



自己製造肉鬆和肉酥

鄭謀平 ■ 施宗雄

農友們

常以為香腸、肉鬆或肉酥等都是有钱人家才能享受的珍品，其實，這都是一種誤

會，因為這些東西都是自己可以動手作成的東西，不但我們家家戶戶可以享受，外國人也很嗜好，尤其是肉鬆和肉酥，更是我們中國所獨創的肉類加工品，將來外銷的前途，是非常光明的。為了讓這些我們中國人拿手的好菜能為大家所享受，特介紹肉酥和肉鬆的製法，以供讀者們參考。

(一) 猪肉鬆的製法

猪肉鬆的製法，自古以來種類很多，且大都不加以公開記載，因此不能普遍。茲舉一較通俗而味美的製法如下：

(1) 原料肉之選定

原料肉雖然都是用猪肉，但是依肉部位的不同，製品的品質，收量和操作時所花的勞力，都隨之有差異，因此，原料肉之選擇，是非常重要的。通常以除去皮下脂肪和骨頭的腿肉為最好。

(2) 原料肉之精選

原料肉之中，如雜有脂肪、筋膜和脆等，應完全除去。普通本地猪，這些雜物除去之後，經測定重量，大約減少三五至四〇%。

(3) 原料肉之截斷

精選後的原料肉，沿纖維的方向，大略的切成長二至三寸，厚一至二寸，幅不限定的肉長片。

(4) 原料肉之煮沸

將切斷後的肉塊，放入大鍋中，加水至淹到肉面的程度，然後以文火煮之。為了防止鍋底的肉燒焦，同時要使肉塊均等煮熟起見，必須用丁字形木棍或鍋鏟時時攪拌，大約經過一個小時左右，取出一小塊，用手指壓，到肉纖維能分離即可。但是肉軟硬的程度不同，煮熟時間也有差異，所以最好是煮熟的肉塊，應分別先行取出，移到到另一容器中。

(5) 調味料的配合

調味料的配合，依各人口味不同而有所差異，一般標準如下(按肉重計算)：

- 醬油 一六—二〇%
- 鹽 一一—一五%
- 糖 〇·三—〇·五%
- 味精 〇·三%
- 甘草粉和五香粉各少許。

調味料中，醬油和鹽可以增加鹹味和色素的美感，但用量過多時，色澤變黑，影響製品品質。五香粉和甘草粉有些人不太喜歡，可以減免。將稱好的調味料充分混合後放置備用。

(6) 調味料的添加

煮熟的肉塊和煮汁，再放入鍋中，加以強火並時時攪拌，以免焦化。如是，煮汁逐漸減少，肉塊即益形柔軟。此時可注入調味料，而隨着煮汁減少，火力也應逐漸減弱。肉塊則要不停的攪拌，使它粉碎。到了不見有煮汁時，尚須繼續攪拌粉碎，一直到小肉塊用手指摺之不見有水的程度為止。

(7) 整理

將以上柔軟或一部分分離的肉塊，由鍋中移入別的器皿中，約十分鐘冷後，以五厘到一分方眼的

製膠罐，保存二至三個月不變質，非常適合我們家庭中的食物，如能把它裝罐，封罐，則更是上等而珍貴的商品。

(8) 肉鬆的裝罐

肉鬆的裝罐工程，可分為裝罐、加熱、排氣、封罐、消毒和裝璜。

①裝罐——煮沸或經乾熱消毒清拭後的罐，內鋪以石臘紙，將其作成與罐同大小的圓筒形，然後秤量一定重量的肉鬆裝入。

②加熱排氣——以攝氏一百度約一小時加熱，使大部分氣體排出罐外。

③封罐——將罐內的紙筒上端包閉，然後用封罐機完全密封。

④消毒——封罐後，緊接着以五磅的蒸氣壓力，攝氏一〇六度高溫，消毒約五〇分鐘，然後放入流動的冷水中迅速冷卻。

⑤裝璜——放冷後的肉鬆罐，擦乾外面，貼以商標紙，並加以包裝，即成爲商品。

(9) 製成率

由原料肉(未加精選者)製成肉鬆的百分率，大約爲二二至二九%。由精選的肉(除去脂肪、膜、脆者)，製成率約爲四〇至四三%。

(二) 肉酥的製造法

肉酥和肉鬆稍有不同，質嫩而脆，入口後能自然溶化，香味也高，爲我國南方早膳的嘉餚，或夾在各種燒餅中，外國人則夾在麵包中，爲早餐和野餐的佳品。肉酥製品以前以福州最有名，現時臺灣有幾家工廠的製品也不錯。製法一例如下：

(1) 原料肉之選定

精選法和肉鬆相同。

皮蛋

速成製法

何慶民

(2) 調味料的配合 (按肉重計算)

