

猪血漸受重視的液體肉

血液中含有與精肉幾乎相等的蛋白質（18~19%），有人稱為液體肉。且血液中鐵是以原血紅素，鐵存在，在體內的利用性較佳，若能有效利用猪血，並製作一些食品食用，必能改善鐵攝取不足之情形。

台灣地區每年家畜屠宰量相當可觀，但屠宰後血液的利用除極少部份供做食用外，大部份供作飼料（如血粉），而未作高價值利用，殊為可惜。一般採血量每頭成牛約15公升，猪約3公升，採血後因屠宰場的未現代化，且任意丟棄，常造成環境污染而妨礙公共衛生。

由於血液中含有與精肉，幾乎相等的蛋白質（18~19%）；因此有人稱之為液體肉，其數目龐大，且乾燥後蛋白質含量可高至91%，可說是屬於營養價值極高及漸受重視的蛋白質資源。

除此之外，血液中鐵是以原血紅素鐵存在，對於近年來「療食同源」，吃血補血之飲食觀念風行，有助於血液的利用。

若能有效利用猪血，並製作一些食品供食用，必能改善鐵攝取不足之情形，本文謹簡單介紹一些常見猪血製品之製造方法供參考。

1.猪血糕之製造

①洗米（可選擇一般俗稱的長糯米）及泡米45分鐘~1小時後，濾乾。

②糯米稱重後，加入一定量

新鮮猪血，再加壓抹平。

③蒸煮（加熱條件：100℃，2-3小時）。

④取出，冷卻，切片，成品

2.猪血塊之製造：

猪血塊之製法可分二種，一種加水，另一種不加水，北部之猪血塊通常加水，但南部則無。

加水法：一般可加30%水於猪血液中，經80℃，20分鐘後，冷卻，即可得到品質良好之猪血塊，可供製作大腸猪血湯或腸旺之材料。

3.血香腸之製造：

此製品非常流行於國外，尤其在德國，此製品的種類很多，或許不久將來國內也有此製品販售。

1.首先將猪皮、舌肉、碎肉或其他下脚品混合煮沸1小時。

2.截碎，加入猪血液、食鹽、硝及精肉混勻。

3.充填，加熱1小時（中心溫度70℃以上）。

4.冷卻，燻煙，成品。 ◆

