

火腿



中国财政经济出版社

火 腿

中国食品公司 编

中国财政经济出版社

火 腿

中国食品公司 编

*

中国财经出版社出版

北京印刷二厂印刷

*

787×1092 毫米 32 开本 2.25 印张 2 插页 44,000 字

1983 年 7 月第 1 版 1983 年 7 月北京第 1 次印刷

印数: 1--41,000

统一书号: 15166·121 定价: 0.35 元

编写说明

城乡食品商业系统的营业人员，大多数是朝气蓬勃的青年，他们怀着为人民服务的崇高理想，切望把自己的工作做好，为祖国的社会主义建设事业添砖加瓦。他们渴望有一种能够比较系统地介绍肉、禽、蛋商品知识和零售技术的书籍问世，以便从中学习业务知识，更好地为消费者服务。

从事肉食、禽蛋商品加工的职工，也殷切期望有一种介绍祖国各地传统的具有特色的肉、禽、蛋类制品加工知识的书籍，以便互相学习，提高技术，生产花色品种众多的风味食品，丰富市场，满足人民生活的需要。

广大消费者在繁忙工作和紧张劳动之余，尤其在节假日，希望能买到适合自己需要的肉禽蛋商品，或者适合自己口味的熟制品，吃上丰盛可口、经济实惠的佳肴，也盼望有一种能提供食品商品知识，起生活顾问作用的书籍。

为了适应读者的需要，中国食品公司组织各省、市、自治区食品公司共同协作，编写了一套关于肉、禽、蛋类商品知识的书，分为《家禽与传统禽制品》、《蛋品》、《鲜冻猪肉》、《各式熟肉》、《火腿》、《腌腊肉与香肠》、《牛羊肉及其制品》、《杂畜肉品》和《野味》等九册，由中国财政经济出版社陆续出版。每册的内容以介绍有关商品本身的知识为主，对必须介绍的经营政策方面的知识，从简叙述。肉、

禽、蛋类的生熟制品，种类繁多，风味各殊，限于篇幅，只能选择一部分具有代表性的品种作适当介绍。

由于这套书的内容涉及的范围比较广泛，在搜集资料过程中曾得到科研、农业、供销合作社、饮食业等有关单位的热情支持和帮助。我们谨向这些单位的同志表示感谢。由于水平所限，书中难免有不当之处，恳切希望读者提出宝贵意见。

《火腿》由有关省、市、自治区食品公司提供资料，浙江省食品公司的同志执笔，中国食品公司审定。主要执笔人为胡嘉鑫同志。参加编写的还有吴安孚、吴予涛、项舍能、柴关根、赵晓宁等同志。

一九八二年九月

目 录

一、火腿的由来和发展	(1)
二、火腿的种类和特点	(5)
(一) 火腿的种类	(5)
(二) 几种著名传统产品的特色	(6)
(三) 各类著名地方产品的特点	(14)
三、火腿的加工制作方法	(17)
(一) 各类火腿加工的共同要求	(18)
(二) 金华火腿、如皋火腿的加工制作方法	(22)
(三) 宣威火腿的加工制作方法	(25)
(四) 鹤庆圆腿的加工制作方法	(26)
(五) 冕宁火腿的加工制作方法	(28)
四、火腿的等级标准与质量鉴别	(29)
(一) 著名传统产品的质量标准	(29)
(二) 地方著名产品的规格与质量标准	(32)
(三) 火腿的卫生标准	(33)
(四) 火腿的品质鉴别	(33)
五、火腿的批发与零售	(37)
(一) 批发部的经营	(37)
(二) 火腿分部位的斩切方法	(38)
(三) 整只火腿的包扎方法	(41)
(四) 门市部的经营中要注意的问题	(44)

六、火腿的贮存保管.....	(48)
(一) 仓库内的保管	(48)
(二) 门市部的保管	(51)
(三) 家庭的简易保管方法	(52)
七、火腿的营养价值.....	(54)
(一) 营养成分	(54)
(二) 火腿中含有丰富的氨基酸	(55)
(三) 火腿可作营养补品	(56)
(四) 火腿的药用价值	(57)
八、火腿的食用方法.....	(59)
(一) 食用前需注意的几件事	(59)
(二) 分部位的食用方法	(60)

