



“十二五”职业教育国家规划教材
经全国职业教育教材审定委员会审定



高等职业学校餐饮类专业教材



XICAN
GONGYI

西餐工艺
(第三版)

高海薇 主编





“十二五”职业教育国家规划教材
经全国职业教育教材审定委员会审定



高等职业学校餐饮类专业教材

XICAN I
GONGYI

西餐工艺

(第三版)

高海薇 主 编

 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

西餐工艺 / 高海薇主编. —3版. —北京: 中国轻工业出版社, 2016.2

“十二五”职业教育国家规划教材 高等职业学校餐饮类专业教材

ISBN 978-7-5184-0772-9

I. ①西… II. ①高… III. ①西式菜肴-烹饪-高等职业教育-教材 IV. ①TS972.118

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第298693号

责任编辑: 史祖福 曾 娅

策划编辑: 史祖福 责任终审: 张乃柬 封面设计: 锋尚设计

版式设计: 锋尚设计 责任校对: 吴大鹏 责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 三河市万龙印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2016年2月第3版第1次印刷

开 本: 787×1092 1/16 印张: 13.75

字 数: 281千字

书 号: ISBN 978-7-5184-0772-9 定价: 49.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

111545J2X301ZBW

前 言（第三版）

本教材在编写中突出“实用、实践”的原则，注重培养学生解决实际技术问题的能力，自出版以来受到广泛好评。

除了坚持前两版注重培养学生掌握西餐原理，尤其是举一反三的理解能力、学习能力和创新能力外，还具有以下特点：

（1）根据行业发展的新特点、新要求，对教材的内容进行了增减。尤其是增加了近些年比较热门的西餐装盘与装饰，使学生能够更加系统和全面地掌握西餐制作工艺。

（2）以理论为主线，突出实践和操作技能，内容由浅入深、循序渐进，结构更加严谨。

（3）按照西餐岗位要求，着重训练学生掌握不同岗位所需知识点的能力。

（4）增加“学习目的”和“思考题”两个部分，便于学生在学习中抓住重点。

（5）增加“课外阅读”部分，便于学生在课余阅读，拓宽学生的学习视野，扩大学生的知识面。

（6）增加大量图片，增进教材的可读性和直观性。

本教材由上海师范大学旅游学院（上海旅游高等专科学校）高海薇教授主编。参与编写人员如下：四川旅游学院李晓、张浩、黄益前、张振宇、吉志伟、陈龙，济南大学酒店管理学院胡建国、青岛酒店管理职业技术学院宋宇鸣、南宁职业技术学院朱照华、河南信阳高等专科学校邬全喜、长沙商贸旅游职业技术学院鄢志芳。

在本教材修订过程中，借鉴了国内外相关文献资料；同时，还得到了上海旅游高等专科学校相关领导的大力支持，在此一并表示感谢。

由于编写时间仓促、编者水平有限，书中难免存在不妥和错漏之处，敬请读者批评指正。

编者
2015年9月

CONTENTS 目录

第一章 西餐概述 / 1

第一节 西餐的特点 / 1

第二节 西餐的流派 / 9

第二章 西餐厨房 / 16

第一节 西餐厨房原料 / 16

第二节 西餐厨房设备 / 26

第三节 西餐厨房工具 / 30

第四节 西餐厨房结构 / 34

第三章 西餐刀工工艺 / 42

第一节 西餐常用刀工工具 / 43

第二节 西餐常用刀法 / 44

第三节 西餐原料的刀工成型 / 48

第四节 西餐刀工训练 / 50

第四章 西餐基础汤与调味工艺 / 63

第一节 西餐基础汤 / 63

第二节 西餐基础汤制作 / 66

第三节 西餐少司 / 67

第四节 西餐基础少司制作 / 71

第五节 西餐变化少司制作 / 75

第五章 西餐烹调方法 / 82

第一节 西餐常用烹调方法 / 82

第二节 以液态水为主要传热介质的烹调方法训练 / 86

第三节 以油为主要传热介质的烹调方法训练 / 88

- 第四节 以热空气为主要传热介质的烹调方法训练 / 91
- 第五节 以铁板铁条为主要传热介质的烹调方法训练 / 93
- 第六节 其他烹调方法的训练 / 94

