

常用食品的 贮藏与保鲜

王城荣 编著



肉蛋奶类



粮食类

油料油脂类

干果干菜类

水产类

烟茶类

调味品类

其他类

蔬菜类



水果类



金盾出版社

常用食品的贮藏与保鲜

王城荣 编著

金盾出版社

— 内 容 提 要 —

这是一本专门介绍食品贮藏与保鲜方法的大众科普读物。书中针对各种常用食品的不同性质,分门别类地介绍了米面油、肉蛋奶、水产品、蔬菜瓜果和烟酒茶等食品的贮藏方法和保鲜技术,并附录了一些食品的保管标准、贮存条件及变质原因。本书内容翔实,科学实用,方法具体,操作简单,不仅可供食品仓库、商店、厂家的专职保管人员和农村粮农菜农果农专业户学习参考,同时也可供广大家庭阅读使用。

图书在版编目(CIP)数据

常用食品的贮藏与保鲜/王城荣编著. -- 北京:金盾出版社,
2012.8

ISBN 978-7-5082-7437-9

I. ①常… II. ①王… III. ①食品贮藏②食品保鲜 IV. ①
TS205

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 033612 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩色印刷有限公司

正文印刷:北京万博诚印刷有限公司

装订:北京万博诚印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:8 字数:165 千字

2012 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~6 000 册 定价:18.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



前言

食品是人类赖以生存的物质基础，民以食为天，古今亦然。因此，食品的贮藏与保鲜也就成了人类社会面临的一项重大课题。

现代科学技术的进步，促使生产力得到迅速发展，食品供给也更加丰富多彩。随着国民经济的快速发展和人民生活水平的不断提高，党和政府及广大人民群众对食品质量与安全的要求更加严格。因为它不仅关系到亿万百姓的身体健康，关系到千家万户的切身利益，更是关系到国计民生的大事。现在虽然食品比较丰富充裕，但仍要提倡勤俭节约、艰苦奋斗的优良传统，反对铺张浪费，落实科学发展观，发展循环经济，建设节约型社会，同时还要适当留有储备食品，以防天灾人祸。因此，怎样贮藏、保管好食品，采取各种科学方法，尽一切努力，最大限度地减少不必要的损耗，便成为当务之急，被提到重要议事日程上来。而要贮藏好保管好食品，就要掌握并运用一定的贮藏与保鲜知识，只有这样，才能把树立科学发展观，建设节约型社会，真正落到实处。可见，食品贮藏及其方法的运用，是何等的重要。但是，目前图书市场上专门介绍各种食品贮藏保鲜方法的书并不多见，人们主要

从一些报纸杂志和其他媒体上获取一些零星知识，远远满足不了相关部门及相关人士的实际需求。正是根据市场的这一状况和需要，我们专门编写了这本《常用食品的贮藏与保鲜》，向大家介绍食品贮藏保鲜的方法，以便有关部门和人员做好食品的储保工作。

本书针对各种常用食品的不同性质，分门别类地介绍了一些科学的贮藏保管方法以及国内外一些先进的贮藏保鲜技术，并在附录中列出一些粮油、果蔬的保管标准、适宜条件，以及损坏原因等。本书主要供各种食品的专职保管人员、商场营业员、农村粮油瓜果蔬菜专业户学习参考，同时也可供广大家庭阅读使用。

由于编者水平所限，书中疏漏、不当在所难免，恳望广大读者批评指正。若本书能在食品的贮藏与保鲜方面对读者有所启示、有所帮助，编者将感到由衷的高兴。

编 者



一、粮 食 类

粮食的常规贮藏.....	(1)
粮食的“三低”贮藏.....	(5)
稻谷的保管方法.....	(7)
种子粮贮藏的主要措施.....	(8)
农家怎样贮存粮种	(13)
谷种简易贮藏法	(14)
“三层袋包装”贮存稻种法	(14)
大米的主要保管措施	(15)
大米的“自然低温贮藏”	(16)
大米防霉保鲜新法	(17)
贮粮防鼠法	(18)
农家贮粮防虫	(18)
花椒防米蛀虫	(19)
小麦保管的主要措施	(19)
麦糠贮麦	(20)



