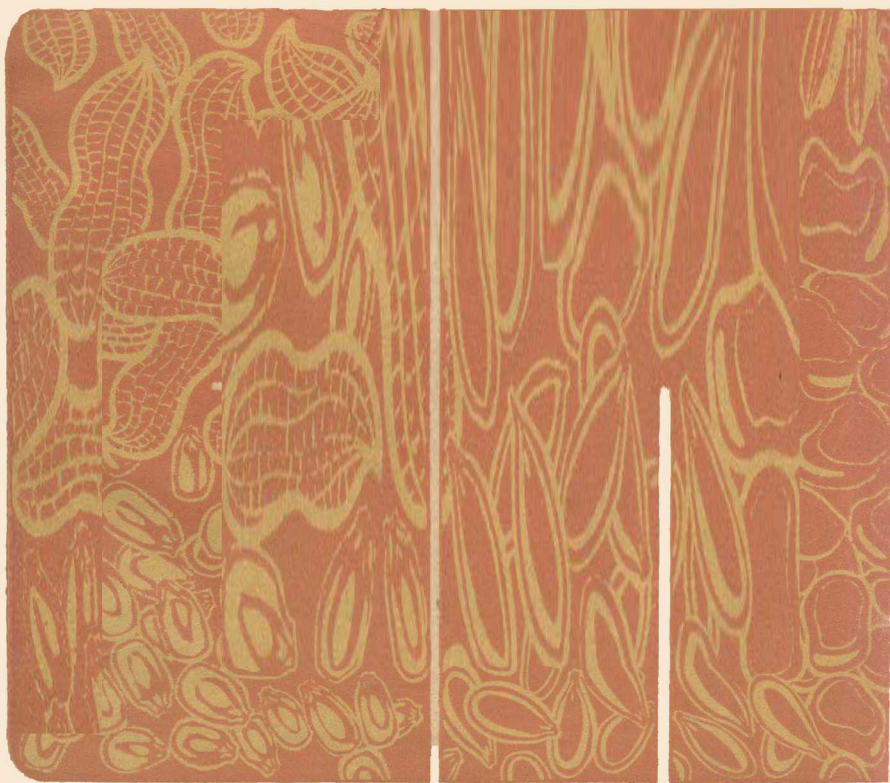


炒货 制作



上海科学技术出版社

炒 货 制 作

汪国钧 编著

炒 货 制 作

汪国钧 编著

上海科学技术出版社出版

(上海瑞金二路450号)

新华书店上海发行所发行 上海市印刷四厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 2 字数 41,000

1986年8月第1版 1986年8月第1次印刷

印数 1—11,000

统一书号: 15119·2493 定价: 0.30 元

前 言

炒货是我国世代相传的食品，历史悠久。远在新石器时代，人类的祖先已采食松子、榛子等野果。当时食用野果虽谈不上烧煮和炒制，但说明已经有了后来被用作炒货的原料。到了西汉时代，张骞出使西域，把当地的蚕豆、胡桃等经济作物传入中原，五代时的胡峤也从契丹带回了西瓜种子，开始繁殖衍生，为后来的炒货原料增添种类。及至两宋时期，炒货开始问世，最初以家庭制作形式存在于民间。据《东京梦华录》、《梦粱录》的记载：当时已有盐豆儿、炒银杏和炒栗子、榛子、榧子等品种。不同地区之间的炒货还具有鲜明的地方风味，各具浓厚的民族色彩。随着城市手工业和食品工业的发展，炒货又从家庭制作渐次成为工场生产的特色商品进入市场，种类品种也随之增加。

炒货大都以植物的子实和核果为原料，主要有大豆、蚕豆、瓜子、花生、香榧、白果、胡桃、山核桃等种实。它们的产区很广，南起两广和云贵，北至黑龙江和内蒙，西自新疆，东临江、浙滨海，资源十分丰富。经过各种炒制方法和配料加工制成的炒货，大致有椒盐、蒸煮、油余、盐炒、糖拌、鱼皮等种类，花色品种繁多，甜咸皆有，风味各异，备受妇女和儿童的喜爱。炒货之所以深受人们喜爱，除了花色品种繁多，各具香、脆、鲜、糯等特点，风味迥异外，还富含植物蛋白等多种营养成分，令人食之上瘾，久食不厌，真所谓不食则已，食则欲罢不