■ 第六章 欧美西餐菜肴 / 100

- 第一节 开胃菜制作 / 100
- 第二节 汤菜制作 / 106
- 第三节 沙拉制作 / 117
- 第四节 主菜制作 / 121
- 第五节 甜点制作 / 134

■ 第七章 亚洲西餐菜肴 / 146

- 第一节 日本菜肴制作 / 146
- 第二节 印度菜肴制作 / 154
- 第三节 印度尼西亚菜肴制作 / 157
- 第四节 韩国菜肴制作 / 160
- 第五节 越南菜肴制作 / 165
- 第六节 泰国菜肴制作 / 168

■ 第八章 西餐装盘与装饰 / 178

- 第一节 西餐装盘与装饰的特点 / 178
- 第二节 西餐装盘与装饰技术的类型 / 180
- 第三节 西餐装盘与装饰的色彩与图案基础知识 / 181
- 第四节 西餐装盘与装饰常用原料 / 187
- 第五节 西餐装饰常用工具 / 192
- 第六节 西餐装盘与装饰技术菜肴训练 / 196

参考文献 / 213

第一章

西餐概述

学习目的

通过本章的学习，了解和掌握西餐的概念和特点，以及不同国家的烹饪和饮食特点。

学习内容

第一节 西餐的特点

一、西餐的概念

“西餐”，一般有广义和狭义两种解释。广义的“西餐”指中餐以外的其他国家的餐饮，狭义的“西餐”则是对欧美各国餐饮的统称。传统上，“西餐”（图1-1和图1-2）一般是狭义的概念。

西餐的历史十分悠久。早在古代巴比伦人的楔形文字中，就有对当时西餐种类和烹调方法的记载。此后，西餐的发展经历了古代西餐、中世纪西餐、近代西餐等不同阶段，形成了以法国烹饪为首、丰富多彩的现代餐饮体系，与以中国烹饪为首的东方菜系和以土耳其烹饪为首的中东菜系共同构成了世界餐饮的三大菜系。



图1-1 西餐的主菜



图1-2 西餐的甜点

二、西餐的特点

(一) 西餐的原料特点

原料的品质,是决定菜肴质量的关键因素之一。西餐烹调注重原料选择,根据原料特点进行不同的烹调用作,以最大地表现原料的品质。选料精、严是西餐用料技艺的核心特点。

1. 根据菜品特点,选择和使用原料

西餐对原料的选择和使用,依据菜肴的特点而不同。

例如,西餐的开胃菜(图1-3),具有开胃和刺激食欲的特点,选择新鲜的蔬菜和海鲜,可以更好地达到开胃效果。制作蓉汤时,选择含淀粉比较高的蔬菜原料,如土豆、豌豆等,菜肴更具有细腻爽滑的特点。而用于制作主菜(图1-4)的原料,则选择含蛋白质丰富且含有一定脂肪的畜类、禽类、鱼类等,满足主菜分量大、营养丰富、具有饱腹感的特点。



图1-3 经典开胃菜



图1-4 西餐主菜——煎三文鱼

2. 选料严格、讲究新鲜

西餐烹调中,原料的选择十分严格。常用于烹调的原料,多取自牛(图1-5)、羊、猪、鸡、鸭、鱼、虾等原料各部位的净肉,例如,T骨牛排、西冷牛排、鸭脯、鸡柳、鱼肉等,基本不使用动物的头、蹄、爪、内脏、尾等副产品。只有法国等少数国家使用动物原料的副产品,例如,鸡冠、鹅肝、牛肾、牛尾等。

西餐也非常注重原料自身的新鲜和卫生。许多西餐菜肴中的原料是直接生吃的。例如,制作各种沙拉的生菜、制作沙拉酱的鸡蛋,以及牡蛎等。西餐在烹调牛扒时,也常常根据要求,制作成七八分熟、五分熟、两三分熟,甚至全生。因此,西餐选料对原料本身新鲜度的要求非常高。