麦垛贮麦	(21)
面粉的贮藏方法	(21)
阴雨天保存线面	(23)
怎样保管玉米果穗	(23)
玉米种贮藏法	(24)
玉米粒藏的几种方法	(25)
防止玉米粉酸败变苦的主要保管措施	(27)
怎样保管高粱	(27)
怎样保管高粱米	(29)
小米的保管方法	(30)
甘薯贮藏要做好哪些工作	(30)
甘薯简易贮藏法	(32)
为什么马铃薯与甘薯不能混藏	(34)
薯干保管的主要措施	(34)
土柜存放薯片薯米的方法	(36)
薯干仓储简法	(36)
芋艿种窖藏法	(37)
贮粮发生霉变、生虫怎么办	(38)

二、油料油脂类

大豆保管的主要措施	(40)
蚕豆保管的主要措施	(42)
荷兰豆的冷藏保鲜	(46)
绿豆的简易贮藏法	(47)
花生果的保管方法	(47)
花生仁的保管	(48)
怎样保管芝麻	(50)



棉籽的保管方法	(51)
油菜子的保管措施	(52)
油茶籽的贮藏方法	(57)
怎样才能把食用油保管好	(58)
家庭怎样贮藏食油	(60)
家庭怎样贮藏猪油	(60)
油饼的保管	(61)
植物油的鉴别与保存	(61)

三、肉 蛋 类

家畜肉的保管方法	(63)
怎样保存鲜肉和鲜鱼	(66)
鲜肉保鲜技术	(66)
贮肉新法	(66)
怎样久存猪肉	(67)
乡村藏肉妙法	(67)
肉制品的贮藏保管	(68)
火腿的居家保管	(69)
鱼肉保鲜妙法	(70)
禽蛋的土法保鲜	(70)
收藏鲜蛋的几种方法	(71)
鲜蛋的保管	(73)
鲜蛋冷藏库保管法	(74)
松花蛋不宜冷冻	(74)
松花蛋与咸蛋的保质时间	(75)
猪脂涂膜法贮藏鲜蛋	(75)
鸡蛋涂膜贮存技术	(76)



四、水产类

鲜鱼保鲜技术	(77)
保存鲜鱼的最新方法	(77)
用二氧化碳贮藏鲜鱼	(78)
鱼类保鲜防腐剂	(78)
鱼类急冻保鲜法	(78)
冷冻保鲜新法	(79)
海上渔获保鲜两法	(79)
土法保鲜鱼	(80)
保存河蟹	(81)
收藏咸鱼、咸肉的方法	(81)
收藏海味的方法	(81)

五、蔬菜类

蔬菜贮藏的基本原理与方法	(82)
夏季蔬菜简易保鲜法	(83)
蔬菜不可在冰箱内久存	(84)
久藏蔬菜的方法	(84)
大白菜的贮藏法	(85)
甘蓝的贮藏	(87)
怎样贮藏花椰菜	(88)
萝卜贮藏	(89)
甜菜窖藏法	(92)
马铃薯贮藏	(92)
番茄贮藏	(95)



菠菜贮藏	(98)
芹菜的贮藏	(99)
香菜贮藏	(101)
贮藏黄芽菜	(102)
豆芽的保管	(102)
存放鲜韭菜	(103)
洋葱贮藏法	(103)
大葱的贮存方法	(104)
元葱贮存要注意哪些环节	(105)
如何防止大蒜干瘪	(107)
蒜黄的保鲜法	(107)
蒜薹冷藏	(107)
收藏鲜姜的方法	(109)
青椒贮藏方法	(110)
慈姑的贮藏	(112)
西瓜贮藏保鲜技术	(113)
西瓜的简易贮藏	(114)
瓜类贮藏二三事	(115)
莲藕泥土埋藏	(116)
冬笋保鲜	(116)
茭白的贮藏	(117)
冬贮莴笋	(117)
鸡腿菇保鲜技术	(120)
香菇的烘干与贮藏	(121)
蘑菇保鲜	(122)
贮藏蘑菇不变质	(123)
紫菜的存放	(123)



