



柚子醋製作體驗

說明

醋為日常生活中經常使用之調味用品或飲品，而柚子不但味道清新爽口且營養價值高，本體驗以柚子與醋結合，呈現出風味獨特的水果醋。

- 材料器具 | 柚子、冰糖 100 公克、醋 250 毫升、玻璃容器 (600 毫升以上)
- 操作時間 | 30 分鐘
- 適合季節 | 8-10 月

體驗流程

一 材料製備：

玻璃容器以沸水煮沸 5 分鐘，放冷待容器完全乾燥後備用。

二 製作流程：

1. 柚子切開，剝下柚子果肉 (圖 1)，並將種籽去除，取果肉約 200 公克，置入玻璃瓶內。
2. 將冰糖及醋裝入玻璃容器內。
3. 蓋上瓶蓋後靜置 6 個月，柚子醋即製作完成 (圖 2)。



圖 1 | 剝下柚子果肉 (柚子藝術工坊提供)



圖 2 | 柚子醋 (柚子藝術工坊提供)



知識引導



一 柚子的營養：

柚子營養價值高，果肉富含蛋白質、膳食纖維、維生素C、鉀以及多種礦物質營養素。

二 柚子醋的利用：

柚子醋的利用相當多元，釀好的柚子醋可以直接稀釋飲用，冷熱飲皆適合。且醋具有調和味道與提升香氣之用，搭配柚子之清淡香氣，亦適合作為烹調料理的調味料，如沙拉的調理或沾醬的調製。



▲ 柚子果肉 (柚子藝術工坊提供)

三 醋的分類：

傳統上食用醋依原料不同分類，隨著原料種類之差異，製造食用醋時所利用的微生物亦有所不同。而依發酵原料不同可區分為釀造醋、調理醋以及合成醋。

1. 釀造醋：以天然穀物、水果等作為原料，經過發酵、釀造而成。
2. 調理醋：以釀造醋為原料，添加果汁、濃縮汁等製成。
3. 合成醋：其他以醋酸或冰醋酸稀釋液添加糖類、調味劑及食鹽等製成。

四 製作柚子醋注意事項：

1. 製作柚子醋時要將籽實去除乾淨，以避免產生苦味。
2. 糖的種類則以冰糖為宜，浸泡用的醋建議應使用天然釀造醋，能夠感受柚子及醋的清爽口感。
3. 建議飲用時加水稀釋 4-5 倍，夏季冷藏後飲用風味更佳。

體驗學習重點



1. 學習柚子醋的製作過程，了解柚子的營養成分。
2. 體驗運用在地農特產之加工，並認識依發酵原料不同可區分為釀造醋、調理醋以及合成醋。