豬肉的腥臊味 -- 去腥

**豬肉的腥臊味是因為血水及淋巴的殘留造成。**

**絕大部分的人是用蔥、薑、酒來處理。可是請仔細想想，那只是壓味而已。壓贏了，肉味也沒了；壓輸了，更臭。  
  
那高級餐廳裡的肉是怎麼去腥？  
  
找一口大鍋，裝滿冷水。將生的豬肉略沖洗後放入，置於爐上。開火，要將火開到最小最小，直到再小就熄滅那麼小，然後等半個鐘頭(時間視鍋的大小而定，原則是火要   小，水不能冒汽)。半小時後，會發現整鍋水泛紅(血水)，上面浮著一層雜質(淋巴)，聞起來奇臭無比。但是肉還是生的，水僅是溫的。將水倒掉，用溫水沖洗並搓揉 一下豬肉，這樣的豬肉才算去腥。蔥薑酒在料理中應該是用少量來增香用的；大量的用來壓味，君臣之道就亂了。以上方法在台灣廚師的術語叫「跑活水」，算是不傳之秘。  
  
至於絞肉，因為不能如此處理，只能退而求其次，先用小火(不可用大火！)炒出水，然後倒掉臭水；怕臭的還可以放在篩子中用熱水快速沖一下表面殘留再料理，也能去腥。  
  
原理都是用溫度、密度的變化來抽出血管與淋巴管中的東西。不能用大火是因為怕蛋白質遇熱凝固，雜質反而被封在肉裡了。**