

# 工農生產知識便覽

## 食用動物之知識

真如龍園農場 技師

徐琨 王淑蕙 編著

中華書局出版



## 本書內容提要

食用動物種類甚多。本書將各種食用動物分爲家畜及野獸，家禽及野禽，魚類及其他脊椎動物，甲壳類、貝類及其他水產動物，昆蟲等類，最後記述各種食用的卵類、乳類等。各種食用動物的營養成分不同，所以特將重要種類的營養成分，列表以資參考。本書可供農村技術人員、農民及一般民衆、學生等閱讀用。

# 食用動物的知識

## 目錄

|   |           |    |
|---|-----------|----|
| 一 | 總論        | 三  |
| 二 | 家畜和野獸     | 四  |
| 三 | 家禽與野鳥     | 二〇 |
| 四 | 魚類        | 二八 |
| 五 | 其他脊椎動物    | 五〇 |
| 六 | 甲殼類       | 五一 |
| 七 | 貝類及其他水產動物 | 五八 |
| 八 | 昆蟲類       | 七六 |

九

卵類

七八

十

乳類

八六

# 食用動物的知識

眞如龍園 徐現 編著  
農場技師 王淑蕙

## 一 總論

動物的肉、皮、血、乳、卵等可供食用的，都屬於食用動物。有些動物的骨、內臟等，也可供食用。這些動物性的食品，所含的成分，主要是蛋白質，其次是脂肪；在維他命方面，甲種的維他命（維他命A）含得多些，其次是丁種（維他命D）。蛋白質在我們的營養素中比較最貴重，甲種維他命在維他命中也很重要，所以動物性食品，對於我們的營養極有價值。現在地球上的食用動物種類很多，有些我們經常去飼養，以供日常的食用。這些動物在獸類就是家畜，在鳥類就是家禽，此外又有人工飼養的水產動物，例如：魚類、貝類等等。研究食用動物飼養的學科，在農業科學中有畜牧學，這科目包括家畜和家禽兩類的飼養法。水產動物的飼養，就是水產學。

除了飼養的動物外，有許多野獸、野鳥、魚、貝等類都可供食用。野獸和野鳥要去狩獵纔能得到，普通叫做野味。在現代的人類社會，雖然有些民族還常從事狩獵，

主要吃野味，可是多數的民族是飼養家畜，已不常吃野味了。至於魚類和貝類以及蝦蟹等類，雖是有些也可飼養，不過多數是捕捉野生的種類，所以在水產學方面，主要是講究怎樣去捕捉，就是漁撈的方法，對於養殖却屬於次要。

食用動物除可供食用外，像皮毛、鱗甲、介壳等，又可供工業或醫藥用。本書以食用為主，所以對於食用以外的用途不多講了。

## 二 家畜和野獸

凡是人工飼養的獸類，都叫做家畜。多數家畜的來源雖已很古，但是最初原是野獸，後來因為人類要把牠供食用，用相當的方法去飼養，就變成家畜了。例如：豬是把野豬馴養而成的，綿羊、山羊、牛等都是把野生的羊和牛馴養而成的。又如非洲的一種小河馬，美國人因為牠的肉好吃，特地把牠飼養，使牠變成家畜。這樣看來，家畜和野獸原來沒有大界限，主要是出於人爲的。現在把家畜和野獸，可供食用的種類，列述如下：

### (1) 家畜

豬 一名豚、彘，屬於哺乳動物中的有蹄類。有蹄類有反芻和不反芻兩種，豬是不反芻的。豬的原種，是野豬，給人馴養後，就變成家畜的豬了。豬的種類不一，身體的大小和毛色，也依了種類而不同。我國的豬有大種的和小種的兩種：小種的豬，皮薄肉嫩，多產在蘇南各地；大種產在蘇北和浙西以及其他各省，體大、皮厚、肉較老。豬毛的顏色有黑、白（湖南豬）及白色中帶有黑斑（金華豬）等種類。外國有名的豬，有英國的巴克、育克等，體形比我國的豬高大，發育得很快。巴克豬是英國巴克地方的原產，體色黑，額、四肢和尾端是白色。育克是英國育克地方育成的新種。這種豬毛白色，皮膚也是白色。育克成熟早，肉質上等，所以世界上飼養的很多。我國近年有些農場也飼養牠。

