



(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 104026524 A

(43) 申请公布日 2014. 09. 10

(21) 申请号 201410217865. 3

(22) 申请日 2014. 05. 22

(71) 申请人 广西陆川县泓源食品有限公司

地址 537719 广西壮族自治区玉林市陆川县  
古城镇清耳村大岭头队

(72) 发明人 罗忠发

(74) 专利代理机构 长沙正奇专利事务所有限责  
任公司 43113

代理人 周晟

(51) Int. Cl.

A23L 1/218(2006. 01)

权利要求书1页 说明书4页 附图1页

(54) 发明名称

一种传统客家擦菜的制备方法

(57) 摘要

本发明公开了一种传统客家擦菜的制备方法,包括以下步骤:以新鲜的蔬菜为原料,预处理后,干燥去除 30-50% 的水份,斩切成段,进行人工辊揉,然后装入溶皿中压实,倒置自然排水,半封闭 5~7 天后将菜掏出,加入 1-4% 的盐混合均匀,再装入之前的容皿压实,倒置排水,密闭存放 70-120 天,检验合格后,即得。本发明的方法科学合理,便于大规模生产,并且制备工艺稳定性好,制备的擦菜质量稳定,口感好,营养丰富,味道香郁,开胃生津,酸香味淳,是老少皆宜的绿色食品。

采摘 → 预处理 → 干燥 → 斩切 → 辊揉 → 第一次腌制 → 第二次复盐腌制 → 检验 → 拌料 → 包装

1. 一种传统客家擦菜的制备方法,其特征在于包括以下步骤:

以新鲜的蔬菜为原料,预处理后,干燥去除 30-50% 的水份,斩切成段,进行人工辊揉,然后装入溶皿中压实,倒置自然排水,半封闭 5~7 天后将菜掏出,加入 1-4% 的盐混合均匀,再装入容皿压实,倒置排水,密闭存放 70-120 天,检验合格后,即得。

2. 如权利要求 1 所述的传统客家擦菜的制备方法,其特征在于:所述的斩切成段指的是将预处理后的蔬菜斩切成 1-2cm 的段。

3. 如权利要求 1 所述的传统客家擦菜的制备方法,其特征在于:所述的斩切成段的蔬菜的干燥方法为在阳光下晾晒至蔬菜变皱,晾晒时间为 8~10 小时。

4. 如权利要求 1 所述的传统客家擦菜的制备方法,其特征在于:所述的检验合格是指按照国标 GB/T 5009.33—2010 的方法检测不出亚硝酸盐,同时菜的含水量为 60-70%,pH 为 3.5-4.5。

5. 如权利要求 1 所述的传统客家擦菜的制备方法,其特征在于:还包括检验合格后的拌料工序,在菜中拌入辣椒、盐,使得口味更好。

6. 如权利要求 1 所述的传统客家擦菜的制备方法,其特征在于:还包括检验合格后的拌料工序,在菜中拌入相当于新鲜蔬菜总重量 0.2-0.5% 的艾草、0.1-0.2% 的陈皮、0.5-0.7% 的大蒜、0.3-0.5% 的花椒、0.1-0.3% 的胡椒。

## 一种传统客家擦菜的制备方法

### 技术领域

[0001] 本发明涉及一种蔬菜的加工技术领域,具体涉及一种传统客家擦菜的制备方法。

### 背景技术

[0002] 擦菜,也叫酸菜,是一种土制的传统小菜。擦菜是腌制食品的重要一类,历史较为久远,在南方,常是自家食用,一般用来送粥,有时候也送饭,或者作为家常菜的配菜,如擦菜炒牛肉、擦菜炒大肠、擦菜鱼,都是人们喜爱的菜肴。在“瓜菜”年代,几乎家家户户都制作擦菜来食用,在农村更为普遍。民间曾有这样的流传:“三天不吃酸,走路打川川”。

