

作者：劉啟祥 助理研究員  
作物改良課  
園藝研究室  
電話：(03)8521108 轉 300

## 文旦加工利用 - 清爽健康的文旦醋



人們生活的內容會隨著時間而逐漸轉變，不過有些東西卻還是被保留了下來，比如說「開門七件事」：柴、米、油、鹽、醬、醋、茶。其中醋的使用不僅在於現代，還可以上溯幾千年之遠，最初在周朝時稱之為醯，到了漢代則稱為醋。雖然醋主要是用於調味，但據說漢代另有消毒用的醋，在唐朝時也將醋當作是一種中藥處方；然而，最迷人的故事則非埃及女王克佩脫拉莫屬，相傳克佩脫拉女王就是使用泡了珍珠的醋，因而得以美貌常駐，雖說故事已不可考，但也憑添醋的神秘面紗。

回到科技發達的現代，除了美麗的傳說與可口的飲食之外，醋還因為人們生活的轉變而被賦予更多的風貌。目前已有報告指出醋可以促進人體血液的流動，並且有助於消除疲勞、鬆弛緊張、改善過敏症狀；在飲食中使用醋，不僅能去除腥味，改善食品色澤、口感與風味，更能促進食物中鈣質的溶出，有利人體吸收。

而在一般的餐飲食品之外，水果也是重要的維生素營養的來源，在眾多水果之中，文旦不僅風味清新爽口，營養價值高，並且還含有豐富的鈣質，是營養又可口的水果種類之一。既然喝醋好處多，文旦清香又營養，以文旦為材料製成文旦醋，應該是一個理想的組合。本場進行文旦醋的製作研究，結果顯示文旦醋製作簡單，風味絕佳，很適合提供大眾參考使用。製作方法是將文旦洗淨切塊後浸泡於釀造醋中，加入冰糖調味，靜置一個月後過濾裝瓶即為文旦醋成品；飲用時加水稀釋四至五倍，冰涼後風味更勝一籌；需注意連皮的文旦不宜使用過多，以避免產生苦味，若完全不使用，則又不容易顯現文旦清新獨特的風貌。在糖的使用量部分，可依個人口味斟酌調整，糖的種類則以冰糖為宜，使用砂糖會加深文旦醋的顏色，並且會產生較複雜的風味，不利文旦醋清爽的風貌。

一年容易又中秋，又將有品質優良的文旦供應上市。文旦醋製作簡單，風味優美，文旦醋在家自己做，除了賞月吃文旦外，還可以過一個不一樣的中秋節。