

食品配方精选




JIANGYANPAOCAI  
JIAGONGJISHUYUPEIFANG

# 酱腌泡菜

## 加工技术与配方


于新 编著

 中国纺织出版社

·食品配方精选·

# 酱腌泡菜加工技术与配方

于新 编著

 中国纺织出版社

## 内 容 提 要

本书在介绍了有关酱腌泡菜加工的基础知识、基本理论和基本技术的基础上,详细阐述了酱菜、腌菜、泡菜等约370种制品的原辅料配方、加工工艺流程、操作技术要点、质量标准及加工注意事项。内容全面翔实,结构清晰,阅读方便,易于理解,理论联系实际,具有较好的实用性。

本书可供城乡居民家庭、酱腌泡菜加工企业、个体加工作坊、食品餐饮业等部门从业人员使用,也可供从事农产品加工生产及研究的技术人员参考。

### 图书在版编目(CIP)数据

酱腌泡菜加工技术与配方/于新编著. —北京:中国纺织出版社,2011.1

(食品配方精选)

ISBN 978-7-5064-6947-0

I. ①酱… II. ①于… III. ①酱菜—蔬菜加工②腌菜—蔬菜加工③泡菜—蔬菜加工 IV. ①TS255.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第206227号

---

策划编辑:于伟 责任编辑:阮慧宁 责任校对:梁颖  
责任设计:李歆 责任印制:何艳

---

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: [faxing@c-textilep.com](mailto:faxing@c-textilep.com)

中国纺织出版社印刷厂印刷 三河市永成装订厂装订

各地新华书店经销

2011年1月第1版第1次印刷

开本:880×1230 1/32 印张:11.875

字数:331千字 定价:29.00元

---

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

## 前言

酱腌泡菜是我国的传统食品,它在中国食物史及世界食物史上都有着非常重要的地位。长期以来,酱腌泡菜在满足城乡人民生活需要、补充蔬菜淡季不足方面起着重要作用。随着科学技术的不断发展,人民生活水平的提高、膳食结构的改变,酱腌泡菜在人们生活中的地位也发生了变化,一些高档的名特优传统酱腌泡菜和小包装调味菜,已成为寻常百姓餐桌上不可或缺的点缀、休闲时的小吃、馈赠宾朋的礼物。随着我国国际地位的不断提高,对外贸易的不断发展,我国的名特优酱腌泡菜畅销国外,在世界上享有很高声誉。

酱腌泡菜不但保存了蔬菜等原料中的大部分营养成分,并吸收了调味品、香辛料中的营养成分,含有较多的生理活性物质。如豆类蔬菜含有的木黄酮,蘑菇、大蒜和洋葱等含有的硒,西兰花中的葡萄糖异硫氰酸盐分解出来的萝卜子素,都具有抗癌作用。另外,酱腌泡菜中含有大量的微生物,例如泡菜中含有 3000 多种微生物,其中有些微生物能抑制消化道病菌,使肠内微生物的分布趋于正常化,有助于对食物的消化、吸收。同时,酱腌泡菜含有大量纤维素,具有预防便秘及肠道疾病的作用。

目前,酱腌泡菜加工业在我国蔬菜深加工中是产量较大的行业。然而,全面、系统地介绍酱腌泡菜加工的理论及技术的书籍并不多见。为了弘扬和传承我国酱腌泡菜的传统文 化,在普及的同时不断提高酱腌泡菜的理论水平和加工技术,编者广泛收集了大量有关资料,撰写了《酱腌泡菜加工技术与配方》一书,奉献给广大读者。

本书在介绍了有关酱腌泡菜加工的基础知识、基本理论和基本技术的基础上,详细介绍了酱菜、腌菜、泡菜等约 370 种制品的原辅料配方、加工工艺流程和 操作技术要点、质量标准及注意事项。其内容翔实,语言通俗易懂,实用性强。为了适应不同层次消费者的需要和不