豬是我國食用動物中最普通的一種，所以養豬的地方也很多，幾乎每一個農家都飼養牠，大家都把養豬作為副業，其實農家養豬的目的，主要還是在取牠的廐肥作為肥田用。

我國人民都喜歡吃豬肉，尤其是長江以南的各省人民。講到豬的飼養，因為牠身體強健，耐粗食，所以很容易管理，同時牠長得很快，不消幾個月已長得很大，在經

濟上也比較合算。不過飼養太隨便，豬也會害病的，我們常聽到豬瘟，這就是因飼養不留意以致發生疫病。豬的主要疫病有豬霍亂、炭疽病、腸胃炎、豬疫、肺結核病、腸結核病等等。

豬的肉比較柔軟，脂肪較多（佔肉量的二四%至五〇%），味很鮮美，還有一種香氣。我國蘇南所產的豬，細皮白肉，味尤香美可口。豬的內臟如腰子、胃腸、心、肺、肝等都可以做菜吃，此外如腦、脊髓也是一種美品。豬肉除了吃新鮮的以外，又可醃做鹹肉和火腿，尤其是浙江的金華、東陽等處所製成的火腿，品質極好，俗稱南腿，聞名全球；蘇北所產的火腿叫做北腿，品質不及南腿好。鹹肉的產地主要是蘇北和山東，在解放後，蘇北每年可產四萬隻，山東二萬隻。牠的主要銷路是上海，要佔全部產量的百分之七十。火腿在解放後，浙東的產量有十三萬隻，蘇北產六萬隻，牠的主要銷場是華東區，約佔百分之五十，國外僅佔百分之十。在戰前國內約佔百分之三十。

此外還有加香肉和風肉。加香肉俗稱家鄉肉，是把香料加入醃製而成。在未發明火腿製法之前，是先製成加香肉。當做加香肉的時候，經過洗晒，留下後腿，再經醃

製，就做成火腿。其餘的部份都做成加香肉或風肉。我國加香肉的產量，在解放後浙東每年產四萬斤（抗戰前可產十五萬斤），蘇北每年產一百萬斤。風肉，浙東產七萬斤（戰前同），蘇北產一萬七千斤。豬的精肉加入各種調味料入鍋燒炒，可炒成很鬆的肉鬆，滋味好而養料豐富，也是一種很好的食品，產肉鬆出名的地方有江蘇、福建、四川、皖北等處。

豬除肉和內臟、血液等供食用外，小腸刮去肌肉、油脂和雜質後，留下一層薄膜，叫做腸衣，品質強韌，可以做香腸用，每年大量出口，在我國以四川、江蘇、河北的產量最多。這種小腸衣也可做外科手術縫創口用的腸綫。豬血可以做塗料和染料，又可以染魚網。豬皮可以做各種皮革品，質地比羊皮堅韌。豬油可做食用油，又可做工業原料。豬鬃可以做刷子、毛針、衣襯等，也是我國主要的出口品（佔第二位）。豬鬃就是生在豬脊背上的鬃毛，長兩寸至六寸，我國的豬鬃品質比世界任何豬鬃都好，所以供應世界總需要量在百分之七十五以上。

豬的糞尿是我國重要的肥料，每一隻壯豬每年排出的糞尿，可以做兩畝田地的肥料。

豬肉營養價值表（單位公分，下仿此）

（一）五花肉

|     |        |            |        |    |        |
|-----|--------|------------|--------|----|--------|
| 可食部 | 八一     | 蛋白質        | 一二・一八  | 脂肪 | 五四・一五  |
| 醣類  | 一二六    | 熱力單位（一百公分） | 五五九（卡） |    |        |
| 鈣   | 〇・〇一三  | 磷          | 〇・〇九   | 鐵  | 〇・〇〇一一 |
| 維他命 | 甲二五微公分 | 乙三五微公分     | 丙+     | 庚+ |        |

（二）精肉

|     |       |            |        |         |        |
|-----|-------|------------|--------|---------|--------|
| 可食部 | 一〇〇   | 蛋白質        | 一六・六五  | 脂肪      | 二八・八〇  |
| 醣類  | 一・〇五  | 熱力單位（一百公分） | 三四〇（卡） |         |        |
| 鈣   | 〇・〇一一 | 磷          | 〇・一七七  | 鐵       | 〇・〇〇二四 |
| 維他命 | 甲+    | 乙二二七微公分    | 丙。     | 丁四五二微公分 |        |

豬的內臟營養價值表

（一）豬肝

|     |      |            |        |    |      |
|-----|------|------------|--------|----|------|
| 可食部 | 一〇〇  | 蛋白質        | 二〇・六三  | 脂肪 | 四・二七 |
| 醣類  | 二・一四 | 熱力單位（一百公分） | 一三三（卡） |    |      |