能。尤在春节期间，家家户户必备炒制食品，以饗亲朋好友，成为我国许多地区的常见习俗。

我国民间至今仍有自制炒货的习惯，每逢腊月廿五夜，千家万户上灶开炒，除炒制瓜子、花生、黄豆、玉米等外，还流行爆炒糯米，粒粒开花，以象征家庭的兴旺发达。

时至今日，大、中城市已一变过去的传统，纷纷兴办较大规模的炒货加工厂，革新加工工艺，以大批量的商品生产方式来满足市场需求。炒货工厂生产的各种炒制品，因其精选原料，讲究配料，生产工艺道地，技术操作熟练等原因，产品的色、香、味、形均优于家庭制品。

古往今来，各地根据乡土风味，制作出各具特色的产品，按其原料来源先后形成了山东、四川、江苏、浙江和上海等炒货帮别。山东帮擅长炒制花生果、花生仁；浙江帮以炒煮山北盐炒豆、椒盐小核桃、椒盐香榧子、酱油瓜子等著称；江苏帮炒制的玫瑰、奶油、甘草等花色瓜子闻名遐迩；上海帮煮制的奶油五香豆和炒制的糖炒栗子等名扬九洲；四川帮则以炒制多味豆类称奇一方。

上海地处长江三角洲，近一百多年来，因其历史形成的五方杂处的特殊地位，使之成为全国土特产的集中地。上海炒货业由于博采各帮之长，融会贯通各帮工艺，并加以发扬，从而炒制出许多具有上海特色的名特产品。如好吃来的酱油瓜子，采芝斋的玫瑰瓜子、甘草瓜子、椒盐花生，老城隍庙的奶油五香豆等等，据统计，上海炒货已经形成了六大类共四十余个花色品种，可谓集全国炒货之大成。

近年来，由于农业生产体制进行了改革，炒制食品货源大大增加，促使各地炒货市场呈现一派繁荣景象。各式炒货繁多，并逐渐成为人们饭后茶余、看电视、谈家常的消闲食品，销

量大增。炒货品种也有了新的发展,除了传统品种外,上海及全国各地相继增添了佳梅瓜子,陈皮梅瓜子,傻子瓜子,迎春瓜子,话梅瓜子,多味香瓜子,津津瓜子,长寿瓜子,口不离瓜子,阿凡提瓜子以及椒盐花生米、天府花生等品种,炒货市场空前繁荣。

为了适应炒货行业不断发展的新形势,特编写《炒货制作》一书。本书共介绍五十余种各类炒货的制作方法,主要以上海炒货业的制作工艺为基础,并兼顾各地的传统制法编写而成。既有工厂大批量生产的技术,又有家庭制法的介绍,可供各地炒货工厂和广大家庭自制炒货的参考。

本书在编写过程中,参考了有关书刊,承边文华同志审阅修改,并得到了上海好吃来食品厂、上海普陀炒货厂、上海苏州采芝斋以及姜文明、许宝林、陆国璿等同志的协助,特在此一并致谢。

由于水平关系,本书错误及不当之处,诚望广大同行和读者批评指正。

编 者 1985 年 11 月

目 录

一、炒货原料和调料	1
(一)炒货原料	1
(二)炒货调料	5
二、各类炒货制法	8
(一)炒制类	8
1. 奶油瓜子.....(8)	2. 香草瓜子.....(10)
3. 玫瑰瓜子.....(10)	4. 椒盐南瓜子.....(12)
5. 椒盐香瓜子.....(13)	6. 椒盐小胡桃.....(13)
7. 椒盐大胡桃.....(14)	8. 椒盐香榧.....(15)
9. 椒盐松子.....(15)	10. 椒盐榛子.....(16)
11. 糖炒栗子.....(17)	12. 粉盐豆.....(18)
13. 开花豆.....(18)	14. 山北盐炒豆.....(19)
15. 椒盐花生米.....(20)	16. 炒花生果.....(21)
(二)烧煮类	22
1. 酱油瓜子.....(22)	2. 多味香瓜子.....(24)
3. 奶油五香豆.....(25)	4. 窝酥豆.....(26)
5. 笋脯黄豆.....(27)	6. 酱黄豆.....(27)
7. 熏青豆.....(28)	8. 五香花生米.....(28)
9. 盐水花生米.....(29)	10. 咸味花生果.....(30)
11. 五香栗子.....(30)	
(三)油余类	31
1. 油余花生米.....(31)	2. 油余桃肉.....(32)
3. 油余黄豆.....(32)	4. 油盐豆.....(33)