同地区生活习惯的差异,在品种选择上尽量做到多样化,既有地方性名特优酱腌泡菜,又有大众化家常习俗腌菜;既有传统的民间风味小菜,又有符合现代时尚的高档小包装方便菜。在蔬菜种类的选择上,既有北方蔬菜,也有南方蔬菜。因此本书对于酱腌泡菜加工生产企业、酱腌泡菜加工个体专业户和家庭自制佐餐小菜等不同层次的生产者和消费者,在发展酱腌泡菜生产和丰富人民生活内容方面,均具有指导意义和实用参考价值。

本书由仲恺农业工程学院于新编著,参编人员有吴少辉、叶伟娟、葛焕生、刘丽、杨鹏斌、张素梅、孙萍、王少杰、杨敏、黄小丹、冯卫华等。在编写过程中参阅了一些专家学者的有关著作,在此我们谨向其作者表示诚挚的谢意。我们虽以饱满的热情和辛勤的劳动编写此书,但由于我们学识与写作水平有限,以及收集的资料可能不全等因素,难免有疏漏之处,恳请广大读者批评指正。

编 者

2010年7月于广州

## 第一篇 酱腌泡菜加工总论

第一章 绪论	1
第一节 酱腌泡菜的起源及发展简史	1
一、酱腌泡菜的起源	1
二、酱腌泡菜发展简史	1
第二节 我国酱腌泡菜生产现状、存在问题及发展趋势	2
一、我国酱腌泡菜生产现状	2
二、我国酱腌泡菜生产中存在的一些问题及对策	4
三、我国酱腌泡菜业的发展趋势	8
第二章 蔬菜的化学成分与功能性	10
第一节 蔬菜的化学成分	10
一、水分	11
二、碳水化合物	12
三、含氮物质	13
四、油脂	14
五、维生素	14
六、矿物质	16
七、有机酸	17
八、色素	18
九、芳香物质	19
第二节 酱腌泡菜的营养功能性	20
一、酱腌泡菜的营养作用	20

二、酱腌泡菜的保健功能 .....	21
<b>第三章 酱腌泡菜加工的基本原理 .....</b>	<b>24</b>
<b>第一节 酱腌泡菜加工原理 .....</b>	<b>24</b>
一、渗透作用 .....	24
二、发酵作用 .....	26
三、防腐作用 .....	28
<b>第二节 腌制过程中色香味的形成与质地变化 .....</b>	<b>31</b>
一、色泽的形成与变化 .....	31
二、香气与滋味的形成与变化 .....	32
三、蔬菜腌制过程中的失脆与保脆 .....	33
<b>第三节 酱腌泡菜加工过程中亚硝酸盐的生成及预防</b>	
<b>措施 .....</b>	<b>34</b>
一、酱腌泡菜中亚硝酸盐的生成原因 .....	34
二、防止亚硝酸盐和亚硝基胺生成的措施 .....	35
<b>第四章 酱腌泡菜加工的基本工艺 .....</b>	<b>36</b>
<b>第一节 酱腌泡菜加工的原辅材料 .....</b>	<b>36</b>
一、酱腌泡菜加工的原料要求 .....	36
二、酱腌泡菜加工常用辅料 .....	38
<b>第二节 酱腌泡菜加工的器具与设备 .....</b>	<b>40</b>
一、器具 .....	40
二、设备 .....	42
<b>第三节 酱菜的加工工艺 .....</b>	<b>45</b>
一、工艺流程 .....	45
二、操作要点 .....	45
<b>第四节 腌菜的加工工艺 .....</b>	<b>49</b>
一、工艺流程 .....	49
二、操作要点 .....	49
<b>第五节 泡菜、酸菜的加工工艺 .....</b>	<b>52</b>