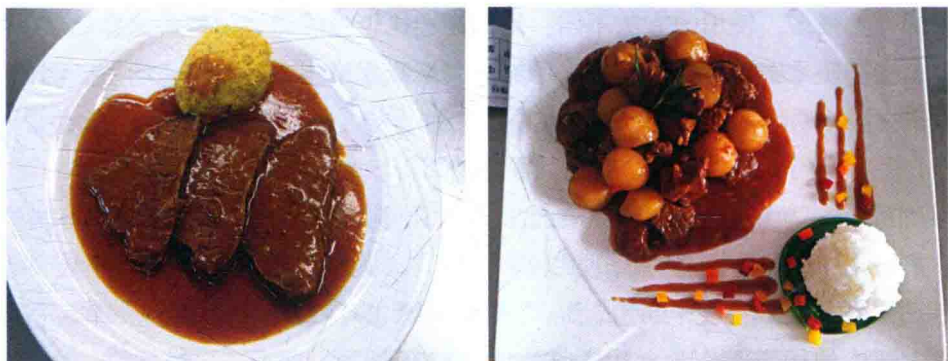


图1-5 以牛肉为原料的西餐菜肴

3. 乳制品的使用比较广泛

乳和乳制品的广泛使用，是西餐的一个重要特点，也是西餐具有独特风味的主要原因之一。

西餐的乳制品种类非常多，如鲜奶、奶油、黄油、干酪等。每一个种类中又有许多不同的品种。

鲜奶，除直接饮用外，在烹调中常用来制作各种少司，也常用于煮鱼、虾或谷物等原料，或拌入肉馅、土豆泥中。在西点制作中，鲜奶是不可或缺的重要原料。

奶油，在西餐烹调中常用来增香、增色、增稠或搅打后装饰菜点。

黄油不仅是西餐常用的油脂，还可以制作成各种少司，并用于增香菜肴、保持水分以及增加滑润口感。

干酪常直接食用，或作为开胃菜、沙拉的原料。使用干酪制作热菜（图1-6）可起到增香、增稠、上色的作用。



图1-6 干酪是西餐最常见的原料之一

（二）西餐的刀工特点

西餐刀工的特点主要表现在以下几个方面：

1. 刀具种类多，使用时根据原料特点选择刀具

西餐的刀具很多,使用的方法不同:切割韧性比较强的动物原料,选择比较厚重的刀,比如厨刀;切割质地细嫩的蔬菜和水果原料,则选择规格小、轻巧灵便的刀,例如沙拉刀;撬生蚝时,一般使用蚝刀。

此外,还有专门去鱼骨的刀、专门切面包的刀等。

2. 刀法简洁,动物原料成形规格通常比较大

与中餐的刀工相比,西餐的刀工处理比较简单,刀法和原料成形的规格相对比较少。西餐的刀工成形一般以条、块、片、丁为主,虽然成形规格较少,但要求刀工处理后原料整齐一致、干净利落。

西方人习惯使用刀叉作为食用餐具,原料在烹调后,食者还要进行第二次刀工分割,因此,许多原料,尤其是动物原料,在刀工处理上通常呈大块、片等形状,如牛扒、菲力鱼、鸡腿、鸭胸等(图1-7),每块(片)的重量通常为150~250g。



图1-7 西餐的成形简单,动物类原料形状通常比较大

(三) 西餐的调味特点

1. 注重少司制作

少司是厨师专门制作的一类调味汁,在西餐菜肴和点心的制作中,少司起到增加菜肴味道、增进食欲等作用。不同的少司具有不同的色泽、稠度和形状,与不同菜肴搭配还可使菜肴更加美观,起到良好的装饰作用(图1-8)。制作少司是西餐烹调的基本功。



图1-8 西餐少司既能调味,还能增加菜肴的美感

2. 讲究烹调后调味

菜肴的调味一般有烹调前调味、烹调中调味和烹调后调味。在西餐的调味技艺中,注重烹调后调味。西餐少司一般由厨师单独制作,装盘时,浇在主料上,或者装在少司斗中与主料一同上桌。

3. 酒的使用广泛

西餐的主菜主要由各种动物原料制成,这些原料的腥、膻等味道较浓,因此,西餐在调味上十分强调去异增香。

例如,在制作鱼虾等浅色肉菜时,常使用浅色或无色的干白葡萄酒、白兰地酒;制作畜肉等深色肉类,常使用香味浓郁的马德拉酒、雪利酒等;制作野味菜肴,则使用波特酒除异增香;而制作餐后甜点,常用甘甜、香醇的朗姆酒和利口酒等。