5. 翡翠豆瓣·····(34)	6. 油余豆瓣·····(34)
7. 油余兰花豆·····(35)	
(四)糖衣类·····36	
1. 白糖花生·····(37)	2. 可可花生·····(37)
3. 白糖胡桃·····(38)	4. 酱核桃·····(39)
5. 桂花糖核桃·····(40)	6. 白糖松子·····(41)
7. 白糖豆瓣·····(41)	8. 玫瑰翡翠豆瓣·····(42)
9. 可可糖豆瓣·····(42)	10. 怪味豆·····(43)
(五)其他类·····44	
1. 猪油花生糖·····(44)	2. 花生果条·····(45)
3. 明果糖·····(45)	4. 冰糖花生·····(46)
5. 花生酥片·····(47)	6. 芝麻条·····(47)
7. 芝麻脚圈·····(48)	8. 浇切片·····(49)
9. 麻糖·····(49)	10. 黑麻酥糖·····(50)
11. 寸金糖·····(51)	12. 奶油花生糖·····(52)
13. 鱼皮花生·····(53)	14. 黄豆糖·····(54)
15. 胡桃条·····(55)	

附录

炒货食品卫生要求

一、炒货原料和调料

炒货是以植物的种仁、果实等为原料,经过各种炒制方法和配料加工制成的食品。炒货的原料主要有瓜子、花生仁、大豆、蚕豆、松子、香榧、榛子、山核桃、栗子等,通过各种配料和不同加工方法炒制成椒盐、五香、油余、盐炒、糖拌、鱼皮等花式品种,甜咸皆有,风味各异。

(一)炒货原料

1. 黑瓜子

是打瓜的种子。打瓜是西瓜的一种,瓜瓤味淡且酸,不堪食用,但种子粒大得多,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、山东及新疆等省区均有出产。

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

是南瓜、角瓜、倭瓜、玉白瓜等瓜类子粒的统称,因大多取自南瓜的种子,故通常均称白瓜子。

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。

白瓜子要求片粒阔大,仁肉饱满,壳面洁白,身分干燥。壳面平砣,入水不沉或壳面有黑斑的均属废子。

3. 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,统称西北子,品质不及东北子。

葵花子按色分为黑子、花子和白子三种,黑子品质最好,花子次之,白子较差。

葵花子品质要求粒大饱满,身分干燥,无空粒、蛀粒和杂质,瓜子仁白色。

4. 松子

是松树的种实,种仁含脂肪和蛋白质,营养丰富。

松子以黑龙江、吉林两省出产最多,四川、贵州、云南等省较多;山西、陕西、甘肃等省也有出产。

松子按产地及颗粒,分为东北大只、西南中只和西北小

只。东北松子壳色老黄，颗粒粗大，顶端稍尖，底部略圆，呈三角形，品质最佳。统称东北大只；西南所产颗粒中等，扁椭圆形，壳较薄，棕褐色，仁肉饱满，但空、秕粒较多，统称西南中只；西北产品壳厚肉少，颗粒小，壳坚硬难嗑，统称西北小只，不宜炒食。

松子要求壳色新鲜，仁肉饱满，无空、秕、霉粒，子粒干燥为佳。

5. 山核桃

山核桃又称小核桃。炒制成椒盐山核桃后，砸开桃壳，取仁而食，味极香脆。

山核桃要求壳面洁净，颗粒均匀，核仁饱满，仁衣紫褐，肉色淡红，身分干燥。凡壳面泛油光，核仁灰褐或有哈味者，均不能食用。

6. 核桃

核桃又名胡桃、羌桃，是核桃树果实的种核。

我国核桃主要分布在河北、河南、山东、山西、陕西、云南、贵州等省。以河北昌黎露仁核桃、山西汾阳光皮绵核桃和新疆库车的纸皮核桃质量为佳。云南省大理等地的核桃个儿虽小，但壳薄、仁饱满，可用来炒制椒盐大核桃。核桃砸去核壳，拣清桃膈，便是核仁。凡片状完整的桃仁，可做白糖胡桃；而片小粒碎的，做胡桃糖。