一、火腿的由来和发展

火腿又名火肘、熏蹄、兰熏、风蹄，历史悠久，是一种名贵的腌腊制品，是我们祖先几百年来贮藏肉类、增添肉食花色品种的实践经验的结晶。火腿肉色红白分明，香气浓郁，味道鲜美，形状美观，营养丰富，可谓色、香、味、形俱佳。它又是我们佐餐、下酒的佳品，过去还作品茗食用。虽是季节性生产，但可长年贮存，四季消费，长途运销，深受国内外消费者的喜爱，是我国传统出口商品之一。

火腿名称的由来，传说有二：一是说因火腿肉色嫣红如火而得名；另一种说法是，早先加工火腿，经腌制、洗、晒后，需用烟熏火烤才能成为成品。

火腿是选用良种猪的腿，经腌制、发酵等工序精心加工而成的熟的猪肉制品，其加工方法是我国劳动人民保存鲜猪肉的一种特殊加工方法。我国农民历来在每年冬季有宰杀年猪的习惯，但是杀一头猪一般要供春节后较长时间食用。他们为了延长贮存期，增加适口性，用晾挂吹风的方法来保存猪肉，但保管期不长。特别是南方，由于春节之后，天气转暖，更难保管，因此逐步摸索出用盐腌制的保管方法。经过不断地改进工艺，逐步发展成为现在的火腿以及咸肉、咸腿等肉制品的加工方法。过去，浙江省有的火腿店内挂有南宋抗金民族英雄宗泽元帅的画像。据民间传说：宗泽是浙江义乌人，

从前线回乡时，常买些猪肉请乡亲们腌制起来，带到行军路上食用。其后腌制、洗、晒方法不断改进，经冬过夏，其质不变，味鲜香浓，色红如火，人们称之为“火腿”。相沿至今，名称未改。因此有宗泽是火腿创始人的说法。浙江东阳、义乌农村很早就流传着“忙时务农闲制腿，勤纺木棉多养猪”的谚语。

火腿究竟在何时由何人发明，传说不一，但始产于八百多年前南宋时代的传说还是比较可信的。最早的火腿主要产于浙江省金华地区所属的浦江、义乌、东阳等地，继而发展到永康、武义、兰溪、金华、汤溪等县。因此金华地区有“火腿之乡”之称。到了清代，在赵学敏《本草纲目拾遗》等医药著作中，均记载着火腿可作补品和作药用，也记载着火腿的加工制作方法。清光绪十三年（公元1888年），火腿开始运销国外。后来又因金华地区地少人多，当地制作火腿的师傅到外地去谋生，就把火腿加工技术传到了其他地方。清咸丰年间（公元1850—1861年），浙江省金华府属兰溪县的商人在江苏省如皋县制火腿成功，以后又有金华火腿商到江苏省如皋、黄桥、靖江一带加工火腿。经过不断改进，产生了适应当地气候、猪种特点的如皋火腿。这种火腿采用金华火腿的加工技术，仅用盐量比金华火腿多一些。由于产品质量好，加工方法和火腿形状又与金华火腿相似，加之江苏省如皋县位于长江以北，浙江省金华地区在长江以南，因此人们把如皋火腿称作“北腿”，把金华火腿称作“南腿”。随着火腿生产的发展，我国各地仿照金华火腿和如皋火腿的加工方法，生产了许多适应当地特点的地方品种。如江西省

安福县采用当地瘦肉较多的猪种加工的安福火腿；四川省达县地区采用金华和如皋的加工方法，制成一种咸味高于金华火腿而低于如皋火腿的达县火腿；湖北省恩施地区由于加工火腿季节的日照短，改用“炕腿”的办法加工成具有熏烤风味的恩施火腿。清宣统年间出版的《成都通览》也记载：四川省的眉山、广汉两县的火腿，都作为大宗土产运销成都。可见四川省也早就有火腿生产了。

我国西南的云、贵、川三省历史上生产火腿数量较多，分别产有宣威火腿、鹤庆圆腿和冕宁火腿等著名品种。这些火腿又独具一格。在加工腌制时，用盐方法是使劲干擦，腌制后不再洗、晒就发酵，而且腿只大，腿形不讲究，食用起来别有风味。

