

本省農家實用的

幾種蔬菜醃漬法

方祖達

臺灣冷濕的冬季，正是各種蔬菜的生產期，農友們利用休閒田，種植各種肥嫩的蔬菜，除供家用外，更可把不易銷售的蔬菜，用些簡單設備，把它醃漬貯存，慢慢出售，相信所得利益，比賣新鮮蔬菜高得多。

酸辣菜

四味俱全

這是包心芥菜，經醃漬、調味所成，是一種酸、鹹、甜、辣，質脆而芳香很濃的芥菜加工品。比一般鹹酸菜風味好，不必再調煮即可當菜，很有增進食慾的功效。

材料：以包心芥菜最好，其他捲心菜葉而葉柄肥厚的芥菜亦可採用。醃漬前菜應適熟，即外葉開始黃變時採收，整株砍下，如遇晴天，可將菜倒立曬一天，雨天則直接加鹽醃漬。醃漬時應嚴格選菜，剷除外部老葉和患有病蟲害和葉質組織維老化的部份。選菜手續愈嚴格，將來成品品質愈好。調味用的砂糖、辣椒和食鹽、酒等，亦應採用品質優良的，這樣可以提高將來製品的風味。

醃漬：先準備清潔木盆、木桶或水缸、酒罈等。菜運至加工場所經嚴格選取後，用清水洗滌，然後切成三、四段，秤重放入木盆內，加約百分之五的食鹽，並輕輕揉擦，至菜葉表面水分略滲出時，分層裝入醃缸或醃桶內，層層壓實。菜上面再用乾淨石頭鎮壓，經二、三天，起出石頭，倒去菜水，

再施行二次醃漬，再加百分之五食鹽揉和後放入缸或桶內，加上石頭壓鎮。如此醃漬約二星期後，菜滴盡菜水上，那時芥菜的辣味全消，菜色變黃，產生芳香的醃菜味，就是醃漬醃醇完成。

調味：把菜從桶或缸內取出，用手擠去菜汁，秤重後放入木盆內待調味。菜和調味料的配合比例是每一百斤菜約用砂糖七斤、鮮辣椒五斤（辣椒去籽磨碎成糜。辣椒用量可依各人口味略為增減。）另加高粱酒或上等酒一斤，然後將菜和調味料充分混和，待糖粒溶化後，把菜裝入酒罈或泡菜罈等容器內，層層壓實，罈口約見菜滿泡上菜面，但不可讓菜滿出罈口。須留一空隙，將一本塞填入罈口，同時加單一層塑膠布。如容器選用泡菜罈，則菜面放石頭鎮壓，罈溝置清水，以防昆蟲為害，然後將罈放在清潔而避風溫暖場所。約經二星期後，酸辣菜的調味工作完成，可以取用。

貯藏：調味好的酸辣菜，罈罈取用時應注意品質是否滿意。品質好的應具有芳香氣味，酸、甜、辣、鹹、脆度適當，罈口沒有黴菌或酵母（白膜者）發生。如欲將菜繼續貯藏一、二月的，可在罈內菜滴上面加入麻油少許，再將罈口緊塞如前。如想貯存較久，則應將酸辣菜分裝在可以密封的容器中，瓶裝或罐裝都可以，以菜滴注入填充，並以攝氏七十度脫氣，密封、冷卻後即可長久貯藏。另有一法可將酸辣菜繼續保留在酒罈內，但必須用少量的安全防腐劑蓋在菜上，然後加蓋密封，罈口再用水泥封牢，就可耐炎夏而貯藏較久了。

醬瓜分脆爛兩種

醬瓜是用瓜類醃漬，醃在醬油或醬醪中所成。在蔬菜加工上所佔地位很重要。由於原料種類和加工法而可分為脆瓜和爛瓜兩類。脆瓜是原料生瓜經鹽漬醃漬在熟醬油調味液中所成，瓜質脆。爛瓜是鹽漬醃漬在具有酵素作用的醬醪或生醬油中所成

