



2.芝麻香油家庭自制方法

生活中，凉菜用香油用的比较多，比如四川凉菜，河南凉菜等，还有煮汤调味也经常用到，北方做面食有时候也用到香油，菜肴加香油后味道更香，香油味醇耐回味。

超市的香油很贵，一瓶220毫升的香油要18块。这算是很贵了，那么香油家庭能不能自制呢？完全可以的，今天我们就来分享香油家庭自制的方法，10块钱可以做一大碗，香味浓郁，纯正无添加。

食材：芝麻，

第一步：准备1斤白芝麻，白芝麻现在网上价格是12块钱1斤。

把白芝麻用水清洗一下，一是为了洗掉灰尘，二是能防止芝麻炒糊。



锅中不用加油，把白芝麻放入锅中，开中火慢炒，开始的时候有水分，炒3-5分钟，水分就炒干了，



锅铲要不停翻炒，防止芝麻炒糊，炒到白芝麻泛黑快要炒黑的时候，就可以了，关火盛出放凉，



然后加入开水，1斤白芝麻加入0.85两的开水，白芝麻和开水的比例是1比0.85。

遇到热水的芝麻酱会变得浓稠，用打蛋器一直搅拌，慢慢的，里面的芝麻油就会浮上来，这种方法在民间叫做“水代法”，

远远的，我们就可以闻到芝麻油的香味，非常好闻。



开始舀出来的芝麻油比较浑浊，静置几天后，芝麻油就会变得非常清澈了。



这种油渣是不能吃的，因为芝麻已经炒的有点黑了，我们可以让油炸发酵，然后当做养花的肥料。



总结一下：

- 1.自己做芝麻香油，纯净卫生味道好，芝麻用水清洗一下，能够防止糊锅，全程要用中火炒。
- 2.香油舀干净后，切记油渣是不能食用的，可以丢掉也发酵后做花肥。