火腿生产，开始于一家一户的自给性生产。农户大多是把经过腌制、洗晒的猪腿悬挂在灶间，靠烧饭的烟气熏烤进行发酵而成。正如清康熙二十年（公元1681年）《东阳县志》所记述：“火腿其实烟熏非火也”。起初，产量极少，除自食外，间以馈赠亲友和在集市出售。随着商品经济的发展，火腿的腌制从自给性生产逐渐发展成为一种手工业作坊的商品性生产，由原来吊挂灶间发酵逐步发展为靠太阳晒腿，挂架发酵。这种作坊大多分散在广大农村、集镇，无正式牌号，生产规模有大有小，少者年产火腿数十只，多者年产数千只，自己加工，自己推销。以后，随着社会消费需要的增长，火腿作坊的生产规模日益扩大，产量日益增多，单靠家庭成员的劳动远不能满足生产发展的需要，于是就开始雇工操作，雇用工人人数至数十人不等，不仅有牌号，有些还有专用图章。

但是，解放前夕，在国民党反动派统治下，火腿行业已奄奄一息。解放后，火腿生产逐步发展，特别是从1956年国营食品公司创办了火腿加工厂（场），生产和经营火腿以来，继承和发展了祖国的民族遗产，集中原有火腿加工的技术力量，总结经验，制订加工操作规程和规格质量标准，使火腿生产的规模不断扩大，产量不断增加，质量不断提高，产地也有所增加。如目前金华火腿的产地已扩展到东阳、永康、义乌、金华、浦江、武义、兰溪、衢州、江山、开化、常山、诸暨、仙居、缙云、遂昌、建德、淳安17个县、市，有火腿加工厂（场）27个。

近几年来，我国在火腿的加工生产上开展了技术革新，机械化生产正在发展。缩短火腿的腌制期和发酵期，改变火腿的季节性生产为常年生产等科学研究工作，正在积极开展，有的项目已取得了初步成果。

二、火腿的种类和特点

(一) 火腿的种类

我国火腿的种类很多，按照大类分，有产于长江以南的南腿，长江以北的北腿，以及云、贵、川地区的云腿三大类。以产地而得名的，主要有产于浙江省的金华火腿、浙江火腿，江西省安福县的安福火腿，江苏省如皋等县的如皋火腿，云南省宣威县的宣威火腿、鹤庆县的鹤庆圆腿，四川省冕宁县的冕宁火腿、达县地区的达县火腿，湖北省恩施地区的恩施火腿，贵州省威宁县的威宁火腿等等。以火腿修割加工成成品后的外形分，有竹叶形的竹叶腿，琵琶形的琵琶腿，圆形的圆腿，方盘形的盘腿。以加工腌制时的季节分，有腌制于初冬的早冬腿，腌制于隆冬季节的正冬腿，腌制于立春以后的早春腿，腌制于春分以后的晚春腿，其中以正冬腿为最佳。以所选原料、所加辅料及腌制加工方法分，有用特殊方法加工的金华火腿称特制金华蒋腿，（解放前称雪 舫 蒋 腿），有用白糖腌制的糖腿，有用甜酱腌制的酱腿，有用晾挂阴干方法加工的风冬腿，有以猪前腿为原料，割去肋骨，修成月圆形的月腿，有以猪前腿修成长方形的风腿，有味淡而香，用以品茗的茶腿。解放前还有选用吹气之后的猪后腿加工而成的气腿，因不卫生，现已不再生产。在历史上还有以野猪后

腿为原料腌制的野猪腿。现将产量较多、质量较好、销售面广、有代表性的火腿品种介绍如下。

(二) 几种著名传统产品的特色

我国火腿按大类分为南腿、北腿、云腿三大类。南腿主要产于浙江省的金华、台州、丽水、绍兴、宁波、杭州等地区的四十多个县，以金华火腿最著名。北腿产于江苏省的如皋、泰兴等县，以如皋火腿最著名。云腿产于云南省的宣威、会泽、曲靖、富沅、沾益、昭通、大关、彝良、巧家、鲁甸和贵州省的威宁、赫章、盘县、水城等县，以宣威县生产的宣威火腿名列前茅。

