

说起“酸菜”，口腔里的唾液就开始分泌了，

那种“

酸”能让

人酸的流口水，虽

然酸，但却酸的鲜美，又酸又脆，开胃的很，

在很多北方人的心里，腌酸菜是他们冬天开始的标志性行为，其实不然，南方人也腌酸菜，在老一辈人的手上，酸菜是一缸一缸地腌，腌好的酸菜能从这个冬天吃到来年的初夏，所以说，要是在南方的大街小巷看到老百姓们开始腌酸菜、做酱油肉、灌香肠、做酱鸭等等，就说明天气已经降温要入冬了，大家也在为冬季甚至是春节做准备了；



以前小时候到了冬天我奶奶都是用缸做的，腌上满满一大缸，但是现在的人腌菜吃的少，而且多数人都住在楼房，家里没有大缸，那今天的这个方法就更加适合你了，只要准备几个玻璃罐就能做，比例也很简单，以晾晒过的长梗白菜为准，一斤菜

配32g盐，这

种比例腌出来的酸菜不会特别咸，但也能长时间保存，

了解了2种原材料之后，就剩“菜卤”了，那既然腌酸菜的原材料只有2种，那菜卤从何而来呢？

下面文章中会有详细说明，让你一看就会，一做就成功，喜欢吃酸菜的朋友一定要试试！







3、冬季的天气差不多晾大半天或者一整天，晾晒到这种干瘪瘪的状态，叶子是萎蔫耷拉的，菜梗也变软了一些，就可以开始下一步操作；



4、  
这一步就是制  
作菜卤，长梗白菜晒干之后  
还有2斤，我用了64g食盐，  
先取三分之一的白菜放在一个大盆中，撒上适量的食盐，用手搓一下，不要过分揉搓，  
搓到感觉叶子变色，就差不多了，这时候是不会出水的，不要过分揉搓，一定要搓出水分为止是不对的，过分揉搓会导致腌好的酸菜不脆爽，全部揉搓好之后，取几根白菜放在一起，稍微绕一下，捆成一卷，或者拧成麻花状，拧好之后放在一个大盆中，上面压上一个装满水的盆或者其它的重物，压一个晚上；





5、第二天早上起来，你会发现大盆中出来很多水，这个就是“菜卤”，是长梗白菜本身的水分，所以腌制酸菜的时候我们用的就是它本身的“菜卤”，不用额外加水或者是凉白开，菜卤是泡酸菜最好的发酵水，能让腌好的酸菜脆爽不开花，而且香味更浓郁，这是腌好酸菜最重要的秘诀；这个就是腌好酸菜的秘诀；







8、这样腌好的酸菜脆爽可口，酸度适中，可以做馅料也可以炖肉，还能清炒或者素炒，总是你喜欢什么样的做法都是可以的，每次要吃的时候取一些出来，吃多少取多少，取得时候尽量不要沾到生水，能让酸菜的保质期更久，不容易长毛，也不会发霉；



---

### ——【白菜酸菜炒豆干】——

【原材料】白菜酸菜适量、豆干适量；

【白菜酸菜炒豆干的做法】

1、自己家腌的酸菜如果全程操作都比较干净的话，取出来之后可以直接烹饪，也可以清洗之后再烹饪，今天用这个酸菜做一个下饭菜——酸菜肉末炒豆干，适量的酸菜、豆干、猪肉和大蒜，喜欢吃辣的加点小米辣；





3、锅烧热，加入适量的食用油，油温5成热，下入肉末和蒜末，把肉末翻炒至变色，下入酸菜和豆干，大火爆炒；



5、焖煮好之后，出锅装盘，好吃的酸菜炒豆干就做好；