一、工艺流程 .....	52
二、操作要点 .....	52
<b>第五章 酱腌泡菜的贮藏 .....</b>	<b>58</b>
<b>第一节 酱腌泡菜败坏的原因 .....</b>	<b>58</b>
一、微生物败坏 .....	58
二、物理性败坏 .....	60
三、化学性败坏 .....	61
<b>第二节 酱腌泡菜贮藏的原理 .....</b>	<b>61</b>
一、利用渗透压贮藏 .....	61
二、利用食盐贮藏 .....	61
三、利用酸贮藏 .....	62
四、利用微生物贮藏 .....	63
五、利用植物抗生素贮藏 .....	63
六、真空包装灭菌贮藏 .....	64
七、低温贮藏 .....	64
八、加入防腐剂 .....	64
<b>第三节 酱腌泡菜贮藏方法 .....</b>	<b>65</b>
一、罐贮藏 .....	65
二、袋装贮藏 .....	65
三、散装贮藏 .....	66
<b>第六章 酱腌泡菜的卫生管理 .....</b>	<b>67</b>
<b>第一节 酱腌泡菜制品的污染来源 .....</b>	<b>67</b>
一、微生物的污染 .....	67
二、有毒、有害物质的污染 .....	67
<b>第二节 酱腌泡菜生产的卫生管理 .....</b>	<b>68</b>
一、厂房的卫生要求 .....	68
二、原辅料的卫生要求 .....	69
三、严格控制食品添加剂的用量 .....	69



四、生产工艺的改进 .....	70
五、生产工人的卫生管理 .....	70
第三节 酱腌泡菜的安全性分析 .....	70

## 第二篇 传统酱腌泡菜加工实例

第一章 酱菜加工实例 .....	73
1. 酱白菜 .....	73
2. 酱油白菜丝 .....	73
3. 北京酱白菜 .....	74
4. 酱圆白菜 .....	75
5. 四川甜酸辣白菜 .....	75
6. 北京甜酱黑菜 .....	76
7. 哈尔滨辣菜 .....	77
8. 亳州酱胡芹 .....	77
9. 什锦菜 .....	78
10. 甜酱八宝菜 .....	79
11. 北京甜酱八宝菜 .....	79
12. 北京什香菜 .....	81
13. 浙江五香甘蓝菜 .....	82
14. 浙江紫香芥 .....	82
15. 浙江龙须菜 .....	83
16. 酱什锦 .....	84
17. 北京甜酱银苗 .....	84
18. 扬州宝塔菜 .....	85
19. 扬州香菜心 .....	86
20. 扬州什锦菜 .....	87
21. 镇江辣油香莴苣 .....	88
22. 云南大头菜 .....	89
23. 毕节大头菜 .....	90
24. 红辣大头菜 .....	91

25. 三柳丝 .....	91
26. 上海大头菜 .....	92
27. 四川酱大头菜 .....	93
28. 扬州玫瑰大头菜 .....	93
29. 酱苕蓝 .....	94
30. 上海桂花大头菜 .....	94
31. 龙须大头菜 .....	95
32. 宁波塔形大头菜 .....	96
33. 上海酱大头菜 .....	96
34. 玫瑰大头菜 .....	97
35. 酱大头菜 .....	98
36. 酱萝卜 .....	98
37. 酱萝卜块 .....	99
38. 六味萝卜 .....	100
39. 酱萝卜条 .....	100
40. 酱长白萝卜 .....	101
41. 桂圆萝卜头 .....	101
42. 桂花芝麻辣萝卜 .....	102
43. 苏州萝卜 .....	103
44. 扬州萝卜头 .....	103
45. 浙江兰花萝卜 .....	104
46. 五香糟油萝卜 .....	105
47. 佛手酱萝卜 .....	105
48. 浙江人参萝卜 .....	106
49. 北京小酱萝卜 .....	106
50. 杞县酱胡萝卜 .....	108
51. 萝卜黄瓜香丝丁 .....	109
52. 酱乳黄瓜 .....	109
53. 北方酱黄瓜 .....	110
54. 甜酱瓜 .....	111

55. 酱辣黄瓜	112
56. 甜酱黄瓜	112
57. 北京酱黄瓜	113
58. 上海乳瓜	114
59. 丹东甜辣黄瓜	115
60. 苏州蜜汁乳黄瓜	115
61. 乳黄瓜	116
62. 酱菜瓜(不分瓣)	117
63. 酱西葫芦	118
64. 上海甜包瓜	119
65. 南通甜包瓜	120
66. 扬州酱瓜	121
67. 扬州乳黄瓜	122
68. 扬州甜酱瓜	123
69. 酱南瓜	124
70. 五香冬瓜	125
71. 甜酱冬瓜	126
72. 酱杏仁香瓜	127
73. 酱白兰瓜	127
74. 沈阳酱瓜	128
75. 北京酱瓜	129
76. 酱香瓜	130
77. 酱糖瓜	131
78. 北京甜酱冬瓜	131
79. 北京八宝瓜	132
80. 临晋玉瓜	133
81. 福州越瓜	134
82. 酱柿椒	135
83. 酱包椒	136
84. 龙游小辣椒	137

