

# 四川榨菜製法

## ——鐵尖

在農產品加工裡面，榨菜的製造是很值得試驗的，牠的成本很便宜，製造的過程也不很複雜。現在市面上出售的，都是由香港轉運來的，價格很貴，每斤達四十元，所以倘能在臺灣製造，實在是一種非常好的副業。

現在把榨菜的製造方法，在下面作簡單的介紹。

### 一、原料

(一) 疙瘩菜 又叫羊角菜，是芥菜類的植物，葉和芥菜很相似，根部肥大多肉，外面有許多瘤狀的凸起，新鮮的做蔬菜吃也非常清脆鮮美，現在已有很多地區栽種。

(二) 鹽 用不含鹽漬(氯化鎂)的精鹽，否則可能稍帶苦味，使品質降低。

(三) 香料 有花椒，生薑，山藥，桂皮，大茴香，白芷，草果，花椒，陳皮等，這些香料在臺灣的中藥店裡，都可買到。

### 二、製法

(一) 除皮和乾燥 收穫後的菜根，先洗去泥沙，然後除去外皮，切成兩塊到四塊，用麻繩穿掛起來，使它慢慢乾燥，多雨的地方，則必須掛在簷下或竹棚裡，以免被雨水淋

着，普通天氣好時，八九天後就可乾燥到適當程度，手摸時覺得稍微堅硬。每百斤菜根可得乾燥品二十七、八斤，含水量太多，成品易壞。

(二) 醃製 把已經乾燥的菜根，放在竹籠裡，撒上鹽粉(每百斤菜根加鹽七、八斤)，用力搓揉，使菜根和鹽充份混和，然後倒在木桶或缸裡，上面鋪一張席，在上面踐踏使其緊密，同時撒少許鹽粒和高粱酒或其他食用酒類，以增加香味，並防腐，以後，照樣再加菜根，裝滿後蓋緊三、四天後取出，放在竹籠裡淋去鹽汁，照前面的方法再加鹽，但每百斤加六斤就夠了，混和後再裝入木桶裡踐踏。

(三) 壓榨 第二次醃後六、七天，把菜根撈出，淋乾，放在麻袋或竹編的包裡，用大石塊壓之，使菜根裡的水份逐漸擠出壓力要慢慢增加，這

樣經過半天的時間，水份已經很少，但也不能壓得太乾，因為太乾做出的榨菜就不脆了；含水量太多時，成品又容易變酸，不耐貯藏，所以這一步手續需要相當的經驗。

(四) 去筋 壓榨後的菜根用小刀除去表面的筋和表皮，去得是否乾淨，會影響成品的品質。

(五) 加香料和鹽 去筋後的菜根，每百斤加香料約二十兩。香料的配合成份是：辣椒粉十兩，花椒四兩，生薑，山藥，桂皮，大茴香，白芷，草果，胡椒，陳皮各一兩。這些香料都要先研成粉末後使用，再加鹽三到四斤(看貯藏時期的長短決定)，混合均勻。

入，裝時愈緊愈好，否則在貯藏期間易壞，所以裝時要用木錘垂直敲打，使牠十分緊密。裝後上面洒少許高粱酒或食用酒精，再撒鹽一薄層，這樣可以防止後日生霉，然後蓋菜筋一層，再用乾菜葉塞至極緊，罐口封紙數層，每封一層，塗一次血五份，豆腐三份，石灰三分充份攪勻後的混合物，目的是防止空氣的侵入，這樣就可以銷售了。

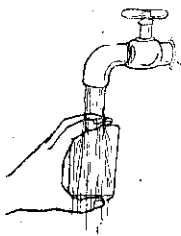
## 你會洗手嗎？

說起洗手來，好像太平常了，那一個個人不會洗手呢？可是却有許多人洗得不對！這裡幾個洗手的步驟，你仔細研究一下，相信是值得你參考的。

先將手放在水頭下面沖濕，擦上肥皂。肥皂擦完一定要把它放在水頭下沖去貼在肥皂上的污垢。

兩手掌相對搓一次，然後再換着搓手背，再照圖再互相換着擦手指的中間部分。

最後一步是兩手指彎曲，互相握着轉動，這樣可以把兩手指尖端擦得非常乾淨。



一、肥皂洗



二、擦外掌

等兩手全部用肥皂搓完一次以後，就可以放在水頭下面沖去肥皂泡沫了，如果一次洗不乾淨，可以用肥皂如法洗兩次，最後用乾毛巾擦乾。



四、擦指端



三、擦指間

會非常乾淨，尤其是那些容易藏垢納污的指甲縫及有綫紋的地方。

你和孩子們如能照這方法，在吃東西以前，大小便以後洗手，許多疾病都會因此減少。(柯)