[0003] 擦菜一般用青菜、白菜,也有用豆角来泡制,风味独特,清淡爽口,开胃生津,含有大量的维生素 C,乳酸菌,膳食纤维等营养物质,是一种绿色健康食品,老少皆宜。

[0004] 传统的擦菜制作方法:先把青白菜放在太阳下晒一两天,六七成干时用刀切成碎块状,然后装进一个肚大口小的瓦罐中,用木棍压紧,边装边压,直到插压严严实实的,然后在上面铺上些需盐,密封发酵,一个月后便成风味香郁的擦菜了。还可以把擦菜晒干制成酸菜干,有另一番风味。

[0005] 传统的擦菜制备方法工艺比较随意,只适合家庭和小作坊使用,不利于大规模生产推广,并且需要很多制作人的经验,限制了这一健康食品的推广。本发明基于传统制作工艺,改进制作方法,便于大规模生产。

### 发明内容

[0006] 本发明的目的在于提供一种基于传统制作工艺改进的传统客家擦菜的制备方法,便于大规模生产,且擦菜的酸爽开胃生津,能满足更大消费者的味蕾。

[0007] 本发明所述的传统客家擦菜的制备方法,包括以下步骤:

以新鲜的蔬菜为原料,预处理后,干燥去除 30-50% 的水份,斩切成段,进行人工辊揉,然后装入底部设有排水管的容器中压实,倒置自然排水,半封闭 5~7 天后将菜掏出,加入 1-4% 的盐混合均匀,再装入容皿压实,倒置排水,密闭存放 70-120 天,检验合格后,即得。

[0008] 所述的斩切成段指的是将预处理后的蔬菜斩切成 1-2cm 的段。

[0009] 所述的斩切成段的蔬菜的干燥方法为在阳光下晾晒至蔬菜变皱,晾晒时间为 8~10 小时。

[0010] 所述的检验合格是指按照国标 GB/T 5009.33—2010 的方法检测不出亚硝酸盐,同时菜的含水量为 60-70%, pH 为 3.5-4.5。

[0011] 所述的传统客家擦菜的制备方法,还包括检验合格后的拌料工序,在菜中拌入辣椒、盐,使得口味更好;

或者在菜中拌入相当于新鲜蔬菜总重量 0.2-0.5% 的艾草、0.1-0.2% 的陈皮、0.5-0.7% 的大蒜、0.3-0.5% 的花椒、0.1-0.3% 的胡椒,这些成分既是香料也是中药成分,能够使擦菜味道更加香浓可口,开胃生津,而且具有缓解妇科病、保肝护胃、止咳化痰等保健作用,使人们在享受美味的同时,还能适当调理身体,一举两得。

[0012] 本发明中加入的香料和药草的植物来源如下：

艾草，拉丁名为 *Tanacetum vulgare* L.，是我国药膳食疗的植物，能散寒除湿，温经止血。适用于虚寒性出血及腹痛，对于妇女虚寒月经不调、腹痛、崩漏有明显疗效，是一种妇科良药。

[0013] 陈皮，拉丁名为 *Citri Reticulatae Pericarpium*，是芸香科植物橘及其栽培变种的成熟果皮，用于胸脘胀满，食少吐泻，咳嗽痰多。

[0014] 大蒜，拉丁名为 *A. Sativum* L. var. *Viviparum* Regel，性温，温中行滞，解毒，杀虫。抗菌，抗病毒，杀原虫；降脂，抗动脉粥样硬化。抑制血小板凝聚；提高免疫；抗肿瘤；保肝。

