

梅子加工系列①

(續上期)

# 可開胃，可解渴 梅子蜜餞

食品工業發展研究所／趙傳銘

梅子在製成蜜餞之成品上雖有10數種之多，但就整個加工過程及方法卻是大同小異，一般而言均先將青梅以塩漬方式進行貯存，待加工時再將塩漬的梅子取出或經脫水或經過漂水（漂去部分塩份）處理，然後再添加砂糖或陳皮、甘草或其他中藥材或副料等進行調味及醃漬，之後再依成品需要進行再加工，包裝而成製品。

茲將經濟部所修訂之蜜餞名稱（音譯之英文名稱從略）及其乾濕狀態，製法概要並例如下表供讀者參考：

類	名稱	狀態	製法概要說明	用糖	用鹽
梅類 (Prunee)	乾甜梅	乾品	生梅經鹽漬漂水加糖及副料製成。	55	50
	陳皮梅	半乾品	生梅經鹽漬漂水加糖及陳皮製成。	55	35
	草鹹梅	半乾品	生梅經鹽漬漂水加糖及甘草皮製成。	38	35
	話梅	乾品	生梅經鹽漬脫水加少量糖及副料製成。	—	35
	乾梅	乾品	生梅經鹽漬脫水後曬乾(不用糖)	—	35
	梅胚	半乾品	生梅經鹽漬漂水曬半乾之半製品(不用糖)	—	30
	甜青梅	濕品	生梅經鹽漬漂水後加糖製成。	55	35
	鹽水梅	濕品	生梅經用鹽醃製之半成品(不用糖)	—	25
	梅香餅	半乾品	生梅經鹽漬漂水後加糖及副料壓成餅	55	35
	金錢梅	半乾品	製法與草鹹梅大同小異	55	35
	蘇梅	半乾品	製法與草鹹梅大同小異	55	35
	干蘇梅	半乾品	製法與草鹹梅大同小異	55	35
	衛生梅	半乾品	製法與草鹹梅大同小異	55	35
雪花梅	半乾品	製法與草鹹梅大同小異	55	35	
咸霜梅	乾品	製法與乾梅大同小異	—	35	

## 家庭式自製梅子蜜餞方法

記得從前小時候，母親都會趁著梅子正逢盛產季節的時候，買一大袋的青梅回來，然後全家大大小小集體動員一起做著梅子蜜餞；然而，梅子蜜餞並非三兩天便可完成，所以剛開始的時候我們這群小孩子每天便吵著要吃梅子蜜餞（又叫塩酸甜）時，總會捱母親的教訓，直到大夥都已將這檔事淡忘之時，梅子蜜餞才做好，母親便會在午餐的便當盒中加一顆梅子蜜餞做為開胃的良方；天氣炎熱的時候，母親便將醃漬的梅子汁倒出一些，加入開水調至恰好的濃度，再混入碎冰塊，弄成一杯杯沁涼的消暑飲料給我們喝。如今非但新鮮梅子的獲得不易，同時孩子們也都已長大成人，母親的體力也不再如同往昔；而新一輩的媽媽們畢竟時間有限，或者對其製法不熟，故今日除了在鄉村中或許可覓得自製的梅子蜜餞，一般人倒反而比較不易嚐到這種有家鄉口味的梅子“塩酸甜”。

今將其製備方式簡述於後，希望能提供給您做為參考之用：

### 1. 原料配合比例：

- (1) 新鮮梅子：10公斤
- (2) 砂糖：10公斤
- (3) 食鹽：半斤
- (4) 冷開水：一大鍋

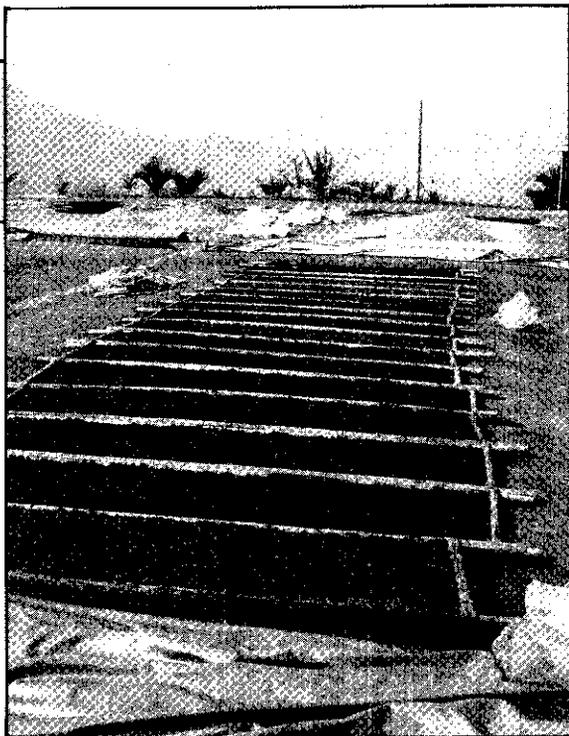
### 2. 製造方法：

自市場購回梅子之後，首先將其按照成熟度及大小的分別盛裝起來，並選除受傷果、虫蝕果、破損果及過熟果等。因不同成熟度做出來的蜜餞在食感及風味上均有差異，故須將成熟度以7~8分熟為界限，熟度不足者為一組，超過此熟度者為一組，然後再將每一組依其大

小分為大、中、小三小組或大、小兩組；須注意的是成熟度愈高的梅子做出來的蜜餞組織較爛，其成品通常謂之“爛梅”，但過熟者在醃漬期間因容易遭受糖液的滲透壓形成過度扁平而影響到製成率、口感，同時在製造過程中梅子果實容易破裂，是以梅子成熟度盡量控制以不超過9分熟者為要。

