

# 泡腊八蒜用什么醋？教你3个技巧，1晚变绿酸辣酥脆1年还不错

翻了翻日历，突然觉得时间过得好快，已经是冬月初十了，再过二十天就是腊月了。俗话说“腊八过年”，腊八的风俗是什么？这一天，北方家家户户都会泡一坛腊八蒜，到第五天包饺子吃。

腊八蒜味酸、甜、脆，味微辣，营养价值高。可杀菌抑菌，提高免疫力。冲泡的方法也很简单。大蒜去皮后加醋。如果你喜欢甜味，你可以加一些糖。

腊八大蒜浸泡成功的标志是颜色变绿，但是很多人都找不到不变色的方法浸泡，最后变成糖醋蒜。

虽然有些口味和口味是一样的，但还是有些差距的。

腊八蒜能不能变绿与两个因素有关，一是用的“醋”，二是温度。

常见的醋有4种，分别是熟醋、香醋、米醋、白醋。应该使用哪种醋？应该放在温度高的地方还是温度低的地方？今天给大家分享一下泡腊八蒜的技巧。

喜欢吃的朋友可以提前了解一下。无需等待腊八，您可以随时浸泡绿脆的腊八蒜。

80岁的老奶奶在农村泡腊八蒜已经几十年了。她的方法很简单。掌握两个技能后，一天就会变绿，一年后也不会变坏。

### 【泡腊八蒜】

准备紫蒜、米醋、冰糖和密封玻璃瓶。

1、虽然都是大蒜，但紫皮蒜比白皮蒜好，口感更脆，营养价值更高，所以腊八蒜要选择紫皮蒜。准备一锅凉开水，加一勺盐，搅拌均匀，加入大蒜，浸泡24小时，这样大蒜就不会那么辣了。浸泡后沥干，去皮。

2、将适量米醋倒入干净的锅中，加入适量冰糖，小火煮至溶化。

如果你不想吃糖，你也可以不吃。腊八蒜味酸辣。

3、将玻璃瓶提前用开水焯一下，沥干水分。玻璃瓶不能装水或油，否则腊八蒜会碎。

4、将蒜瓣放入干净的玻璃瓶中。糖醋酱不用放凉，倒入瓶中，加入适量白酒，封口，放在屋内温度最高的地方即可。

放在炉子旁边不加热，浸泡10天左右。浸泡一夜后开始变绿，但浸泡时间越长，腊八蒜越入味。

### 【技能】

1、泡腊八蒜一定要记住“二用”，用紫蒜和米醋。

紫蒜个头比较小，容易泡透，比较入味，比较扎实，吃起来香脆可口。

米醋色泽清淡，香气足，泡好的腊八蒜



呈翠绿色，酸辣适中，略带甜味。

千万不要用陈醋或香醋，颜色太重，会使大蒜变黑，而且味道太酸，不要食用。

2、泡好的腊八蒜温度一定要高。温度越高，它变绿的速度越快，但变绿后，应存放

在阴凉处，以使其长期保持绿色，并且不会损坏。

3、加入少量白酒可有效延长贮藏时间。

用这种方法腌制的腊八蒜味酸辣甜，青脆，一年不坏。

## 没有萝卜干的冬天是不完整的，自己动手，成就一盘香辣美味



没有萝卜干的冬天是不完整的，所以，我又开始努力让这个冬天完整起来了。这次晒的萝卜是爸妈从老家寄过来的，因为口罩原因没办法回去，好在快递还是通的。寄过来也是挺方便的，虽然我更喜欢吃妈妈腌制的萝卜干。

本来我没让爸妈寄的，觉得寄这种东西不划算，太重快递费挺多的。最后他们给弟弟寄过来的，正好我弟弟又送了一些过来。我想着一次也吃不掉这么多萝卜就干脆切切晒晒再腌制一下吧。

### 【香辣萝卜干】

主要食材：白萝卜，辣椒粉，姜蒜

具体做法：

白萝卜切成片，加盐腌制起来，我腌制了一夜。早上起来把水分都倒掉，摊开晒起来，我这次就在自己家阳台晒的，因为不太多，就懒得折腾到楼顶了。

晒了两天就干透了，也不能太干了，容易吃不动。晒好之后放盆里，用开水泡一下，一来洗掉灰尘，二来也为了之后吃起来更有嚼劲。

沥干水分，把萝卜干放到大碗里面，加姜蒜末，辣椒粉，五香粉，蚝油，白糖。

在锅里烧一点油，油热之后淋上去。

静置一会儿搅拌均匀放一夜就可以食用了。

我喜欢腌制好之后，放到带盖子的瓶子里吃的时候就掏出来一些，非常下饭的。只是这一次我做得有些偏辣的，孩子就不能吃了，平时我腌制的时候都会少放一些辣，没关系下次再晒的时候我一定少放一点辣椒粉了。

**大爺火鍋** George's Hotpot & BBQ

**大华府唯一一家可以品尝到三种美食**

上百种美味任您选择

**北京大烤鸭 韩国烤肉 中式火锅**

电话: **301.208.6868**

周日~周四 12pm~10:0pm / 周五~周六 12pm~11:0pm

地址: 24 Bureau Dr, Gaithersburg, MD 20878 (Diamond Square Shopping Center, Giant 旁)

招牌北京大烤鸭 \$35

需点单其他菜品超过\$20 不包含中午套餐和其他优惠 限堂吃 每桌限一只 超过四位需要订位

6-123

北京烤鸭

韩式烤肉

中式火锅

**CHINA GARDEN RESTAURANT**

**汉宫**

大华府地区最富丽堂皇的大酒楼

11333 Woodglen Dr Rockville, MD 20852

301.881.2800

每天中午点心推车服务, 港式点心, 任君选择 全天候免费提供停车位(汉宫正门斜对面停车场)

6-122

首推

港式点心

拿手菜

拿手菜

欢迎各规格的宴席、独立雅座包间预定

**燕子螺蛳粉** Yanzi Noodle House

华府首家正宗柳州螺蛳粉店 万里寻家之味, 燕子翩然提来

电话: 301-777-8888 / 410-299-2137

发美食秀, 晒朋友圈八折优惠! 具体折扣详情请扫码咨询

\*本店新增桂林米粉, 老友粉等广西风味小吃及台湾小吃。 \*外卖平台点餐: Chowbus, HungryPanda, Grubhub, UberEats, DoorDash, Fantuan

\*\*\* DC, MD, VA 各地都可送餐! Email: Yanzilusifen@gmail.com

门店已经试营业啦!

6-121