



(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 104621512 A

(43) 申请公布日 2015. 05. 20

(21) 申请号 201310559328. 2

(22) 申请日 2013. 11. 12

(71) 申请人 卢仁华

地址 536124 广西壮族自治区北海市合浦县
石康镇筏埠村委塘子坝村

(72) 发明人 卢仁华

(51) Int. Cl.

A23L 1/218(2006. 01)

权利要求书1页 说明书3页

(54) 发明名称

一种发酵辣菜的制作方法

(57) 摘要

发酵辣菜的制作方法,它是按下面的工序步骤进行:1,选择新鲜的芥菜作为发酵辣菜的制作原料;2,芥菜的清洗整理工序;3,芥菜的凉晒工序;4,芥菜的高温加热灭菌工序;5,芥菜的静置发酵工序;6,发酵辣菜的烹调工序。发酵辣菜的制作方法使芥菜的烹调不需要加进辣椒和香油就能产生独特、浓郁的香辣味,克服了加进辣椒烹调产生的缺点,但发酵辣菜是乳酸菌在芥菜中发酵的中间产物,香辣味持续的时间不长,应当及时烹调食用。

1. 一种发酵辣菜的制作方法,它是按下面的工序步骤进行:(1) 选择新鲜的芥菜作为发酵辣菜的制作原料;(2) 芥菜的清洗整理工序;(3) 芥菜的凉晒工序;(4) 芥菜的高温加热灭菌工序;(5) 芥菜的静置发酵工序;(6) 发酵辣菜的烹调工序。

一种发酵辣菜的制作方法

技术领域

[0001] 本发明涉及的是把芥菜制作成具有独特香味和辣味的风味食品的制作、烹调方法。

背景技术

[0002] 中国人大多数喜欢有辣味的食品,厨师们烹调出有辣味的食品并不难,只在烹调时加进辣椒就可以,因此,我们所有见到的带有辣味的食品都几乎是加进了辣椒。辣椒的强烈的辣味能将一些动物的肉类的腥臭味道掩盖,因此煮肉汤时加了辣椒能使汤味更觉鲜美;辣椒的强烈的刺激性还能杀灭很多细菌,包括侵入人体的很多病菌,因此吃了辣椒的人能耐寒冷并能预防感冒。但是,从中医学辩证理论来说,辣椒有燥热的特性,吃了辣椒会上火,多吃辣椒的人最易暴怒;辣椒还有微量的毒性,经常吃辣椒的人身体内的毒性积聚增多引起身体皮肤发疹、发疹,因此,中国南方大多数人很少吃辣椒。

[0003] 就算很多人怕辣,但辣味确实能勾起人的食欲,很多著名的食品、菜谱都带有辣味,这些辣味的来源都是加进了辣椒,几乎无辣不成大味、无辣不成名菜,但辣椒的缺点却不能去除。除了辣椒,很多蔬菜也能产生辣味,例如:干旱地种出的老萝卜、生洋葱头、生大蒜头等,白酒对某些人来说也是有一种辣味。原来,辣味其实是一痛感,食物中含有的某些刺激性的物质刺激人的口腔粘膜产生一定限度的痛觉,这种痛觉被人类认为是辣味。

发明内容

[0004] 什么是发酵辣菜?是不是青菜的发酵过程加进了辣椒?世界上厨师真是高手林立,从高级厨师到特级厨师、从皇室厨师到总统厨师,只要主人说想享用发酵辣菜,他们在烹调时都会熟练地加进辣椒和香油,因为一般发酵青菜本身没有香味和辣味,但是真正的烹调高手却隐藏在中国民间,在这里你有幸学会中国民间烹调高手如何把一般的青菜制作、烹调成独特的香辣味道的菜,也就是香发酵辣菜的制作方法,其中整个制作过程没有加进辣椒,却能产生浓郁的香辣味。

[0005] 发酵辣菜制作方法所采取的技术方案是按下面的工序步骤进行:1,选择新鲜芥菜作为发酵辣菜的制作原料;2,芥菜的清洗整理工序;3,芥菜的晾晒工序;4,芥菜的高温加热灭菌工序;5,芥菜的静置发酵工序;6,发酵辣菜的烹调工序。

[0006] 我们制作发酵辣菜要选用芥菜,但是芥菜本身是一种完全没有辣味的一般蔬菜,要想把芥菜烹调成带有辣味的菜,有两种方法:一是加进辣椒或其它辣味的物质,但这种方法对于某些对食品要求很严格的人来说并不可取,因为辣椒的燥热性和少量毒性被某些人拒绝食用,大蒜、洋葱这些带辣味的东西混进去也会覆盖了芥菜的性质;另一种方法是发酵,这就是把芥菜按严格的工序发酵至带有辣味的阶段。本发明的发酵辣菜的制作方法就是采用发酵的方法使芥菜产生辣味,还能产生浓郁的香味。我们在实践中发现:把芥菜按一定的制作工序发酵至一定的时间后芥菜就会产生一种刺激性的物质,这种物质就是乳酸菌发酵的中间产物,这种物质含有醇类,因此除了刺激性的辣味感觉外还附带散发出浓郁芥