預先準備一大鍋的水煮開後令其自然冷卻，待梅子選別好之後，再分別將梅子置入於冷開水中清洗，在此切忌水溫過高，因清洗時的水溫一旦過高，則對於梅子的組織有軟化的趨向；另，若以生水清洗者必須將清洗好的梅子予以日晒或通風至表面的水分完全蒸發為止方可進行加工，否則在醃漬過程中容易引起微生物生長繁殖、或者發酵產生酒味、或者造成腐敗而使得整批梅子前功盡棄。清洗完成之梅子便可加入3~5%之食鹽量，然後加以振動滾

梅子蜜餞可作“便當”的開胃菜(溫紹功攝)

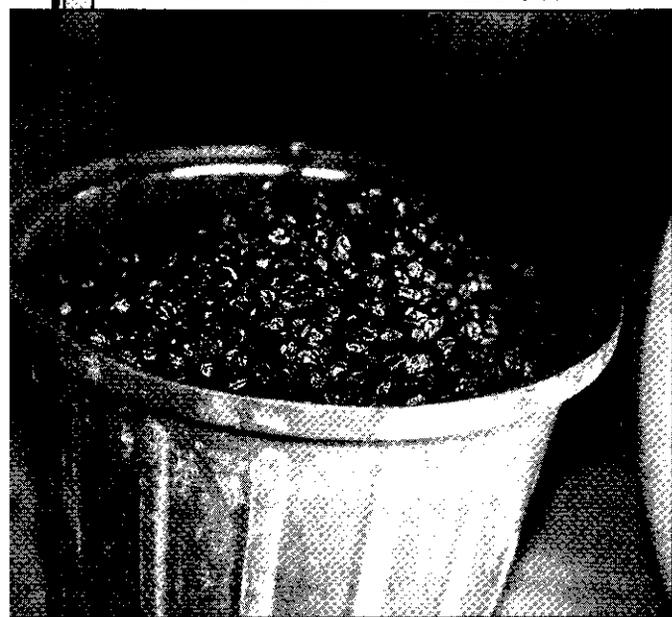


蜜餞梅晒製

轉，務必使所有的梅子表面因此作作用而造成表皮刮傷、脫水等現象，之後將其靜置隔夜，亦可於其上略加重石加壓，令其產生鹽水汁液。

### 置入容器內應密封

第二天便可將梅子所產生的鹽水丟棄，然後準備一個有蓋的大塑膠容器，將梅子與砂糖加入；加糖的方式乃是採一層糖，一層梅子的方法將梅子與砂糖平均置入容器中，且在最上層的砂糖量必須加倍，如此便可藉著砂糖的滲透壓作用造成梅子的脫水而使砂糖逐漸溶解，同時再因砂糖的滲透、擴散等作用，而使糖份進入梅子內部，並再經1個月以上的貯藏使梅子、砂糖、鹽之相互作用，而使用其風味逐漸形成；但在此期間必須將容器密封，同時在醃漬過程中若發現梅子汁液中有氣泡產生時，必須將梅子撈起瀝乾後，將其汁液取出加熱煮沸，並待其完全冷卻之後，方可再將梅子加入繼續密封醃漬。另一種加糖的方式則較為麻煩，但成品則較為優良者，乃將砂糖分作4~5



份，第一份砂糖（約1.5斤）加於3斤的水中並加熱煮沸並令其完全冷卻後；再將梅子浸於其中，約經1~2天後，將梅子取出瀝乾，將浸漬液取出並加入一份的砂糖，再經煮沸，冷卻後繼續將梅子加入浸漬，如此反覆操作直至砂糖量添加完畢（此時砂糖總添加量必須在12斤以

上）；其在貯存過程中同前述之一次加入者。

如此當梅子蜜餞（塩酸甜）完成之時，也已即將進入夏季，您便可將自製的梅子加1~2顆於便當中作為中餐的開胃菜；而其汁液更可調製成清涼爽口的梅子飲料，豈不是一舉兩得的美事？

梅子成份分析表：

單位：100公克

名稱	熱量 Cal	水份 g	蛋白質 g	脂質 g	糖質 g	纖維 g	灰分 g	鈣 mg	磷 mg	鐵 mg	維生素	
											B <sub>1</sub>	C
梅漬	45	78.1	0.7	1.2	9.1	0.9	9.6	43	18	4.3	0.01	9
話梅	51	12.5	0.7	0.6	13.5	0.2	2.6	7	17	0.8	0.02	

資料來源：黃伯超、游素鈴營養學精要（1983.8 七版）

### 送愛心·到萬巒

以服務農民為宗旨，已成立四十週年的豐年社，為協助於路竹平交道車禍中傷亡的屏東萬巒鄉農會會員家屬，發起「送愛心到萬巒」的捐款活動。

豐年社表示，農民終年辛勞，所得偏低，是最值得照顧的一群，對在這次車禍中死亡的農友，豐年社除深致哀悼之意外，該社員工並捐一日所得，以表慰問。同時豐年社也呼籲國人不分鄉村和城市，不分農人和商人，發揮人飢己飢，人溺己溺的精神，踴躍捐款，給這次車禍中傷亡的家屬一點暖意。豐年社尤其希望各地農會及所有農民參與此項活動。

豐年社已成立專戶，捐款請到郵局劃撥：  
 ○○○○○○—○，帳戶：豐年社。（註明「捐款」）

此外，為求徵信，豐年社並請高瑞錚及藍瀛芳律師担任此項活動的監督。