六、水果类

电离辐射瓜果贮藏保鲜·····	(124)
水果蔬菜家庭保鲜法·····	(124)
国外水果贮存保鲜·····	(125)
柑橘贮藏的一些方法·····	(126)
柚子保鲜·····	(132)
龙眼保鲜法·····	(133)
龙眼保鲜新法·····	(135)
龙眼常见保鲜方法·····	(135)
荔枝的贮藏保鲜技术·····	(136)
荔枝的速冻加工保鲜技术·····	(138)
荔枝常温短期保鲜法·····	(139)
荔枝鲜果处理与贮藏·····	(140)
枇杷贮藏·····	(141)
香蕉的几种贮藏保鲜方法·····	(142)
菠萝的贮藏·····	(144)
橄榄的农家贮藏·····	(145)
芒果保鲜·····	(145)
黄花梨的贮藏技术·····	(145)
怎样贮藏苹果和梨·····	(146)
沙土贮藏苹果法·····	(148)
葡萄贮藏·····	(149)
山楂贮藏方法·····	(152)
为啥冬天也能吃到桃、李和樱桃·····	(153)
核桃、红枣贮藏·····	(154)
甜枣保鲜·····	(156)



鲜枣贮藏法.....	(156)
怎样贮藏板栗.....	(158)
柿子的贮藏.....	(160)
如何延长草莓的鲜销上市时间.....	(161)
石榴怎样简易贮藏.....	(162)
红果的贮藏方法.....	(163)
番木瓜的贮藏方法.....	(164)
番木瓜的防腐和保鲜贮藏.....	(165)
猕猴桃的贮藏与保鲜技术.....	(167)
怎样采集和贮藏猕猴桃.....	(168)
杨梅腌制贮藏.....	(169)
如何贮存干果.....	(170)
甘蔗的贮藏.....	(171)

七、饮食类

鲜奶防酸坏法.....	(172)
能久存的牛奶.....	(172)
能保鲜多天的面包.....	(173)
面包与芹菜同放更保鲜.....	(173)
年糕的贮藏方法.....	(174)
糕点的保管.....	(174)
月饼的鉴别、品尝与保藏.....	(175)
元宵的保管及食用方法.....	(176)
豆腐的保管.....	(177)
菜肴简易保存法.....	(178)
怎样保存剩饭和剩菜.....	(178)
熟的油脂类食品不宜存放过久.....	(179)



八、调味品类

调味品的保管方法.....	(180)
酱油的防霉.....	(180)
怎样防止醋长白膜.....	(181)
盐场的食盐贮存.....	(182)
家庭贮盐.....	(182)
食盐防潮.....	(182)
食糖的贮藏保管.....	(183)
土糖的保存.....	(185)
蜂蜜的贮存与鉴别.....	(185)
鲜蜂王的保存与食用.....	(186)

九、烟茶酒类

卷烟贮藏保管应注意的问题.....	(188)
如何防止卷烟霉变.....	(189)
梅雨季节防烟霉.....	(191)
烤烟的采收和保管.....	(192)
贮藏茶叶“三防”.....	(193)
高级绿茶的贮藏保管.....	(194)
如何选购收藏普洱茶.....	(195)
茶叶的零售保管.....	(196)
茶叶的仓库贮藏保管.....	(196)
茶叶家庭贮藏的几种方法.....	(198)
茶叶的贮藏与保鲜.....	(199)
饮料酒的保管.....	(202)



甜酒酿保鲜存放法.....	(203)
白酒的贮藏保管.....	(203)
黄酒的保管.....	(203)
啤酒的贮藏保管.....	(204)
啤酒不宜在冰箱久存.....	(204)
怎样保持啤酒的泡沫.....	(205)
果酒的贮藏保管.....	(205)

十、其 他 类

糖果的贮藏保管方法.....	(207)
糖果的正常保管期限.....	(207)
蜜饯商品的贮藏保管.....	(208)
乳制品的贮藏保管.....	(208)
罐头的贮藏保管.....	(209)
淀粉类商品的贮藏保管.....	(209)
预防家贮干货虫蚀与霉变.....	(210)
干果的贮藏保管.....	(210)
怎样贮存干菜类商品.....	(211)
干菜商品的贮藏保管.....	(212)
怎样防止银耳变质.....	(213)
酱菜商品的保管.....	(213)
腌渍品的保藏.....	(214)
名贵中药贮藏法.....	(215)
少量家用人参如何保存.....	(215)