自用・銷售・

黃蘿蔔

加工一法

・和仙朱・

蘿蔔（菜頭）本省產量豐富，生產時期價格極廉，除生食外，供給加工廠製造黃蘿蔔、蘿蔔乾、醃漬蘿蔔和什錦醬菜等，用途頗廣。加工品因價廉物美，除省內消費，並可外銷東南亞各國，年產量相當可觀外，為本省主要加工蔬菜之一。

黃蘿蔔日名澤庵（タクアン），省內消費較多，茲將其加工方法介紹於下，農友們可參考製造，供自己食用或做營業都有利益。

材料和配合

蘿蔔一百公斤，食鹽七至九公斤，米糠七公斤，食用黃色素三十公分，糖精三十公分。

製造順序

(1) 原料蘿蔔宜在晴天時收穫，搬運回家後以乾淨破布拭乾土砂與水分。

(2) 鹽漬：使用上記食鹽二分之一之量，先將鹽撒佈桶底一層後，放入蘿蔔，由下向上，蘿蔔頭尾應交互配列。上面再撒佈食鹽一層，再放蘿蔔。照此方法順序裝滿。桶內蘿蔔要儘量充實，勿留空隙為宜。

(3) 裝滿後上木板放重石，鹽漬一至二天。此時因為蘿蔔呈脫水收縮作用，鹽水充滿桶面，可將桶內鹽水除棄不用。

(4) 將上記米糠，炒熟至有香味，然後與食用黃色素、糖精及殘餘的二分之一食鹽，混合均勻以備應用。

(5) 本漬：將鹽漬蘿蔔與糠鹽混合物醃

瓜質軟爛。
原料：脆瓜用胡瓜、越瓜、消瓜（一種越瓜）、小香瓜（臺南小越瓜），爛瓜則用大越瓜、冬瓜等為原料。

製法：瓜先用水洗一次，大條的剖為二瓣，除去瓜籽。小形瓜用筷子在瓜的頭尾各鑽一洞，使鹽和瓜水容易交流。如遇晴天，把瓜肉面向上，晒至半乾為宜。鹽漬時可省脫水手續，一般用鹽量是瓜重百分之十五至二十。

鹽漬時鹽與瓜應充分揉擦，使瓜水滲出較快，再倒入缸或水槽內。上面加木蓋並用石頭鎮壓。當瓜水滲在瓜上則可久藏。

脆瓜可取出日曬供食，或直接取出用清水平漂一夜，把過多的鹽分脫去，一般瓜內鹽度降至百分之五左右最合醬瓜原料的要求，如製為爛瓜，則應為百分之八左右。脫鹽後把瓜放入壓榨機或麻袋內，慢慢擠去瓜肉的水分。至瓜用手指捏壓並無餘菜水再流出時，即約榨去原重的三分之二，則可取出調味漬了。

脆瓜：熟醬油中加糖、味精或少許香料調成調味液，把上述種好的瓜放進去，稍加鎮壓，如此浸漬二日，就可取用或裝出售。調味液的配合是榨後瓜重十公斤，需上等醬油五公斤，砂糖一公斤，味精五公分，香料少許。

爛瓜：先在缸底鋪上醬醃一層，將榨後的脆瓜鋪上一層，再塗上醬醃一層，如此層層疊置，到瓜裝滿為止。上面多塗醬醃，然後加蓋，放在陽光下曝曬，但應防雨水淋濕和蠅蟲為害。瓜在醬醃中約醃一個多月，才能使醬味透入，同時因醬醃內裏的酵素作用，瓜質完全軟化。此時已可開始供食，或繼續醃漬在醬醃內，可供過年享用。

包裝：脆瓜與爛醬瓜都可裝入木桶或玻璃等容器內，用醬油或醬醃填充，加蓋脫氣密封，則可久藏。爛瓜亦可裝在瓷罐內，填以醬醃，上面加些食鹽，然後加蓋密封，不必加熱殺菌，亦可耐藏。

