



(12) 发明专利申请

(10) 申请公布号 CN 104705615 A

(43) 申请公布日 2015.06.17

(21) 申请号 201510117208.6

(22) 申请日 2015.03.18

(71) 申请人 郑雨杰

地址 236300 安徽省阜阳市阜南县柴集镇王寨村薛庄5号

(72) 发明人 郑雨杰

(51) Int. Cl.

A23L 1/218(2006.01)

A23L 1/29(2006.01)

权利要求书1页 说明书2页

(54) 发明名称

一种降三高杏仁芥菜的腌制方法

(57) 摘要

本发明涉及一种降三高杏仁芥菜的腌制方法,将芥菜头洗净后刮去外皮,切成长条状,放入葡萄酒中浸泡,向芥菜头外侧均匀撒播一层食盐腌制,将杏仁烘烤后去除种皮,将浸泡后的杏仁与香辛料放入水中煮制后取出,放入食醋与小苏打混合液中浸泡,将芥菜头接种双歧杆菌,同时加入生香酵母自然发酵后进行压榨,然后放置在复合调味料中腌制,最后将杏仁与腌制后的芥菜混合均匀,高温灭菌后装袋即可,经本发明制得的杏仁芥菜,口感清脆,酸辣开胃,营养丰富,腌制时间短,还具有降压、降脂、降糖的效果,更适合三高人群佐餐食用,抑菌效果明显,无需添加防腐剂即可长时间保持。

1. 一种降三高杏仁芥菜的腌制方法,其特征在于,其包含以下步骤:
 - a、将芥菜头洗净后刮去外皮,放置在流水下冲洗干净;
 - b、将去皮后的芥菜头切成厚度为 0.5-0.8cm 的片状,后切成宽度为 0.3-0.5cm 的长条状,放入葡萄酒中浸泡 1-2 天后取出;
 - c、向芥菜头外侧均匀撒播一层食盐,放入腌菜坛内,密封腌制 36-38 小时;
 - d、将芥菜头表面的食盐冲洗干净;
 - e、将杏仁在温度为 95-100℃ 的烘箱内烘烤 8-10 分钟,去除杏仁种皮;
 - f、将浸泡后的杏仁与香辛料放入水中煮制 25-30 分钟后,取出杏仁,保留煮制液,将煮制液加热至 65℃,并保温 6-8 小时后,滤除残渣,制成香辛料水;
 - g、将杏仁放入食醋内浸泡 2 天,同时向食醋内添加适量的小苏打,食醋与小苏打的重量比为 20:1;
 - h、将芥菜头接种双歧杆菌,同时加入生香酵母,在温度为 35-38℃,相对湿度为 80%-85% 的环境下,自然发酵 3-5 天,将芥菜取出,芥菜头、生香酵母重量比为 1:0.002;
 - i、将发酵后的芥菜在 1.5-2mpa 的压力下反复压榨 2-3 次后,放置在复合调味料中腌制 10-11 小时;
 - j、将杏仁与腌制后的芥菜按一定比例混合均匀,高温灭菌后装袋即可。
2. 根据权利要求 1 所述的一种杏仁芥菜的腌制方法,其特征在于,步骤 j 中,添加杏仁与芥菜头的重量比例为 1:5。
3. 根据权利要求 1 所述的一种杏仁芥菜的腌制方法,其特征在于,所述复合调味料由麻油、食醋、香辛料水按 0.3:1:1.5 的重量比混合制成。
4. 根据权利要求 1 或 3 所述的一种杏仁芥菜的腌制方法,其特征在于,香辛料由红曲米、香蜂草、排草、莲米心、肉桂、陈皮按 2:0.5:0.3:0.1:1:0.8 的比例混合制成。

一种降三高杏仁芥菜的腌制方法

技术领域

[0001] 本发明涉及一种家常腌制菜,具体涉及一种降三高杏仁芥菜的腌制方法。

背景技术

[0002] 芥菜经过我国人民长期选择和栽培,培育出了根、茎、叶、薹、芽、子等芥菜变种,根芥菜,也叫芥菜疙瘩,用来腌制咸菜,这就是妇孺皆知的大头菜,叶芥菜则分为大叶芥、花叶芥,俗称雪里蕻、可制作成回味无穷的霉干菜,而茎芥菜,人们用来制作榨菜,现已名扬国内外,芥菜头是芥菜的一个变种,为根用芥菜,它质地紧密,水分少,膳食纤维多,有强烈的芥辣味并光彩带苦味,芥菜头就是根用芥菜,又称大头菜,十字花科植物,芥菜头像萝卜一样是长在地底下的,但其形状为圆球,底下长了一个长须根,似萝卜,样子像个疙瘩,而且吃起来有一股辣味,故名之辣菜,最普遍的做法是用盐腌制咸菜吃,也有的地方将其做成辣菜、辣丝等,目前市场上制作的芥菜类食品均是作为开胃小食供消费者食用,并不具备保健治疗功效。

发明内容

[0003] 本发明的目的在于提供一种降三高杏仁芥菜的腌制方法。

[0004] 本发明采用的技术方案为:一种降三高杏仁芥菜的腌制方法,其包含以下步骤:

将芥菜头洗净后刮去外皮,放置在流水下冲洗干净;

将去皮后的芥菜头切成厚度为0.5-0.8cm的片状,后切成宽度为0.3-0.5cm的长条状,放入葡萄酒中浸泡1-2天后取出;

向芥菜头外侧均匀撒播一层食盐,放入腌菜坛内,密封腌制36-38小时;

将芥菜头表面的食盐冲洗干净;

将杏仁在温度为95-100℃的烘箱内烘烤8-10分钟,去除杏仁种皮;

将浸泡后的杏仁与香辛料放入水中煮制25-30分钟后,取出杏仁,保留煮制液,将煮制液加热至65℃,并保温6-8小时后,滤除残渣,制成香辛料水,香辛料由红曲米、香蜂草、排草、蓬米心、肉桂、陈皮按2:0.5:0.3:0.1:1:0.8的比例混合制成;

将杏仁放入食醋内浸泡2天,同时向食醋内添加适量的小苏打,食醋与小苏打的重量比为20:1;

将芥菜头接种双歧杆菌,同时加入生香酵母,在温度为35-38℃,相对湿度为80%-85%的环境下,自然发酵3-5天,将芥菜取出,芥菜头、生香酵母重量比为1:0.002;

将发酵后的芥菜在1.5-2mpa的压力下反复压榨2-3次后,放置在复合调味料中腌制10-11小时,复合调味料由麻油、食醋、香辛料水按0.3:1:1.5的重量比混合制成;

将杏仁与腌制后的芥菜混合均匀,高温灭菌后装袋即可。

[0005] 经本发明制得的杏仁芥菜,口感清脆,酸辣开胃,营养丰富,腌制时间短,腌制过程不添加任何防腐剂和增色剂,亚硝酸盐含量极低,长期食用不会对人体造成伤害,经本发明腌制后的杏仁芥菜,还具有降压、降脂、降糖的效果,更适合三高人群佐餐食用,抑菌效果明

显,无需添加防腐剂即可长时间保持。

具体实施方式

[0006] 实施例 1:

将芥菜头洗净后刮去外皮,放置在流水下冲洗干净;

将去皮后的芥菜头切成厚度为 0.5cm 的片状,后切成宽度为 0.3cm 的长条状,放入葡萄酒中浸泡 1 天;

向芥菜头外侧均匀撒播一层食盐,放入腌菜坛内,密封腌制 36 小时;

将芥菜头表面的食盐冲洗干净;

将杏仁在温度为 95℃ 的烘箱内烘烤 8 分钟,去除杏仁种皮;

将浸泡后的杏仁与香辛料放入水中煮制 25 分钟后,取出杏仁,保留煮制液,将煮制液加热至 65℃,并保温 6 小时后,滤除残渣,制成香辛料水,香辛料由红曲米、香蜂草、排草、莲米心、肉桂、陈皮按 2:0.5:0.3:0.1:1:0.8 的比例混合制成;

将杏仁放入食醋内浸泡 2 天,同时向食醋内添加适量的小苏打,食醋与小苏打的重量比为 20:1;

将芥菜头接种双歧杆菌,同时加入生香酵母,在温度为 35℃,相对湿度为 80% 的环境下,自然发酵 3 天,将芥菜取出,芥菜头、生香酵母重量比为 1:0.002;

将发酵后的芥菜在 1.5mpa 的压力下反复压榨 2 次后,放置在复合调味料中腌制 10 小时,复合调味料由麻油、食醋、香辛料水按 0.3:1:1.5 的重量比混合制成;

将杏仁与腌制后的芥菜混合均匀,高温灭菌后装袋即可。

[0007] 实施例 2:

将芥菜头洗净后刮去外皮,放置在流水下冲洗干净;

将去皮后的芥菜头切成厚度为 0.8cm 的片状,后切成宽度为 0.5cm 的长条状,放入葡萄酒中浸泡 2 天;

向芥菜头外侧均匀撒播一层食盐,放入腌菜坛内,密封腌制 38 小时;

将芥菜头表面的食盐冲洗干净;

将杏仁在温度为 100℃ 的烘箱内烘烤 8-10 分钟,去除杏仁种皮;

将浸泡后的杏仁与香辛料放入水中煮制 30 分钟后,取出杏仁,保留煮制液,将煮制液加热至 65℃,并保温 8 小时后,滤除残渣,制成香辛料水,香辛料由红曲米、香蜂草、排草、莲米心、肉桂、陈皮按 2:0.5:0.3:0.1:1:0.8 的比例混合制成;

将杏仁放入食醋内浸泡 2 天,同时向食醋内添加适量的小苏打,食醋与小苏打的重量比为 20:1;

将芥菜头接种双歧杆菌,同时加入生香酵母,在温度为 38℃,相对湿度为 85% 的环境下,自然发酵 5 天,将芥菜取出,芥菜头、生香酵母重量比为 1:0.002;

将发酵后的芥菜在 1.5-2mpa 的压力下反复压榨 3 次后,放置在复合调味料中腌制 11 小时,复合调味料由麻油、食醋、香辛料水按 0.3:1:1.5 的重量比混合制成;

将杏仁与腌制后的芥菜混合均匀,高温灭菌后装袋即可。