附 录

表 1	粮油安全贮存水分、杂质标准表	(217)
表 2	贮存粮食、油料、油品的安危排队	(219)
表 3	粮油贮藏相对安全参考表	(220)
表 4	粮食变化的早期现象	(221)
表 5	面粉在不同保管形式下品质变化比较	(222)
表 6	几种主要贮粮害虫的为害情况	(223)
表 7	粮食、油料虫害等级标准及防治原则的暂行规定 ...	(225)
表 8	果蔬冷藏的适宜条件(供参考)	(226)
表 9	果蔬气调贮藏的适宜条件(供参考)	(227)
表 10	主要菜果贮藏的适宜温、湿度	(228)
表 11	几种鲜果的损坏类型	(229)
电冰箱不宜放在卧室		(230)
电冰箱内贮藏的食物不宜过少		(230)
食品在电冰箱中可放多久		(230)
电冰箱不欢迎的“客人”		(231)
食品的保质期		(231)
现代食品保鲜法简介		(233)
主要参考书		(237)

一、粮 食 类

粮食的常规贮藏

常规贮藏是粮食系统多年来沿用的贮藏方法。即粮食经过干燥后入库贮藏,贮藏期间应用通风或密闭的方法进行保管。

(一)干燥贮藏

1. 日光暴晒 干燥粮食的主要方法是日光暴晒,利用水泥场暴晒干燥粮食,降低粮食含水量,使其符合贮藏的标准,方法简单易行,节省费用设备,并能促进种子、粮食后熟,提高品质,日光暴晒还能抑制和杀死害虫。群众在长期实践中总结出:“晒粮先晒场”,“薄摊勤拌”,“向阳起垄”,“顺风划沟”等晒粮方法。总之,要有利于水分散发,并要注意防止晒场周围害虫感染。

2. 热力干燥 干燥粮食除了日光暴晒外,还可用机械、物理方法烘干,即用热力干燥法。热力干燥的原理是粮食经过干燥的热空气蒸发水分,以达到降低水分使粮食干燥的目的。应用得较多的是塔式干燥机和滚筒式干燥机。烘干的效果应以含水量降低程度来判断,在考虑生产量的同时,要特别注意粮食的糊化温度,防止粮食品质下降。



(二)通风贮藏

通风的目的,主要是能降低粮食水分和温度,有利于安全贮藏,通风的方法分自然通风和机械通风两种,贮粮是否需要通风,应以粮食吸湿平衡规律为依据,同时,又要观察粮温与外温的温差来比较。

在实际工作中可按下述掌握。

仓外温、湿度都低于仓内时,或仓内外温度相同,仓外湿度低,或仓内外湿度相同,仓外温度低都可以通风,但要防止温差过大,造成粮面结露。

仓外温度高,而相对湿度低,或仓外温度低,而相对湿度高时,应比较仓内外绝对湿度。仓内绝对湿度比仓外大时,根据需要也可以通风。

贮粮水分小于当时温湿度条件下粮食平衡水分时,不宜通风。

合理通风的有利时机,可以通过查表换算确定,换算公式为:

$$\text{仓外空气进入粮堆内变化后的湿度}\% = \frac{\text{当时仓外温度的饱和水汽量} \times \text{当时仓外相对湿度}}{\text{粮堆内部温度的饱和水汽量}} \times 100\%$$

将换算以后所得湿度与仓内相对湿度比较,如小于当时仓内相对湿度,可以通风,大于仓内相对湿度,则不宜通风。

例如:某仓稻谷粮温 10℃,水分 17%,约与 85% 湿度平衡。大气温、湿度早晨 6 时温度为 7℃,湿度 91%,午后 2 时温度为 12℃,湿度 69%,晚上 9 时温度为 9℃,湿度 85%,问这天什么时候可以通风?

早晨 6 时:

仓外空气进入粮堆后,湿度变为:

$$\frac{7.709 \times 0.91}{9.329} \times 100\% = 75\%$$