1. 金华火腿

金华火腿由于最早加工火腿的8个县均属当时的金华府而得名。民间传说宋高宗赵构泥马南渡，建都临安(即杭州)后，宗泽把火腿进呈皇上，高宗曾赐名为“金华火腿”。

金华火腿在国内外享有盛誉，在历史上曾被列为贡品，故有贡腿之称。1915年在巴拿马商品博览会上获得一等优胜金质奖章，1929年在杭州西湖博览会上获商品质量特别奖。1981年又获商业部系统优质产品证书，其中特级金华火腿获得了国家金质奖。

金华火腿的特点是造型美观，刀工整洁，精工细作，肉质细嫩，味淡清香。

肉质细嫩的原因，一是原料选用金华“两头乌”猪，这种猪的优点是肉质细嫩，皮薄脚细（皮厚度为0.2厘米，一般猪

在0.4厘米左右)，后腿特别发达，瘦多肥少，腿心饱满，脚直爪白。根据测定，以这种猪的腿为原料制成的火腿，其组织成分（除小爪）是：皮为6.22%，皮下脂肪为30.25%，瘦肉为48.46%，肉间脂肪为4.4%，骨骼为10.58%。肉质细嫩的第二个原因是，当地农民养猪，善于将饲料精、粗配合，一般饲养6—8个月，猪的重量在120—130市斤左右，从不盲目追求养过大、过肥的猪。这样的猪特别适宜于做火腿原料，因此，在全国各地生产的火腿中，金华火腿最为有名。

金华火腿的外形美观，形似竹叶，修割精细，整齐光洁。在腌制前，先要将鲜腿进行一次认真的修整，修去腿四周和表面不整齐部分。在修整腿面时，都有严格要求，如要使龙眼骨*不露眼，斩平背脊骨**（留一节半左右）不“塌鼻”，不脱白，“开面”要在锯子骨***中间将皮面划半月形，不见红（即不露瘦肉），如图1。

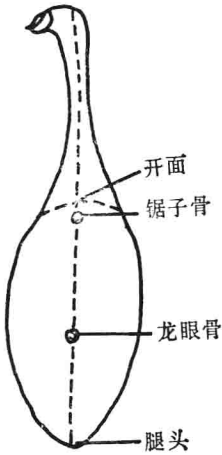


图 1

* 龙眼骨：指股骨与髌骨之间的关节，因腿经修整后关节处成三角形，形似干果桂圆（龙眼），故称龙眼骨。

** 背脊骨：指腰椎骨。

*** 锯子骨：指后腿中的胫骨部位，因形似锯子而得名。

在火腿加工的发酵过程中，还要对腿进行第二次整修。这与火腿外形美观与否关系极大，因为火腿经过腌制、洗晒、发酵，肉质干缩，腿骨外露，必须整修。整修时间从清明节开始至端午节前。整修也有严格的要求，要把龙眼骨修成三角形，不露眼，腿头、腿脚对直，两边均匀，标准为：一直、二等、二比、二查看（图2）。

一直：脚弯处与腿头要对直。

二等：由锯子骨中心至龙眼骨中心的长度和八字骨至肚膛的宽度基本相等。

二比：自锯子骨中心至龙眼骨中心的长度为标准，而由龙眼骨至腿头的长度要短1—2厘米。

二查看：要求式样似竹叶形，从皮面看肉面见不到肉，从肉面看皮面见不到皮。

金华火腿的精工细作，除外形修整美观外，还表现在以下方面：

（1）腌制 采用干腌堆叠法，就是多次把盐撒在腿上，将腿堆叠在“腿床”^{*}上，使盐慢慢渗透，约需30天左右。

（2）洗腿和晒腿 腌30天左右的腿已成熟，需及时进行洗和晒。先将腿在清水中（水缸或水池）浸泡，浸时肉面向下，脚、皮不能露出水面。浸腿时间长短要根据气候情况、腿只大小、盐分多少、水温高低而定。一般要浸泡15—18小

^{*} 腿床：是堆叠火腿用的竹制架子，即把毛竹劈成两爿，削去竹节，然后一仰一俯架在板凳上。腿床要一头高，一头低，以便盐卤流出。床宽约4市尺，高1市尺多，长度视需要或房子面积大小而定。