核桃品质要求个大而圆整，壳薄而白净，出仁率高，身分干燥。凡核仁色黄、身软的质次，而泛油、粘手、黑褐、有哈味的属废品，不能食用。

7. 香榧

香榧是榧树果实的核果，又称香榧子或榧子。

香榧产区集中在浙江省，以诸暨、嵊县为多，绍兴、东阳次

之。安徽省休宁等地也有出产。

香榧品质要求壳面洁净、黄亮，粒形一头尖，一头略带圆形，只形均匀，仁肉饱满，白色或微带淡黄色，身分干燥。壳面暗黄不净，核仁黄色者为次品。凡种衣泛白色，核仁色红或黑灰，均为废品。

另有被称为木榧的，一头圆，一头略尖，长度与宽度之比为2:1(香榧为3:1)，香味差，不松脆，一般作药用。

8. 榛子

榛子是榛树的果实，也叫榛栗。

榛子产于内蒙的扎兰屯、阿尔山，黑龙江的五常，吉林的伊通、梨树和河北的隆化、崇礼等地。产品以黑龙江、吉林为好。

榛子要求粒大、仁肥、色白、身干，空、坏粒不超过20%。

9. 栗子

栗子是栗树的核果，栗有板栗、锥栗及茅栗等品种，日常所称的栗，系指板栗。

板栗产区很广，东北、华北、华东、华南等地区都有出产。南方所产颗粒大，壳厚肉质带硬性；北方所产颗粒小，壳薄，肉质糯性。糖炒栗子以选用北京房山县所产的良好栗子为佳。

栗子要求果实饱满，颗粒均匀，果壳老结，色泽鲜艳、无蛀口、无霉烂，肉质细腻带糯性，果味甜美为佳。凡外壳有蛀口、秕印、变色或有黑斑等情况，则栗子已变质。

10. 花生

花生系豆科落花生属一年生草本植物。其果壳薄而脆，剥去果壳，即为花生仁。

花生主要产地为山东、广东及安徽等地。以花生为原料的炒货小食品品种很多，不同品种对花生要求不同，炒长生果宜用小节花生；制椒盐花生、油余果玉则以山东大花生为佳；

制花生酥,由于要将花生斩成碎粒,故小粒、半粒花生均可采用。

对花生仁的品质要求是:颗粒均匀、饱满,皮色淡红鲜明,身分干燥,无僵粒、霉粒和蛀粒为佳。

11. 蚕豆

蚕豆也称寒豆、胡豆、罗汉豆、佛豆等。主要产区为江苏、浙江、四川、湖南、湖北、云南等地。以上海嘉定、浙江慈溪的白皮豆,江苏太仓的青皮豆为佳。制五香豆宜采用白皮豆,制盐炒豆可采用小粒蚕豆,制油氽豆瓣、窝酥豆则只要豆粒大,而对皮色要求不严格。

蚕豆品质要求颗粒匀落、饱满,身分干燥,不蛀、不霉、无僵粒杂质。

12. 大豆

大豆是黄豆、青豆、黑豆的统称。各地均有出产,而以东北出产的大豆量多质优。制作油氽黄豆,宜采用大粒黄豆,而油盐豆、酱黄豆的原料是小粒黄豆,老熟而未干透的青豆,一般用来制熏青豆。

大豆品质要求颗粒圆整、饱满、干燥,大小均匀,表皮光洁无花斑、僵粒、霉粒和蛀粒。

(二)炒货调料

1. 食糖

炒货中常用的食糖有白砂糖、赤砂糖等品种,制作白糖衣类炒货和花生糖等最好选用白砂糖,以使制品糖衣洁白,糖体色浅,诱人食欲。制作可可糖豆板、怪味豆等深色糖衣类品种,也可采用赤砂糖。

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。

赤砂糖为红褐色细小晶粒,有糖蜜香味,无杂质、异味。

2. 饴糖

饴糖又称麦芽糖,是以谷类为原料,经过蒸煮加入麦芽使淀粉糖化后浓缩而成的浅黄色半透明液体。制作糖豆板、糖松子、糖花生等糖衣类炒货,在熬制糖浆时需加入饴糖,以使糖液粘稠,制品表面糖衣紧裹,不易脱落。

饴糖品质要求色浅透明,味甜,无酸味、酒味或其他异味。

3. 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、生油和精炼棉子油等。在糖制小食品中还要用到猪油和奶油。

油脂在炒货中有两个作用:一是增加制品光泽和香味。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,拌入小车磨油,可使瓜子壳面光亮,香味诱人。二是用作余油,使生料变为熟料。如油余豆瓣、油余黄豆、油余花生等。

