



好料酒 怎样选

□ 本刊记者 王向龙/文

料酒在我国丰富多彩的饮食文化中扮演着重要的角色。据了解，我国料酒每年产量达到几百万吨，已经成为调味品行业的重要品类之一。在越来越注重食品安全和营养健康的今天，料酒的品质也越来越受到人们关注。

制作工艺不分优劣

记者在北京一些超市走访发现，料酒的名称有“调味料酒”、“料酒王”、“精制料酒”、“特制料酒”等。琳琅满目的料酒产品价格各不相同，如一款龙菲500ml装的料酒价格3.55元，而一款同规格的老恒和料酒价格则为6.80元。

不仅产品名称、价格多种多样，料酒的配料表标注也差别较大。一款老才臣姜葱料酒，配料依次为水、食用酒精、黄酒、食用盐、香辛料、姜汁、葱汁、食品添加剂（谷氨酸钠、焦糖色）；一款宽牌调味料酒，配料表上依次为水、食用酒精、食用盐、液体麦

芽糖、食品添加剂（谷氨酸钠、焦糖色）、香辛料；而一款老恒和料酒，配料表中则只有发酵酒、食用盐、香辛料、焦糖色等。

采访后得知，目前市场上料酒的配料成分差异，主要在于制作工艺不同，一种是用发酵酒加食盐和香辛料制成，另一种是用黄酒或食用酒精加入香辛料制成。这两种料酒产品都符合SB/T 10416—2007《调味料酒》标准要求。

在《调味料酒》标准中，对料酒的定义为：以发酵酒、蒸馏酒或食用酒精分为主体，添加食用盐（可加入植物香辛料）配制加工而成的液体调味品。在标准的相关规定中，记者并没有看到对“酿造”还是“配制”的区分。

国家副食品质检中心副主任刘稼骏表示，从营养价值上分析，以黄酒为酒基生产的料酒因其含有糖类、氨基

酸、有机酸等物质，营养价值要略高于以食用酒精为酒基的产品，但作为调味品的料酒，这一点营养价值的差异并不明显，主要差异体现在烹饪风味上。根据不同地区消费者饮食习惯的不同，两者需求各有差异，不能简单地判别孰优孰劣。

料酒感官要求

项目	要求
色泽	浅黄至红褐色，有光泽
香气	具有调味料酒特有的醇香，香气协调
滋味	滋味纯正、无异味
体态	清亮透明、允许有微量聚集物

料酒理化指标

项目	要求
酒精度（20℃）%vol	10.0
氨基酸态氮（以氮计）/（g/L）	0.2
总酸（以乳酸计）（g/L）	5.0
食盐（以氯化钠计）（g/L）	10.0



天然香辛料决定风味

料酒作为一种调味品，主要在菜肴中起到调味的的作用，而料酒中的各种天然香辛料，由于具有香、辛、麻、辣、苦、甜等气味，在菜品中起调香、调味、抑制和矫正原料不良气味、改善菜肴风味及着色等作用，能够使菜品风味更加协调。

刘稼骏说，在料酒中添加香辛料主要是满足不同地区、不同消费者的饮食口感的需要，以及满足不同菜系和菜谱制作工艺的需要。料酒中的香辛料含量与料酒的品质没有直接关系，只是满足消费者制作菜谱的不同需求。

消费者在选择料酒时，除了要关注产品是否符合行业标准的质量要求外，还要注意查看所要购买料酒中的香



辛料是哪种饮食风味，应根据要烹饪的菜肴的不同，选择相应风格的产品，如在禽、鱼肉类和酱腌菜腌制过程中就需要添加含有香辛料的料酒用于增香、去腥、防腐等，“各个料酒品牌在风味上是有一定区别的，关键是看消费者适合哪类口味。而风味的区别，主要由料酒中的天然香辛料所决定。”

与黄酒有一定区别

实际上，目前市场上有料酒、黄酒以及调味黄酒等几类可以辅助烹饪的“酒类”产品，而不少消费者把黄酒当做料酒，也把料酒当黄酒来使用，还有消费者用白酒代替料酒使用。

烹饪时，料酒和黄酒有什么区别？

刘稼骏表示，以前人们常用黄酒做料酒，黄酒既可以饮用，又可以用于烹饪。在很多消费者看来，料酒和黄酒是一样的。而实际上，黄酒并非料酒，而且有一定的区别。料酒从单独成为一类调味品算起，只有几十年的历史，而黄酒已经有上千年的历史，并非是调味品。

黄酒是一种饮料酒，是以稻米、黍米、玉米、小米、小麦等为主要原料，经蒸煮、加曲、糖化、发酵、压榨、过滤、煎酒、贮存、勾兑等工艺生产的酿造酒，富含多种氨基酸和对人体有益的矿物元素，营养丰富，可直接饮

用；而料酒多是用发酵酒或食用酒精加入天然香辛料制作而成，属于调味品。由于料酒中含有一定量的食盐，一般不直接饮用。

在日常生活中，有些消费者在烹饪时喜欢用黄酒来替代料酒，此时还需要添加一些其他调味料。生产料酒的目的就是将各种调味料（如食盐、酒、香辛料、有机酸等）按比例调配在一起，以方便使用。与黄酒相比，由于添加了调味料，料酒烹饪时味道更好。

调味黄酒作为烹饪用的调味品，其成分虽和饮用黄酒类似，但严格来讲，调味黄酒也属于调味品类，配料不一样，两者的档次也不同。●

Tips

料酒的选购与保存

选购

1. 首先看标签，尽量挑选酒精度高的产品。
2. 品质优良的料酒酒液清澈透明，无混浊现象、无悬浮物。劣质料酒酒液混浊，颜色不正。
3. 优质料酒开瓶后应该能闻到浓郁的酒香味，无入口苦涩等异味。

保存

1. 料酒存放久了会产生酸味，如果放几颗黑枣或红枣就能使料酒保持较长时间不变酸，而且味道更醇。
2. 料酒使用后易受温度的影响而变质，长时间与空气接触易使料酒浑浊不清，产生酸味，所以料酒应放在阴凉通风处密封，以防止受热变质。
3. 已开盖的料酒要尽快使用，或者使用量少时要低温储藏。发现有霉变时就不能再食用了。