

# 猪肉排酸是什么意思（猪肉自己在家排酸的正确方法）

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/d4ee13e98f3d0d6ee8b12ba14227b386.html>

范文网，为你加油喝彩！

用最简单的话来说，排酸肉就是冷冻肉，在一定温度下存放一定时间以上的肉，这个过程就叫排酸过程。肉质排酸是有科学依据的，是一种有利于健康的做法，今天我们就来说说要如何来排酸，一起来看看吧。

肉的排酸方法：鸿门宴课文

- 1、把刚买回来的肉清洗一下后把水分吸干，把肉放在保鲜膜的中间，直接用保鲜膜把肉卷起来，并把保鲜膜的两端绑紧。
- 2、再用一块透气好的布把用保鲜膜卷好的肉包起来，放进冰箱，夏天冷冻，冬天冷藏。
- 3、猪肉一般冷藏3-5小时，羊肉一般5-7小时，牛肉一般10-14小时就可以完成排酸。

给肉排酸有什么作用？

从现代营养学和肉品学来说，这是一种成熟的工艺。把刚宰杀好的肉进行冷却，让肉的温度在1天内下降到0度左右，湿度保持在90%的环境中保持8-20个小时左右。

在这过程中肉类中的酶物质会把部分蛋白质分解成氨基酸，同时还会排空血液及部分体液，并能抑制大多数细菌滋生，使得肉的纤维结构发生变化，这样就很大程度上减少了有害物质的含量。

食用就会更安全，经过排酸的肉，会变得更加容易咀嚼和消化，也能营养成分也能更高效的吸收和利用。

排酸肉要如何保存？

如果量少会在近期食用完的话，可以选择冷藏的方式进行保存，一般冷藏可以保存3-5天不会变质。

如果量比较大，近期也食用不了的话，可以选择冷冻储存，冷冻可以保存3个月以上都不会变质，但是存放时间越久的肉，其肉质和口感都会越来越差。

如何辨别排酸肉？

没排过酸的肉的颜色是血红色的，其表面光泽差，有肉腥味和草酸的味道。

排过酸的肉的颜色是鲜红稍暗色，闻起来没有肉腥味和草酸的味道。

经过排酸的肉增加了鲜味和营养，煮起来更容易煮熟煮烂，口感也更为细腻。

猪肉冰冻能放多久？

正常情况下，猪肉放冰箱冷藏可以放3天左右不变质，如果放冰箱冷冻可以放置很长的时间，但我们建议就算是冷冻的肉也应该在3个月左右食用完，因为放置的时间越久，肉质下降就越严重。

结语：

看完后应该对排酸肉有个大概的了解吧，以后买肉的时候可以按照上面的方法来辨认要买的肉有没有排过酸，或者买回来后自己来排酸，做法简单只是耗些时间而已。

更多 作文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发