

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。
- ▲ 松籽剥成碎末，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。