仁肉尚肥满；壳面平瘪或者虽微凸，然指捏即瘪的仁肉瘦或为秕粒。放入水里，不会下沉的也是无仁或仁薄的嫩子或瘪子。

此外，在选择白瓜子时还须注意品质的纯净，因为在有的白瓜子中，光板、毛板和葫瓜子等品种的瓜子比较混杂，有的因出瓢不清，漂洗不干净，又未及时晒干，会形成仁肉发芽。

3. 葵花子的选择

(1) 看粒形、壳色：粒大，中心鼓起者则仁肉饱满。壳色以黑的为好，花的为次之，白的为差。

(2) 验干潮：手摸葵瓜子，手感松爽的为干燥；齿嗑葵瓜子两侧，两片脆崩的瓜子，说明已干燥。

(3) 查仁肉：仁白的质好，黄的已受热，中心褐色的已变质，嗅之有油蛤味的为严重变质。

此外，虫蛀的瓜子及霉粒、冻粒、瘪粒应在选择中给予剔除。东北和内蒙古等地气候严寒，未干透的而受冰冻的瓜子，称为冻粒。冻粒炒熟后仁肉僵而不松，食之有苦味，但外表、仁色却与好货差不多。识别的方法，未解冻时可放在锅上烘一会，看其有无水分泄出。剔出的冻粒可另外处理，解冻并烘干（晒干）后继续使用。

4. 西瓜子的选择与整理

西瓜子的品种亦有不少，不论哪一种，只要仁肉饱满，均可使用。其中，以颗粒大而均匀者为佳，颜色以黑色为好。

当吃完瓜留出瓜子后，先将混入瓜子的瓢丝和其他杂质挑拣干净，然后将瓜子用清水反复淘洗干净，将漂起的白嫩瓜子去掉。再将瓜子沥干，放在竹筛上铺平，放在太阳下晒干。在晒的过程中，经常要把瓜子反复翻动，使瓜子均匀晒干。用手握瓜子，瓜子不粘手，说明瓜子已被晒干，即可使用。

三、制作风味瓜子的辅料

制作美味可口的风味瓜子离不开各种辅助原料，怎样使用好这些辅料，直接影响着风味瓜子的品质、口味。因此，对各种辅料的性能特点、使用方法，要有一个大致的了解，才能制作好风味瓜子。

常用的辅料有以下几种。

食糖：风味瓜子中常用的食糖有白砂糖、红糖。

白砂糖要求糖色晶莹明亮，糖粒均匀，松散干燥，不含带色糖粒和糖块。糖水溶液澄清透明，无异味。

红糖为红褐色细小晶粒，要求有糖蜜香味，无杂质、异味。

油脂：油脂是植物油和动物油的总称。炒货所用的油脂为植物油，品种有麻油、豆油、菜油和精炼棉子油等。

油脂在炒货中的作用，主要是增加制品的光泽和香味。如制玫瑰瓜子，为使瓜子壳面有光泽，须在瓜子炒熟后拌些精炼油。在制酱油瓜子时，拌入小磨油，可使瓜子壳面光亮，香味诱人。

食盐：食盐有粗盐和精盐两种，在炒货中起调味作用。由于食盐的熔点极高，在无水情况下，熔点为

840~820℃，故也可代替砂子用来炒制瓜子，用于炒制的食盐宜用粗盐。

糖精：糖精为无色结晶或白色结晶状粉末，也有加工成片的，俗称糖精片。其甜度为蔗糖的300~500倍，易溶于水。在常温下，其水溶液长时间放置，甜度会降低，故宜随配随用。糖精本身无营养价值，主要起调味作用。按国家卫生标准，用量不得超过万分之一点五。

食用香精：食用香精由各种安全性高的香料和稀释剂调合而成。

食用香精按溶剂不同分水溶性和油溶性两类。制作炒货宜选用水溶性香精，可根据不同品种选用不同香型的香精。

水溶性香精易挥发，应在制品成熟时喷入，不要过早。

桂皮：桂皮香气纯正，增香效果较好，常和八角同作炒货调味。桂皮品质的要求是：香味纯和，成分干燥，手折松脆易断，颜色为青灰中透淡棕色，表皮有细纹，厚薄均匀。

八角：八角又称大茴香、大料，主要用作调料，在煮制酱油瓜子等品种时，常与桂皮一起用以调味，增香效果更佳。

八角品质要求色泽棕红,鲜艳有光泽,荚边开裂缝较大,能看到荚内子粒,不脱粒,不破碎,成分干硬,手捏易碎。

硫酸亚铁:硫酸亚铁为补血药片,在制作酱油瓜子时加入,能使瓜子壳面色泽增加深色,黑而有光泽。

四、制作风味瓜子的工具

由于制作瓜子一般采用手工操作,因而使用工具有铁锅、铲刀、筛子、存放容器等。如果工场制作,还要有机设备,如夹层锅、滚筒等。制作方法不同,使用的工具也不同,下面简略介绍一下使用工具。

铁锅:铁锅分为大、中、小三种型号,可根据炒制的数量大小来选择,一般家庭自制的选用中型,工场操作的,选用大型。

筛子:筛子主要有竹筛、铜筛、不锈钢筛等,筛网一般为16~20目。主要用于筛滤砂子,以及晾晒瓜子使用。

存放容器:用于存放各种炒制后的瓜子,家庭一般使用竹箩,冷却后的瓜子可放入玻璃瓶、塑料袋内,防止受潮。工场一般使用大竹箩,待冷却后即可用塑料袋小包装封口,然后装入大麻袋或大塑料袋贮放。

滚筒：这是工场使用的主要工具，外壳是铁皮，内为长圆柱形空筒，筒中心的主轴随着电动机旋转滚动。空筒下端直接同明火接触，以产生热量。

蒸汽夹层锅：这是工场使用的主要工具。内壁用不锈钢焊接而成，底部呈半球形。外套钢质外壳，内壁与外壳之间形成夹层，蒸汽即在夹层中流通。

五、炒货食品卫生要求

风味瓜子是直接入口后嗑壳食用的食品，因此在制作时，除应严格执行国家有关食品卫生规定之外，还应注意下列几点：

第一，瓜子的原料采购时和采购后进仓前必须认真检查其包装物情况，以及外表和内在的质量。严禁生虫、霉变、有异味及被有毒物质污染的原料进仓。

第二，制作前必须严格选料，生虫、霉变、有异味的原料不得使用。

第三，瓜子制作过程中应注意将生、熟瓜子分开，避免交叉污染。

第四，原料和制作成的瓜子受到污染（如掉落在地上），要消除污染，然后再复制、利用，但严重污染的产品不得复制利用和混入正品中。

第五，成品要冷却后装箱、装袋，麻袋内需衬垫无毒食品塑料袋。

第六，产品包装场所应设为专间或专台，容器、衡器、机械设备等应有专人负责，严格做好各项卫生消毒工作。保持环境清洁整齐，以减少污染。