[0015] 花椒，拉丁名为 *zanthoxylum*，性温，温中止痛，杀虫，止痒，抗炎，抗溃疡，抗菌，止腹泻；保肝；具局麻作用，对肠平滑肌运动有双向作用。

[0016] 胡椒，拉丁名为 *Piper nigrum* Linn，性热，温中散寒，下气止痛，止泻，开胃。

新鲜蔬菜中含硝酸盐，而硝酸盐在制备擦菜或者酸菜的过程中会转化成亚硝酸盐，人体摄投入过多亚硝酸盐会影响身体健康甚至致癌。现有技术工艺制作的擦菜在发酵过程中，都会产生一定量的亚硝酸盐，大量食用不利于身体健康。而本发明方法所制备的传统客家擦菜不含有亚硝酸盐，这也是本发明的核心发明点之一，主要消除亚硝酸盐的关键点就在于本发明的两次压实存储过程、盐加入量和存放时间的控制，尤其是盐加入量和第二次压实后存放时间这两个要素。两次压实存放工艺的时间和盐加入量不是随意控制的，第一次压实过程并不加入盐，而只在第二次压实过程中加入盐进行配合腌制，在这一点上发明人进行了大量的实验，最终实验得出本发明的工艺，在生产过程中，亚硝酸盐的产生主要在第一次压实存放过程中，将菜掏出来之后，进行第二次压实，这个掏出的过程使擦菜接触氧气，而盐的有效含量对保持整个反应体系的稳定性起了很重要的作用，使得亚硝酸盐逐步氧化分解，其中，盐量的过多或过少均会影响亚硝酸盐的分解速度。第二次压实后存放时间控制也很重要，早了亚硝酸盐分解不充分，存放时间过长亚硝酸盐就有再次滋生出来的风险。

[0017] 本发明制备的传统客家擦菜环保绿色，保留了蔬菜的维生素，营养丰富，擦菜开胃生津，是一种有机生态食品，四季皆宜，会成为很受欢迎的美味佳肴。

## 附图说明

[0018] 图 1 是本发明擦菜制备方法的工艺流程图。

## 具体实施方式

### [0019] 实施例 1

以 5000 克新鲜的蔬菜为原料，预处理后，干燥去除 30% 的水份，斩切成段，进行人工辊揉，然后装入溶皿中压实，倒置自然排水，半封闭 5 天后将菜掏出，加入 1% 的盐混合均匀，再装入容皿压实，倒置排水，密闭存放 70 天，检验合格后，即得。

[0020] 所述的斩切成段指的是将预处理后的蔬菜斩切成 1-2cm 的段。

[0021] 所述的斩切成段的蔬菜的干燥方法为在阳光下晾晒至蔬菜变皱，晾晒时间为 8 小时。

[0022] 所述的检验合格是指按照国标 GB/T 5009.33—2010 的方法检测不出亚硝酸盐，同

时菜的含水量为 60%，pH 为 3.5。

[0023] 还包括检验合格后的拌料工序，根据擦菜的量在菜中拌入适量辣椒、盐，并在菜中拌入艾草 10 克、陈皮 5 克、大蒜 25 克、花椒 15 克、胡椒 5 克。

#### [0024] 实施例 2

以 5000 克新鲜的蔬菜为原料，预处理后，干燥去除 40% 的水份，斩切成段，进行人工辊揉，然后装入溶皿中压实，倒置自然排水，半封闭 6 天后将菜掏出，加入 2.5% 的盐混合均匀，再装入容皿压实，倒置排水，密闭存放 95 天，检验合格后，即得。

[0025] 所述的斩切成段指的是将预处理后的蔬菜斩切成 1-2cm 的段。

[0026] 所述的斩切成段的蔬菜的干燥方法为在阳光下晾晒至蔬菜变皱，晾晒时间为 9 小时。

[0027] 所述的检验合格是指按照国标 GB/T 5009.33—2010 的方法检测不出亚硝酸盐，同时菜的含水量为 65%，pH 为 4。

[0028] 还包括检验合格后的拌料工序，根据擦菜的量在菜中拌入适量辣椒、盐，并在菜中拌入艾草 17.5 克、陈皮 7.5 克、大蒜 30 克、花椒 20 克、胡椒 10 克。

#### [0029] 实施例 3

以 5000 克新鲜的蔬菜为原料，预处理后，干燥去除 50% 的水份，斩切成段，进行人工辊揉，然后装入溶皿中压实，倒置自然排水，半封闭 7 天后将菜掏出，加入 4% 的盐混合均匀，再装入容皿压实，倒置排水，密闭存放 120 天，检验合格后，即得。