鈣 〇・〇〇六 磷 〇・二八三 鐵 〇・〇〇六三

維他命 甲 一〇一〇五—三六七〇〇微公分 乙 六五微公分 丙 四六三微公分 庚 四〇〇〇微公分

### (一) 豬腰子

可食部 一〇〇 蛋白質 一五・七三 脂肪 三・八八

鹽類 一・一七 熱力單位(一百公分) 一〇五(卡)

鈣 〇・〇一〇 磷 〇・二二九 鐵 〇・〇〇七一

維他命 甲 一二六〇微公分 乙 三二三微公分 丙 二八一二八〇微公分

### (二) 豬心

可食部 一〇〇 蛋白質 一五・一二 脂肪 六・四七

鹽類 一・一一 熱力單位(每百公分) 一二七(卡)

鈣 〇・〇四五 磷 〇・一〇二 鐵 〇・〇〇〇五

維他命 甲++ 乙 一二七微公分 丙+

### (四) 豬腦

可食部 一〇〇 蛋白質 一一・七〇 脂肪 一〇・三〇

熱力單位(一百公分) 一四四(卡)

鈣

〇・〇〇七

磷

〇・一二六

鐵

〇・〇〇一七

維他命

甲+

乙+++

(五) 豬血

可食部

一〇〇

蛋白質

四・三〇

脂肪

〇・〇二

醣類

〇・六

熱力單位(一百公分)一九(卡)

鈣

〇・〇六九

磷

〇・〇〇二

鐵

〇・〇一五

維他命

甲二一〇微公分

乙。

庚+

(六) 豬肺

可食部

一〇〇

蛋白質

一一・九〇

脂肪

二・一八

醣類

〇・七九

熱力單位(一百公分)六四(卡)

(七) 豬舌

可食部

七〇

蛋白質

一五・四二

脂肪

一一・八〇

醣類

一・三六

熱力單位(一百公分)一八〇(卡)

鈣

〇・〇二〇

磷

〇・一一八

鐵

〇・〇〇二四

維他命 甲+ 乙+ 丙。 庚+

# (八) 豬油

腹油 背油

可食部 一〇〇 一〇〇

蛋白質 五・二〇 三・六〇

脂肪 八一・九〇 八九・九〇

熱力單位(一百公分)七八三(卡) 八五(卡)

## 火腿的營養價值表

蛋白質 一六・四一 脂肪 五一・四二

熱力單位(一百公分)五四五(卡)

鈣 〇〇・八八 鐵 〇・〇〇三

維他命乙++

## 風肉和加香肉的營養價值表

蛋白質 一四・三八 脂肪 二一・八 醣類 三・三七

熱力單位(一百公分)二七五(卡)

鈣

0.031

鐵

0.00131

維他命

乙—

# 肉鬆的營養價值表

蛋白質

一七·一一

脂肪

一二·四〇

醣類

七·一五

熱力單位(一百公分)三六六(卡)

鈣

〇·〇七四

磷

〇·五四二

鐵

〇·〇一六八

牛 牛屬於有蹄類的反芻類。肉用的牛，有肥嫩的肉可供食用，歐美各國的人民

最喜歡吃牛肉，所以食用的家畜中，主要是吃牛肉。我國北部以及東北、西北等處的人民，也喜歡吃牛肉。世界著名的肉用種是英國的短角牛，這種牛四肢短而骨細，身體肥滿。我國食用的牛，普通就是供勞役的牛。農家所飼養的，有黃牛和水牛兩種：黃牛的肉，纖維細而軟，品質良好，容易煮爛。水牛的肉，顏色較深，纖維粗硬，不易煮爛。

牛肉最好的部份在背部，最適於烤食，所以稱為烤肉(Roast)，也可音譯為羅斯。其次是臀部和腿部的肉，腿肉俗稱腓利，是法文的腿部(Filet)譯音，這個部份

要從腰部起到腿的上部爲止。最不好的肉是小腿下部，即俗稱腳部、腹部和頭部的下面等處的肉。小牛肉水分和結締組織較多，養分不及大牛肉豐富。

牛肉中的脂肪含量比豬肉少，應該比豬肉容易消化。可是因爲同體積的兩種肉，牛肉的蛋白質含得多，所以牛肉好像比豬肉難於消化。

牛的内臟，如牛肝、牛胃、牛心、牛腰子等都可以吃。牛血也可供食用，或做補血藥和製血清等。其中如牛肝、牛胆和內分泌腺，像腎上腺、胸腺、胰腺、甲狀腺、腦垂體等都可製成藥劑。牛的腸也可做腸衣，供給製香腸用，但不及豬腸衣良好。