醬油	一二%
白砂糖	五%
食鹽	二%
紅糟 (上等右香味者)	二%
五香	適量
水	五〇%
薑	數片

上列調味料，混和成滷汁，以備應用。配合比例可隨個人嗜好而調節。

(3) 整肉

原料肉用刀除去脂肪、肉膜及腱，並切成約一寸見方的小塊。

(4) 滷煮

將切斷的肉塊投入上述滷汁中 (紅糟須先用少許豬油炒過，使其香味溢出) 用文火煮。應時時的加以攪拌，以免底部燒焦，並除去上浮的油質。約煮四五小時，常見滷汁幾乎蒸乾或肉質變成疏鬆時即取出。

(5) 揉碎

將滷肉移入淺炒鍋中，每次不可過多，否則有礙揉搓操作，此時火力不應太強烈，以微火為佳。

用丁字形木棍或銅錘反復揉搓，使纖維分離。速度以快為妙，鍋底如有點焦時，應用鍋鏟除去。這樣繼續揉搓，直至細碎為止。

(6) 油酥

全部粉碎以後，應混入些澱粉質 (多用炒蚕豆磨成粉)，用量大約在五成以上 (確實用量製造者多守秘密)，並徐徐加入豬油焙酥，至呈極鬆脆時取出。豬油用量約佔肉量的百分之二十。

(7) 包裝

肉酥多裝於瓶或罐中，一切操作和肉鬆差不多。如此製成的製品，質優而味美。

皮蛋為我國獨特的增添加工品，起源於江浙兩省，然後傳到北方。這種加工品，有似外國的乾酪，初食時因稍有阿母尼亞及硫化氫等異味，並不覺得怎樣可口，但日久之後，却生嗜好而覺味美。本省農村拜拜時，皮蛋銷路頗為可觀，本人願就試驗所得，將速成皮蛋的製法介紹如下，以供農友們參考。

材料的準備

(1) 選擇新鮮的鴨蛋 (最好產後不超過一星期)。蛋殼如附有不潔物，應予以清除。

(2) 準備容器。普通市上所售高五十二公分、口徑四十七公分土燒搪磁水缸最為合用。預先清洗備用。

(3) 按照下列配方，將所需醃漬材料逐一稱好，放置缸中：食鹽九%，氫氧化鈉四·二%，氧化鉛〇·二%，丹寧酸〇·二%，茶葉一·五%，水一〇〇% (均按照蛋重計算)。

氫氧化鈉為質純之粒狀物，如用粗製品，應增加用量。食鹽在可能範圍內以用純淨潔白不含雜質者為佳。使用普通食鹽亦可，但須檢除雜物，用前能研細更好。

茶葉以紅茶為佳，應將所需量加適量的水，充分煎煮，待茶汁色澤變成濃厚，然後以布濾去殘渣，冷卻後注入缸中。

氧化鉛和丹寧酸，均為化學用質純者。水需以沸水煮沸後冷卻，稱量後注入缸中。

靛藍 (靛糖)：以清潔乾燥者為佳。

(4) 泥土：配沙質壤土，除去附着的草根和雜物，曬乾後研成粉末，以細篩篩過，放置備用。

製造的步驟

(1) 將鴨蛋在如上配合的稀鹽酸液中浸漬十分鐘，目的是使粘附蛋殼上的物質溶解，使氣孔擴大，便於浸漬液滲透。浸後取出用清水洗過，拭乾等待浸漬。

(2) 配合料加濃茶汁及所需量的冷開水後，加以攪拌，待全部鹽漬材料完全溶解，同時浸漬液冷至室溫時，將已經處理的鴨蛋逐一浸入浸漬液中，動作須小心，避免碰破，因為蛋殼破裂，就不能製成皮蛋。待全部鴨蛋浸入後，用玻璃棒或小竹桿輕加轉動，使每一隻蛋都浸入浸漬液中。

(3) 容器最好放在室內通風陰涼處，避免陽光直接照射，並應加蓋，減少蒸發。鴨蛋浸入後，每天均應用小竹桿轉動一次，俾浸漬液上下平均，蛋黃位置不至偏於一邊。經過八天浸漬後，即可變成皮蛋。

(4) 浸漬終了，再移蛋於普通自來水中浸漬一星期，此時取出食用，即具有皮蛋應有的風味了。所需時間前後不過十五天。

包裝和貯藏

浸漬後的皮蛋，最好用塑膠袋抽氣封裝，這樣可以貯存半年而不變質。但是抽氣封裝價格很貴，農友們不是以做皮蛋為正業，實在沒有購置的必要。如果將原浸漬液調配黃泥成適度濃厚的漿糊狀，然後平均包裹於蛋殼表面厚約一公分，再在靛藍上滾轉，使彼此不粘着，貯入清潔乾燥的罐或甕中，封口移置於通風陰涼處，如此亦可得與抽氣封裝相似的效果，就是外表上不太雅觀而已，農家自己食用，實在沒有什麼關係。

農友們如果有興趣，可以按照本文所述的方法試做，一定可以得到良好的結果，這樣你不必擔心你家裏鴨子多產季節鴨蛋賣不出去或者價格太低的損失，同時於節日宴客時，不必再向市場購買皮蛋了。