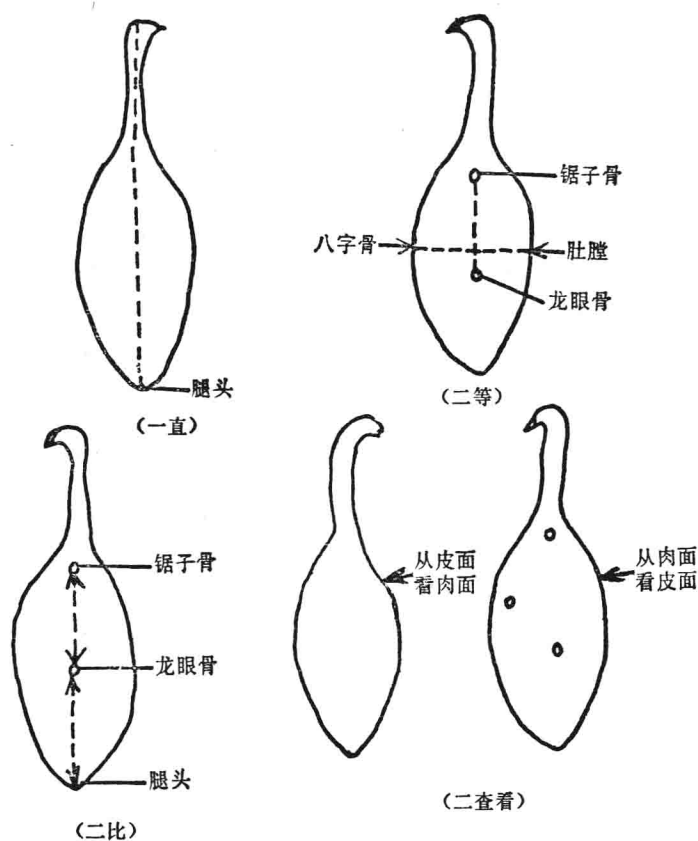


图 2

时。浸泡后进行刷洗。刷净油腻污物，并用刀刮净毛，注意勿伤皮、肉。腿洗好后用架子挂在太阳下晒。晒时要随时整修（即“做腿”），例如揸平蝴蝶肉（近腿头处），捋直腿鼻（从龙眼骨到近腿头部分瘦肉），绞直脚骨，做弯脚爪成40度，爪弯处与腿头成一直线以及捧拢腿心等，使腿形美观。

然后在腿皮面盖上“金华火腿”和“兽医验讫”戳记。晒腿时间长短要根据气候情况决定，一般冬天晒5—6天，春天晒4—5天，以晒至皮紧而红亮并开始出油为度。

总之，火腿加工要经过5—6道工序，60—70道手续，历经8—10个月的时间。在火腿行业中，通常称为“一个月的床头，五、六天的日头，一百二十天的钉头，二‘九’一‘八’的折头。”鲜腿经盐腌后堆叠在“腿床”上，需一个月时间才能成熟。腌腿在清水中洗刷后，在太阳下晒5—6天才能上楼发酵。在楼上挂架发酵时间，从火腿整修阶段算起，要经过120天左右。二“九”一“八”的折头，指的是两次九折，一次八折。即腌后的腿，其重量是鲜腿的九折，晒好的腿又是腌腿的九折，而火腿经发酵成为成品时又是晒过的腿的八折。这样，成品率约占鲜腿的64%稍多一些（实际加工中的成品率只有64%左右）。

金华火腿的味道之所以淡而清香，是因为积累了八百多年的加工经验，逐步改进而形成的。用盐量严格控制在每百市斤鲜腿用盐7—8市斤。过多过少都会影响它的质量和味道。清朝王士雄在《随息居饮食谱》中有“味甚香美，甲于珍馐，养老补虚，洵为极品”的赞句。

金华火腿的品种较多，除大量的普通金华火腿外，还有部分特殊品种。现将市场上常见的经营数量较大的几种金华火腿简要介绍如下：

（1）金华蒋腿 又名上蒋腿，是金华火腿中的珍品，清代曾被列为贡品向皇帝进贡，因此有“贡腿”之称。历史上有“金华火腿出东阳，东阳火腿出上蒋”之说，这主要是