85. 五香油辣椒·····	137
86. 豆豉辣椒蒜片·····	138
87. 五香辣椒块·····	139
88. 酱辣椒·····	139
89. 酱竹笋·····	140
90. 酱青笋·····	141
91. 五香乌笋(浙江)·····	142
92. 酱莴笋·····	142
93. 酱高笋·····	143
94. 酱连皮莴笋·····	143
95. 潼关酱笋·····	144
96. 西安油泼笋丝·····	145
97. 酱子姜·····	145
98. 酱生姜·····	146
99. 酱佛手姜·····	147
100. 浙江行姜·····	147
101. 湖南子油姜·····	148
102. 湖南干草姜·····	148
103. 浙江酱地姜·····	149
104. 北京甜酱姜芽·····	150
105. 扬州嫩生姜·····	150
106. 酱洋姜·····	151
107. 酱刀豆·····	151
108. 酱四季豆·····	152
109. 酱豆角·····	152
110. 酱豇豆·····	153
111. 酱嫩茄子·····	153
112. 芥末茄子·····	154
113. 酱番茄·····	154
114. 酱磨茄·····	155

115. 济宁酱磨茄 .....	156
116. 酱藕片 .....	156
117. 水晶藕 .....	157
118. 甜酱藕片 .....	157
119. 酱蒜薹 .....	158
120. 蒜蓉酱 .....	158
121. 酱醋蒜 .....	159
122. 北京甜酱甘露 .....	159
123. 北京甜酱桃仁 .....	160
124. 济宁酱杏仁 .....	161
125. 济宁酱花生米 .....	161

## 第二章 腌菜加工实例 .....

1. 盐腌咸白菜 .....	163
2. 腌上海青白菜 .....	163
3. 干制咸青菜 .....	164
4. 蒜泥酸白菜 .....	165
5. 什锦莲花白 .....	165
6. 咸辣圆白菜 .....	166
7. 多味白菜梗 .....	166
8. 腌青菜 .....	167
9. 京冬菜 .....	167
10. 北京蒜泥白菜 .....	168
11. 腌制白菜(杭州简易京冬菜) .....	169
12. 醋渍大白菜(山西) .....	170
13. 双江韭菜花 .....	170
14. 龙须菜 .....	171
15. 咸香椿芽 .....	171
16. 锦州什锦小菜 .....	172
17. 朝鲜辣菜 .....	174

- |                    |     |
|--------------------|-----|
| 18. 长沙排菜·····      | 174 |
| 19. 西安贝贡菜·····     | 175 |
| 20. 安顺百花串酱菜·····   | 176 |
| 21. 哈尔滨辣菜·····     | 178 |
| 22. 盐渍山蕨菜·····     | 178 |
| 23. 干态盐渍霉干菜·····   | 179 |
| 24. 绍兴霉干菜·····     | 181 |
| 25. 惠阳梅干菜(广东)····· | 181 |
| 26. 福建芥菜干·····     | 182 |
| 27. 腌芹菜·····       | 183 |
| 28. 腌山芹菜·····      | 183 |
| 29. 腌香椿·····       | 184 |
| 30. 腌香菜·····       | 185 |
| 31. 辣芥丝·····       | 186 |
| 32. 腌芥菜·····       | 186 |
| 33. 腌雪里蕻·····      | 187 |
| 34. 醪糟渍芥菜·····     | 188 |
| 35. 榨菜·····        | 189 |
| 36. 四川榨菜·····      | 190 |
| 37. 糖醋榨菜·····      | 191 |
| 38. 腌芥菜头·····      | 192 |
| 39. 五香大头菜·····     | 192 |
| 40. 盐水头芥·····      | 193 |
| 41. 南浔香大头菜·····    | 194 |
| 42. 开封五香大头菜·····   | 195 |
| 43. 糖醋萝卜·····      | 197 |
| 44. 米糠萝卜·····      | 197 |
| 45. 榨菜萝卜·····      | 198 |
| 46. 辣油萝卜丝·····     | 199 |
| 47. 半干态腌渍萝卜干·····  | 199 |