[0030] 所述的斩切成段指的是将预处理后的蔬菜斩切成 1-2cm 的段。

[0031] 所述的斩切成段的蔬菜的干燥方法为在阳光下晾晒至蔬菜变皱，晾晒时间为 10 小时。

[0032] 所述的检验合格是指按照国标 GB/T 5009.33—2010 的方法检测不出亚硝酸盐，同时菜的含水量为 70%，pH 为 4.5。

[0033] 还包括检验合格后的拌料工序，根据擦菜的量在菜中拌入适量辣椒、盐，并在菜中拌入艾草 25 克、陈皮 10 克、大蒜 35 克、花椒 25 克、胡椒 15 克。

#### [0034] 实施例 4

##### 擦菜亚硝酸盐含量对比试验

1、实验目的 对比实施例 1、实施例 2、实施例 3、按照传统工艺自制擦菜，并检测各自的亚硝酸盐含量。

#### [0035] 2、实验样品准备

新鲜蔬菜原料均为采摘自同一菜园，采摘后集中、待用；

按照传统工艺制备擦菜：

原料：新鲜的蔬菜 5000 克

在菜园里采摘新鲜的蔬菜集中备用，称重，记录。去掉外层黄叶、损伤的叶子，仔细清洗干净，沥干；将洗净后的蔬菜进行晾晒，晾晒时间为 2 天，去除 70% 的水份；收集晾晒好的蔬菜，用切割机碎成细条状，手工揉搓碎叶，在手掌间来回摩擦，使其柔软，挤出水份，进一步去除蔬菜的水份，装入擦菜缸中，一边装缸一边压紧排气，封缸发酵，控制发酵温度为 28-30℃，倒置排水，发酵 7 天后，解除缸封，加入 50 克盐，混合均匀，即得成品。

#### [0036] 3、实验检查方法及结果

亚硝酸盐含量检测方法参照国家标准《GB/T 5009.33—2010 亚硝酸盐含量检测》，结果见表 1：

表 1 各擦菜中亚硝酸盐含量的比较

| 擦菜    | 检测项目 | 亚硝酸盐含量 mg/kg |
|-------|------|--------------|
| 实施例 1 |      | 0.0          |
| 实施例 2 |      | 0.0          |
| 实施例 3 |      | 0.0          |
| 实施例 4 |      | 1.2          |

由表 1 可以看出，实施例 1、实施例 2 和实施例 3 擦菜中检测不出亚硝酸盐，而实施例 4 按传统工艺制备的擦菜中则含有一定量的亚硝酸盐，因此，本发明实施例 1、实施例 2 和实施例 3 制备的擦菜中，盐的有效含量对保持整个反应体系的稳定性起了很重要的作用，盐量的过多或过少均会影响亚硝酸盐的分解速度，通过合理的盐配合，可以有效促进亚硝酸盐的分解，减少擦菜中亚硝酸盐的含量，确保食用安全。

#### [0037] 食用案例

1、李××，女，广西南宁市人，1974 年生，某农村务农妇女，长期虚寒性出血，经期腹痛得厉害，饮食无味，食用本发明实施例 1 的传统擦菜，每日两餐，每餐 20 克，连续食用半个多月后，觉得精神好转，呼吸顺畅，食欲大增，经期腹痛情况也得以好转。

[0038] 2、江××，男，广西河池市人，1965 年生，肠胃不好，长期食少吐泻，咳嗽痰多，食用本发明实施例 2 传统擦菜，每日两餐，每餐 20 克，连续食用半个多月后，食欲好转，每天饮食正常，面色较前红润，咳嗽腹泻情况也减少。

采摘 → 预处理 → 干燥 → 斩切 → 辊揉 → 第一次腌制 → 第二次复盐腌制 → 检验 → 拌料 → 包装

图 1