

高丽参 碰撞冬令菜

美食

浣滆

鍙戝竷浜庯細2008/11/24 13:42

冬季正是进补的好时节。提起进补,很多人就会想到人参这种进补的佳品,而了解人参的人,亦无不 知晓韩国的高丽参。

日前,韩国人参公社举行了"2008正官庄活力体验之旅",让我们有机会亲眼目睹高丽参从收获、加工、出品的全过程,同时也有机会了解到韩国人以高丽参做原料的健康食谱,并观摩到他们简单方便的制作方法。

风水宝地栽培上等人参

从首尔驱车2小时到达韩国中部的利川,据说,这里的气候、土壤以及水质得天独厚,非常适合人参的生长,是人参的主要产区之一。人参的栽培和生长对土壤和气候非常敏感,既怕雨水沉滞,又怕阳光直照,一般来说,只有平缓的斜坡和山麓附近的干燥土地上才能种植。

下车步上参田,自然生态的田园气味扑面而来。沿坡参田边上放着一堆堆棚架拆除后的支架,一块块未收割的参田骤看只有黄沙,走近细看原来其叶茎已被剪去,收割拖拉机经过之后,转动的履带就翻出一棵棵鲜白的人参,铺满黄沙上面,接着十数个参农徒手收拾整理装箱。

参农介绍说,人参喜听"三声",一是风声,人参择地而生,受土壤、地形和气候影响最大,是喜阴植物,需散射弱光,怕直射阳光。人参生长发育期间,以平均气温在15~20 为宜;二是水声,人参对水分要求比较严格,既喜水又怕涝。人参发育期要求土壤水分适宜。三是人声,人参需要人们经常的照顾,播种后2年就要移栽。种植期间要进行架设荫棚、摘蕾、松土除草、防旱排涝等等。

收获人参后的土地,欲再种人参,必须要再养地10年方可,皆因它生长中会吸尽地里人参所需的有机物精华,若接着种肯定根枯茎竭,徒劳枉然。人参的珍贵可谓非同一般,天时、地利、风水(自然环境)真是缺一不可。

精益求精制作优质产品

观察完参田后,又驱车到韩国历史名郡扶馀,人参公社在此设有目前世界最大的人参工厂,已 有50年以上的历史。

迈进厂门,浓郁的参味扑鼻而来,工装整洁的工人异常忙碌。水参经精心挑选后,立即放入具有 超声波功能的滚筒洗参机,洗涤清洁后分大、中、小品种放上金属制的托架,又立即放到蒸干箱进行 加工。

蒸干后的人参还要进行干燥加工,以再蒸发部分的水分,经人手切去细根后,还需运上楼顶的棚架上晾晒,由太阳光和自然风做最后的天然生晒,当人参水分达到13%左右,晒干工序方告完成。然后,由熟练的技工按照成品管理标准做最后的定型,筛选出天参、地参、良参、切参4个不同等级,分

别进行包装。其中顶级的天参和高级的地参产量极少,良参也为功效不二的优质产品。

我们了解到,从公元400年起,韩国就开始了人参贸易,并以高丽参享负盛名,1899年就设置了国家级的人参管理部门,1908年政府颁布了红参专卖制法令,1940年起出口红参使用"正官庄"商标,这个名字意味着由政府管辖的工厂制造、包装并由政府监制,而人参公社为保产品成为精品,采取严格、系统化的质量管理,贯穿于产出过程的每个阶段。在举世注重食品安全的今天,看到韩国人参公社这种严格检查监控的管理机制,实在让人赞叹。

高丽参的健康食谱

高丽参松籽酱拌大虾

材料 大虾6只,白葡萄酒1小匙,盐和胡椒少许,黄瓜半条,盐少量。高丽参松籽酱由以下成分组成:松籽若干,芥末醋酱1小匙,高丽参粉1小匙,盐和胡椒少许,白糖1/2匙,食醋1小匙,蛋黄酱1小匙,大蒜1小匙,酱油1/2小匙。

做法

先把高丽参松籽酱做好备用。

大虾去内脏去头,用开水烫一下。

将葡萄酒、盐、胡椒放入锅中炒,放凉后去皮切成一半展开。

黄瓜剖开两半去籽,切成适中大小用盐腌一会儿后去水分。

松籽剁成碎末,放入适量材料。

用酱料分别拌好大虾和黄瓜后混在一起装盘。

高丽参、苹果做馅的烤鸡胸脯肉卷

材料:鸡胸脯肉4块,盐和胡椒少许,白葡萄酒2小匙,高丽参精华素1小匙,苹果1/2个,熏猪肉4片,高丽参切片50g,黄油1小匙,桂皮粉1小匙。

做法:

鸡胸脯肉铺展成薄片。

用盐、胡椒、白葡萄酒、高丽参精华素入味。

苹果和高丽参切片切成5mm大小。将黄油放入锅中,加入苹果和砂糖轻炒一会儿后再放入高丽参切片和桂皮粉。

将2大匙高丽参、苹果片放在鸡胸脯肉上卷好,再用熏猪肉包裹后用食用线捆扎固定好。

在预热至200 的烤箱中烤至鸡胸脯肉全熟。

红薯高丽参拿铁

材料:红薯1个,高丽参粉1小匙,梅实清1大匙,牛奶1杯,蜂蜜少量。

做法:

红薯或蒸或煮后碾碎,用筛网过滤。

将高丽参粉混入碾碎的红薯中。

将高丽参、红薯和牛奶放入搅拌机中充分搅拌,倒入梅实清和蜂蜜。

可以加热后热饮,也可以冷饮。