

中國傳統大豆豉的製造

鳳山熱帶園藝試驗分所／王子慶



豆豉

由於一些複雜的原因使台灣與大陸至今已分離了40餘年，隨著兩岸之探親及交流，中國傳統的食品逐漸在台灣流傳開來，以往神秘的面紗也都一一揭開，本文謹介紹傳統大豆豉製造方法，當然，如能改進以純菌培養當可得到更佳品質之產品。

黃豆又名大豆，營養豐富，早已是眾所皆知的事情，由大豆製造之食品極多，如豆腐、豆漿、豆花、沙拉油及天貝（tempeh）等，至於豆豉，在台灣則多以黑豆為原料

製成，稱為「蔭豉」或「豆脯」，但在一般國語辭典中並無「豆脯」一辭，而有「豆醬」，其解釋為「用大豆製成的醬」（國語日報辭典1979第13版）。

在北魏賈思勰所著之齊民要術中有作豉法一篇，明代李時珍所輯本草綱目中記載豆豉之藥效為「解煩熱毒、寒熱虛勞，調中發汗，通關節，殺腥氣，傷塞鼻塞」，可見豆豉是一種古老的中國傳統食品。

大陸傳統大豆豉的製造方法簡單，原理乃是利用自然界中存在的菌類，繁殖於黃豆之表面，經微生物作用後含有消化吸收性之蛋白肽、多胜類、氨基酸等，營養豐富，口味鮮美，一般除類似醬菜之食用以佐飯外，並可單獨熬湯或作為其他菜肴之配料，味道皆極鮮美。

製造方法

1. 製造流程

原料大豆→洗滌→浸漬→蒸熟或煮熟→發酵→調味熟成→成品。

2. 說明事項：

(1)原料大豆：選擇新鮮、皮薄、完熟、大粒、整齊之大豆、並事先除去小石頭、稻

→ 屑、秘子等夾雜物。

(2)洗滌：以洗滌桶或水流法洗去大豆表面之塵土或其他夾雜物。

(3)浸漬：因大豆之品種、乾燥度、形狀、大小、水溫之不同而異，一般夏季為6小時，春秋8-10小時，冬季12小時，浸漬至大豆膨脹到以小刀橫切無間隙者。此時，膨脹率約為原料大豆之2.2倍。

(4)蒸熟或煮熟：以直火高壓釜（鍋）蒸熟是最佳之方法，亦可放於鍋中加水煮熟，但如採取後者之方法則易使大豆之部分營養成分流失。大豆蒸煮水可留存備用，放入冰箱中，每隔3-4日取出煮沸一次。

(5)發酵：趁熱自鍋中撈出已熟之大豆，以布袋裝妥，紮緊並略滴乾，放入紙箱中（或桶中）。紙箱低層先鋪一層新鮮米糠，布袋放入後再在紙箱四周及上部蓋滿新鮮米糠。如有需要，可在紙箱外圍再裹以舊棉被，

以保持溫度。

(6)調味：經發酵約1-2個月即可取出，這時會產生黏稠物，並有特殊之嗆鼻豆臭味。此時，可視口味酌量加入辣椒、花椒、八角、高粱酒等並加入「大豆蒸煮水」拌勻後裝入瓶中，上層並倒入麻油。

(7)熟成：再經約一個月之熟成，即可食用。

(8)大豆鼓可直接食用，亦可煮湯，煮菜或煮麵條，味道皆極鮮美。

3.大豆鼓製造參考配方

1.大豆	100%
2.食鹽	0.05%
3.高粱酒	0.06%
4.辣椒	0.01%
5.生薑	0.005%
6.花椒	0.005%
7.八角	0.005%



阿里山名產



不要讓日本人吃光台灣的金線蓮

金線蓮 養健茶

金線蓮之醫學研究報告均以台灣之特有種為對象。其地理分佈甚為狹窄，主要分佈本島高海拔山區濕潤地。大陸地區及東南亞雖有出產，唯其品種不同、且不具療效。

台灣特有國寶一金線蓮在日本人大量採插、收購下幾乎絕跡…使國人反而無法享受這種奇的植物，實為可惜。

葛億出品之金線蓮養健茶，採自阿里山野生金線蓮特優種，從播種、栽培一直到採收、加工、一貫作業。本公司並備有鮮品供應，讓您的健康看得見，買得安心、吃的開心。

〈全方位~天然養健飲品〉



葛億珍品
實健有益

推廣期間

原價〈1盒〉1600

特價〈1盒〉1360

整箱(十盒)訂購再送 農業雜誌一年份

內容量：

衛生鋁箔

包30包



(全圖註冊禁止部份或全部翻印、轉載)

葛億企業誠信出品

劃撥帳號：31094079 戶名 侯東慶