鉴定油脂质量,除化验外,还可从色、香、味和透明度等方面来判断。质量好的油应具有自身特殊香味,无异味,色泽较浅,透明度高,在室温下静置 24 小时无沉淀。

4. 食盐

食盐有粗盐和精盐两种。在炒货中起调味作用。由于熔点极高,在无水情况下,熔点为 $804\sim 820^{\circ}\text{C}$,故又可代替砂子,用来炒制豆类、瓜子、花生等食品。用于炒制的食盐宜用粗盐。

5. 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,甜度为蔗糖的 $300\sim 500$ 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。是制作五香豆、奶油瓜子等炒货必不可少的调味品,按国家卫生标准,用量不得超过万分之一点五。

6. 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。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,根据不同品种选用不同香型。如炒制玫瑰瓜子用玫瑰香精;烧煮奶油五香豆宜用奶油香精。水溶性香精易挥发,应在制品成熟时喷入。

香精宜用深色瓶盛装,避光密闭贮藏。

7. 桂皮

桂皮即茵桂皮,是樟科茵桂树之皮,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:香味纯正,身分干燥,手折松脆易断,桂皮面青灰中透淡棕色,表皮有细纹,厚薄均匀。

8. 八角

八角又称大茴香,或大料,为木兰科常绿乔木之荚果。主要用作调料,在炒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,身分干硬,手捏易碎。

9. 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深,黑而光泽。

二、各类炒货制法

(一) 炒 制 类

炒制类是炒货中的大类，其品种有奶油瓜子、香草瓜子、玫瑰瓜子、椒盐南瓜子、椒盐香瓜子、椒盐小胡桃、椒盐大胡桃、椒盐香榧、椒盐松子、椒盐榛子、粉盐豆、开花豆、山北盐炒豆、椒盐花生米、炒花生果等，具有含水量少、入口香脆等特点。采用炒制方法，设备简单，只需一口铁锅一把铲刀，即可进行。当炒货原料投入铁锅后，就必须边加热边炒拌，直至成熟。为使投料受热均匀，不至炒焦，在炒制时，还需拌入白砂或粗盐等导热物料。但炒制盐炒豆、开花豆之类品种时，需要用粗盐，不宜用白砂。否则白砂易嵌于豆的隙缝中，影响食用。炒制类产品的原料需炒制一段时间，待投料炒热后，再加入调味料，以利调料被炒货吸收。

1. 奶 油 瓜 子

原料

炒货工厂生产宜选用中片黑瓜子，家庭炒制用大片黑瓜子。炒制前需经挑拣、淘洗，要求子粒饱满，壳面平直，片粒均匀，壳色乌黑有光，开眼明显，身分干燥，无翘板、麻板、白子。

用料

- (1) 大片瓜子 1 公斤, 食盐 80 克, 糖精片 4 片, 香草香精 1 克, 炒制用白砂 2 公斤。
- (2) 中片瓜子 50 公斤, 香草香精 50 克, 糖精 50 克, 食盐 4~5 公斤, 炒制用白砂 100 公斤。

制法

家庭炒制:

- (1) 预炒: 先将 2 公斤白砂投入锅内炒热, 然后投入瓜子 1 公斤, 炒至瓜子烫手出锅, 筛去砂子。
- (2) 上味复炒: 将热瓜子投入铁锅, 再加入糖精、食盐水, 用文火炒, 直到瓜子表面起盐霜, 即可滴入奶油香精出锅。

工场炒制:

- (1) 预炒: 在滚筒内放白砂 100 公斤, 炒热后投入黑瓜子 50 公斤, 启动鼓风机催火炒 8~9 分钟, 待瓜子烫手时出锅, 筛去砂子。
- (2) 上味: 在铁锅中加入 15 公斤水和 4 公斤食盐, 加热至起盐霜, 然后溶入糖精 50 克, 冷后待用。将炒过的瓜子趁热投入盐水中, 令其及时吸收盐水, 使咸味能渗透到瓜子里, 然后捞起沥干。浸盐水要浸透, 否则成品色味不佳。泡好的盐水使用几次后浓度降低, 需添加盐和糖精。
- (3) 复炒: 复炒时用文火, 火力要均匀, 使瓜子水分逐步蒸发, 咸甜味逐步被瓜子肉吸收。约炒 45 分钟, 待瓜子表面露出白霜, 倒入香精, 翻炒几下, 即可出锅。

炒制注意事项:

- (1) 预炒的目的是提高瓜子的温度, 减少瓜子的水分含