48. 什锦萝卜丁·····	200
49. 香油萝卜·····	201
50. 五香萝卜干·····	201
51. 辣萝卜丝·····	202
52. 怪味萝卜丝·····	202
53. 辣味萝卜干·····	203
54. 五香萝卜条·····	203
55. 辣萝卜丁·····	204
56. 猪头萝卜丝·····	204
57. 萝卜三鲜菜·····	205
58. 五香萝卜丁·····	205
59. 多味小菜·····	206
60. 陈年萝卜·····	206
61. 糟萝卜·····	207
62. 蒜香萝卜干·····	207
63. 咖啡萝卜条·····	208
64. 美味萝卜干·····	208
65. 酸辣萝卜皮·····	209
66. 广东五香萝卜干·····	209
67. 萧山萝卜干·····	210
68. 腌嫩萝卜·····	211
69. 腌胡萝卜·····	211
70. 菠萝胡萝卜·····	212
71. 岳阳兰花萝卜·····	212
72. 糖醋瓜婴(广东)·····	213
73. 糟渍黄瓜·····	215
74. 咸黄瓜·····	216
75. 盐水菜瓜·····	217
76. 咸菜瓜片·····	218
77. 酸黄瓜·····	218

78. 甜小黄瓜	219
79. 糖醋黄瓜	219
80. 虾油小黄瓜(锦州)	220
81. 糖冰姜(安徽铜陵)	221
82. 盐姜(湖南衡阳)	222
83. 冰姜(湖南衡阳)	222
84. 糖酥姜(广东)	223
85. 桂花生姜(安徽)	224
86. 甜姜片	224
87. 白糖姜片(广东)	225
88. 湘潭紫油姜	226
89. 辣椒糊	227
90. 辣椒酱	228
91. 辣椒块	229
92. 咸青椒(吉林)	230
93. 剁辣椒	230
94. 盐水红磨椒	231
95. 腌青辣椒	232
96. 腌红辣椒	232
97. 虾油辣椒(山东)	233
98. 辣四味	233
99. 白糖蒜(北京)	234
100. 蜂蜜蒜米(天津)	235
101. 咸蒜薹	236
102. 咸大蒜头	236
103. 糖醋蒜头(湖北)	237
104. 蜂蜜蒜肉(天津)	238
105. 腌豇豆	239
106. 腌豆角	240
107. 腌辣豇豆	241



108. 虾油豇豆(沈阳) .....	241
109. 辣黄豆 .....	242
110. 辣豆子 .....	243
111. 腌茄子 .....	243
112. 腌茄包(北京) .....	244
113. 速腌茄子 .....	244
114. 腌蒜茄子 .....	245
115. 多味茄子 .....	245
116. 腌番茄 .....	246
117. 酸蕪头 .....	247
118. 甜酸蕪头(武汉) .....	248
119. 蕪头脯 .....	249
120. 盐蕪头(湖南) .....	250
121. 醋蕪头(广东) .....	250
122. 盐水竹笋 .....	251
123. 酸竹笋(广东) .....	252
124. 咸竹笋(福建) .....	254
125. 咸莴笋 .....	255

### 第三章 泡菜、酸菜加工实例 .....

1. 四川什锦泡菜 .....	256
2. 什锦洋泡菜 .....	257
3. 中式什锦泡菜 .....	257
4. 太原泡菜 .....	258
5. 豫泡菜 .....	259
6. 广东酸笋 .....	259
7. 泡春笋 .....	260
8. 泡莴笋 .....	261
9. 泡冬笋 .....	263
10. 泡高笋 .....	263