牛油，可供食用或製肥皂及其他工業用。牛的骨髓富含養分，也可以供食用。此外如牛的骨和角締結等，都是工藝品原料。牛糞尿也是農家肥料，乾的牛糞還可以做燃料。

### 牛肉的營養價值表

#### (一)肥瘦牛肉

|     |        |    |       |                 |         |
|-----|--------|----|-------|-----------------|---------|
| 可食部 | 100    | 水分 | 五七・〇三 | 蛋白質             | 一七・七〇   |
| 脂肪  | 110・三三 | 糖類 | 四・〇六  | 熱力單位(一百公分三七八(卡) | 灰燼 〇・八八 |

|     |       |    |       |     |        |    |       |
|-----|-------|----|-------|-----|--------|----|-------|
| 鈣   | 〇・〇〇五 | 磷  | 〇・一七九 | 鐵   | 〇・〇〇二一 | 鉀  | 〇・三七八 |
| 維他命 | 甲+    | 乙+ | 丙。—+  | 丁++ | 戊+     | 庚+ |       |

## (一)肥牛肉

|     |        |    |       |                  |       |      |       |
|-----|--------|----|-------|------------------|-------|------|-------|
| 可食部 | 一〇〇    | 水分 | 四三・三〇 | 蛋白質              | 一五・一四 |      |       |
| 脂肪  | 三四・五〇  | 醣類 | 六・三八  | 熱力單位(一百公分)四〇九(卡) | 灰燼    | 〇・六八 |       |
| 鈣   | 〇・〇〇七  | 磷  | 〇・一二四 | 鐵                | 〇・〇〇一 | 鉀    | 〇・二六七 |
| 維他命 | 甲++ 乙。 | 丁+ | 戊++   |                  |       |      |       |

## (二)瘦牛肉

|     |       |    |       |                  |        |      |       |
|-----|-------|----|-------|------------------|--------|------|-------|
| 可食部 | 一〇〇   | 水分 | 七〇・七五 | 蛋白質              | 二〇・二六  |      |       |
| 脂肪  | 六・一七  | 醣類 | 一・七三  | 熱力單位(一百公分)一四八(卡) | 灰燼     | 一・〇九 |       |
| 鈣   | 〇・〇〇六 | 磷  | 〇・二三三 | 鐵                | 〇・〇〇三二 | 鉀    | 〇・四八九 |
| 維他命 | 甲++   | 乙+ | 丙。—+  | 戊+               | 庚+     |      |       |

## 牛肝的營養價值表

|     |      |    |       |                  |       |      |
|-----|------|----|-------|------------------|-------|------|
| 可食部 | 一〇〇  | 水  | 六八・七七 | 蛋白質              | 一八・九二 |      |
| 脂肪  | 二・六四 | 醣類 | 八・八〇  | 熱力單位(一百公分)一九三(卡) | 灰燼    | 〇・八七 |

|     |       |     |       |     |       |   |       |
|-----|-------|-----|-------|-----|-------|---|-------|
| 鈣   | ○・○○五 | 磷   | ○・一四八 | 鐵   | ○・〇六二 | 鉀 | ○・二二三 |
| 維他命 | 甲+++  | 乙++ | 丙+    | 戊++ | 庚++   |   |       |

羊 羊是有蹄類的反芻類，有綿羊和山羊兩種，肉都可吃，不過肉用種尤其適於食用。我國北方和西北各省，綿羊養的很多。華東區雖也飼養綿羊，可是沿海各地養的多數是山羊。

羊的肉很細嫩，味很鮮美，但是有些羶氣。華北和西北等區的人民最喜歡吃羊肉，好似南方人吃豬肉一樣。羊肉非但味美，並且養料豐富而容易消化，凡是不很用體力的人和病人最宜吃羊肉。綿羊肉比山羊肉的養分更豐富，滋味也要好些。

羊的內臟如胃、肝、腸、腰子等都可以吃。脂肪可以供工業用。小腸可以做腸衣，價值比豬腸衣貴的多，綿羊腸衣又比山羊腸衣貴。因為牠的腸衣不但可以做香腸，而且還可以製羊腸綫。羊腸綫的用途很廣，可以做網球拍、彈棉花弓、琴的弦綫、釣魚綫和醫藥上解剖用的縫綫等。我國羊腸衣的主要產地是西北，尤其是新疆，其他如甘肅、青海、寧夏、綏遠和東北各省也產的很多。

### 羊肉的營養價值表