福神菜風味特別

福神菜亦稱福神漬、什錦醬菜，是由多種蔬菜經鹽醃後，再以醬油為主的調味液調味的一種醬菜。

所謂福神菜是指主用七種蔬菜配成，稱七福神而得。大陸各省多稱為什錦醬菜。農家可以將各季節所生產的蔬菜隨時貯存，供過年醃製。由於製品都切成薄片，所以對菜的大小、形狀、色澤選擇不苛，除了葉菜和富含澱粉質的蔬菜外，大多數蔬菜種類都可充用。尤以形狀不整、難合市場要求的蔬菜，都可留供作福神菜的原料。福神菜含有多種蔬菜的風味，那就是它的特色。

原料：蘿蔔、蕪菁、越瓜、胡瓜、竹筍、茄子、蓮藕、生薑、刀豆、蘆筍等菜質較脆的蔬菜都可供用，但患有病蟲害或腐爛的原料不可使用，以免將來品質變壞。

製法：各種蔬菜應先洗去泥沙和蟲蛆等，同時切掉粗老硬化部份。蘿蔔、竹筍、越瓜、蓮藕等大部原料，在醃漬前應切段或剖開去籽，或曝曬去除部份水分。各種原料蔬菜都以食鹽醃漬，最後鹽水濃度應達百分之十五以上，如蔬菜含水量多而不能曝曬時，可將蔬菜用百分之三至五食鹽擦擦醃漬二、三天，待蔬菜內水分流出一部份後，再裝入醃菜缸內，如此可節省用鹽。

福神菜調味前，先取出各種醃漬的蔬菜，按嗜好配合。例如如欲製約十斤的福神菜，需用鹽醃的越瓜或消瓜三斤半、蘿蔔三斤半、茄子一斤、蕪菁或高苣心或大菜心一斤、蓮藕半斤、生薑四兩、紫蘇二兩、竹筍一斤，用刀切成厚約二、三公厘的薄片。竹筍與蓮藕應橫切成一、二公分，其他蔬菜應縱切，生薑應切絲混用。各種切菜片厚度最好相近，可使製品品質調味均勻。再將菜片倒入水缸或水桶內，以清水漂約半天，如以流水漂約二小時，則可脫去醃菜內大部份的鹽分。然後裝入麻袋內，慢慢用竹槓石頭壓榨，榨去大部份菜水後，方可調味。調味液的配製約用醬油五斤，加入砂糖半斤、味精半兩，各種調味料加熱至沸後，把榨後菜片投入，調味液立即被菜片所吸收，如此浸漬一天，即可供用。

包裝：福神菜的包裝方法，與上述醬瓜的包裝相同。此外，福神菜用紫蘇葉，日在供給香氣和色澤。如農家無此原料，不用亦可。（接次頁）

漬。先在桶底撒佈一層糠鹽混合物，放蘿蔔一層。再放糠鹽，再放蘿蔔。如此順序裝滿。蘿蔔本漬操作，以精密為宜。要儘量減少桶內材料間的空隙；如有較多空隙時，可利用半乾的蘿蔔葉，嵌於中間，使之十分緊密。最後在桶上多放一層糠鹽混合物，加蓋，並以石頭重壓。

(6) 醃漬時期應放置於較冷暗的場所，貯藏一、二個月就可取出食用。

需要較長貯藏期的，食鹽量和重石要酌量增加，並且裝桶後，最好再用玻璃紙或油紙類覆蓋於蘿蔔上，然後加蓋加壓。

成品以鹽分色澤適當均一，食用時無辣味者為良品。

注意事項

(1) 原料蘿蔔宜選較細長而表面光滑者。並以不過老之新鮮品為宜。

(2) 原料蘿蔔請勿在雨天或雨後收穫，製造前不需水洗或乾燥。

(3) 同一醃漬桶的原料蘿蔔，最好大小較為均勻，切勿差異過大。

(4) 本漬（糠漬）時，桶內材料間應儘量減少空隙。

(5) 食用黃色素，市販品質參差不一，應選購良品，注意偽品和有毒色素。

(6) 食鹽可用粗鹽。糖精可用砂糖代替，但使用砂糖過多時，較易醃酵變酸。