菜的香味。这么说我们把酒精加芥菜不就可以烹调出香辣芥菜了吗？这不能了，因为不同植物发酵得到的醇类性质是不同样的，我们选用芥菜，是因为芥菜发酵得到的醇类物质特别的浓香，这样才能制作出超凡、一流的健康食品。可惜，由于我们发酵芥菜所产生的醇类物质是乳酸菌发酵的中间阶段产物，发酵芥菜所产生的这种独特的浓郁香辣味持续的时间不长，几个小时后，乳酸菌由于继续发酵，这种香辣味会逐渐消失，直到完全被酸味代替，芥菜发酵最终因时间的推移变成酸菜。实践还发现，把香辣芥菜冷冻也改变了发酵得到的那种浓郁的香辣味，因为过低的温度杀灭了产生特别醇类的菌种，过低的温度也使芥菜内的叶绿素等很多物质成分发生改变，香味也发生改变，因此，想享用原汁原味的发酵辣菜，应当及时制作、烹调、食用，不可长时间放置。

[0007] 发酵辣菜的制作方法的有益效果是：只用芥菜，就能制作出具有香辣的味，并且香辣味浓郁、独特、健康，克服了加进辣椒产生辣味但也产生的一切不健康的成分。

具体实施方式

[0008] 下面我们对发酵辣菜的制作方法的实施进行更详细的说明。

[0009] 发酵辣菜的制作方法主要按下面的工序步骤进行：1，选择新鲜的芥菜作为发酵辣菜的制作原料；2 芥菜的清洗整理工序；3，芥菜的晾晒工序；4，芥菜的高温加热灭菌工序；5，芥菜的静置发酵工序；6，香辣芥菜的烹调工序。

[0010] 我们对发酵辣菜的制作方法工序的每一个步骤进行详细实施说明。1，选择新鲜的芥菜作为制作发酵辣菜的制作原料：制作的选料关系到原料菜能否产生浓郁的香辣味，选料不能选用嫩芥菜，也不应选用水分充足叶片肥大的芥菜；选用的芥菜应当是生长后期接近开花期的芥菜，这时候的芥菜在叶片内吸收、积聚了足够的矿物质、微量元素；选用的芥菜最好是旱地种出的芥菜，这样的芥菜叶片内水分含量很少，但维生素、叶绿素、纤维素以及其它微量无素的物质含量却很大，这些，都为我们制作、产生出浓郁的香辣味提供物质基础。2，芥菜的清洗整理工序：清洗和整理采集来的芥菜是重要的制作环节，严格细致的清洗能把芥菜叶片上的泥土和杂质去除干净，把带有腐烂、枯黄部分的叶片挑出丢掉，清洗整理工序过程也是去除减少细菌的工序，清洗和整理工序过程尽量保留每张叶片的完整性。3，芥菜的晾晒工序：把清洗整理后得到的芥菜每张分开放置在干净的架子上太阳晾晒，晾晒过程经常翻动变换位置尽量使叶片的大部分被太阳光照射到，晾晒地过程是使叶片减少水份，使叶片内所含的物质更加浓稠，晾晒也使叶片吸收更多的能量以必变芥菜的寒性，但晾晒不能太久，一般以三个小时左右为宜，晾晒后的芥菜叶片非常柔软。4，芥菜的高温加热灭菌工序：把晾晒后的芥菜紧接着进行高温加热以杀灭细菌，方法的高温热水浸没法，这样能杀灭每张叶片上的杂菌，这样乳酸菌的发酵不受其它杂菌的干扰影响，高温也使芥菜叶片失去了生命力，使叶片不能抵御乳酸菌在其内部发酵，但是热水的温度也不能过高，过高的水温会使芥菜叶熟化、烂化，过高的水温也会连乳酸菌种也杀灭，一般以七十摄氏度左右为宜，浸烫叶片一分钟就可以捞出。5，芥菜的静置发酵工序：把高温浸烫后的芥菜捞出放于工具盘中，所有接触芥菜的工具都必须是高温灭菌过的工具，人也应当戴上灭菌胶手套进行操作，任何招惹杂菌的动作和工具都会导致芥菜发酵的失败；把浸烫后的芥菜叶几张一起叠放成长条形，双手抓住两头进行小心扭动减水，减水后的芥菜所含物质更加浓稠，把减水后的芥菜叶摊开重叠放置在干净的工具中，注意不要加盐，因为高浓度的盐分会杀灭乳酸

菌,也注意不要加压,保持叶片间的疏松,因为乳酸菌发酵需要氧气。一个小时后,香辣味开始出现,四个小时后出现香辣高峰,时间越长,香辣味又逐渐致消失,直到完全被酸味代替,由于各地的气温不同,发酵至香辣的时间也不同。6,发酵辣菜的烹调工序:发酵辣菜存在的时间不长,因此人们必须捕捉发酵芥菜到香辣的最佳时间进行烹调食用,因为前面已经进行过灭菌工序,所以烹调的时间不必过长,过长的烹调时间会使发酵辣菜改变性质,烹调方法以干炒一分钟为最佳,干炒只加进盐和食用油即可,因为加进别的物质有可能将发酵辣菜独特的植物清香和麻辣掩盖;有的人喜欢稍有点酸味的食品,那么就让芥菜发酵时间长一点,这回制作出的发酵辣菜酸味、麻辣、清香、脆爽的口感都有了。