(四) 西餐的烹调特点

1. 大量使用工具和设备,减少烹调中的不可控因素

西餐烹调使用的工具和设备,在数量、品种以及规格上都比较多。常见的有扒炉、炸炉、烤箱、煎盘、少司锅、汤锅、切片机、粉碎机、搅拌机等(图1-9)。



图1-9 西餐厨房的工具和设备

这些烹调用具和设备,特别是加热制熟设备,可以调节温度和时间(图1-10)。因此,在西餐烹调过程中,减少了技术上的不可控因素,更有利于保持菜品的出品质量。



图1-10 西餐厨房的各种锅具和汤勺

2. 主料、配料、少司常分别制作

与中餐不同,西餐的菜肴制作,主料、配料(配菜)、少司(调味汁)通常不是一锅成菜,而是分别烹制好后,在装盘时,将它们组合到一起(图1-11和图1-12)。



图1-11 少司与主料等分别制作后在盘中组合



图1-12 盛装少司的少司斗

3. 以烤、扒等烹调方法为特色

根据成菜特点的不同,烹调方法,一般分为以水为传热介质的烹调方法、以油为传热介质的烹调方法和以空气为传热介质的烹调方法等。西餐以空气传热的烹调方法为特色。

以空气为传热介质的方法,西餐中常见的是烤和焗。烤和焗制作出的菜点非常多。面点中各种面包、蛋糕等(图1-13),菜肴中的烤火鸡、烤羊腿、焗鱼等,都是西餐的特色菜点。

此外,西餐烹调技法中铁扒,也是西餐烹调方法的一大特色(图1-14)。



图1-13 烤制而成的甜点



图1-14 牛肉在扒炉上扒制

(五) 西餐的装盘特点

1. 主次分明, 和谐统一

西餐的摆盘, 强调菜肴中原料的主次关系, 主料与配料层次分明、和谐统一(图1-15)。



图1-15 主次分明，和谐统一

2. 几何造型，简洁明快

几何造型是西餐最常用的装盘技法。它主要是利用点、线、面进行造型的方法。几何造型的目的是挖掘几何图形中的美，追求简洁明快的装盘效果（图1-16）。



图1-16 几何造型，简洁明快

3. 立体表现，空间发展

西餐的摆盘，除了在平面上表现外，也进行立体造型。从平面到立体，展示菜肴之美的空间扩大了（图1-17）。这种立体造型的方法，也是西餐摆盘常用的方法，是西餐摆盘的一大特色。

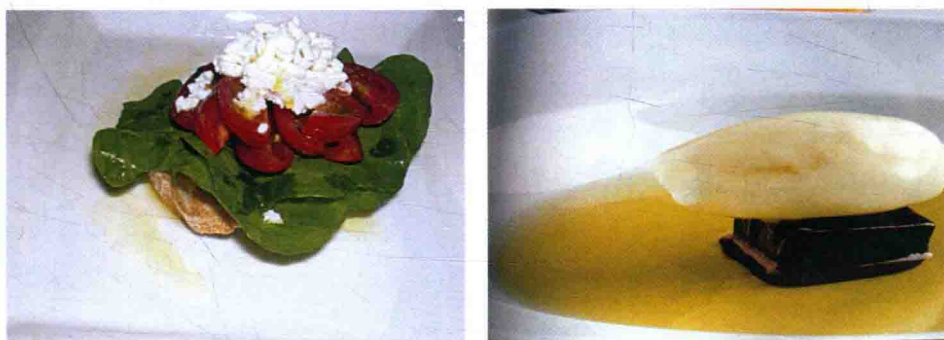


图1-17 立体表现，空间发展

4. 讲究破规和变异

整齐划一、对称有序的装盘,会给人以秩序之感,是创造美的一种手法。不过,这样的摆盘也会缺乏动感。为了达到动中求静的效果,西餐在装盘技术上常采取破规的表现方法。例如,在排列整齐的菜肴上,突然斜放两三根长长的细葱。这种长线形的出现,破坏盘中已有的平衡,使盘面活跃起来。

变异,从美学角度来说,是指具象的变形。常用的手法是对具体事物进行抽象地概括。即通过高度整理和概括,以神似而非形似来表现。西餐的摆盘,通过对菜肴原料的组合,形成一种似像非像的造型,从而进一步引起食客的遐想(图1-18)。

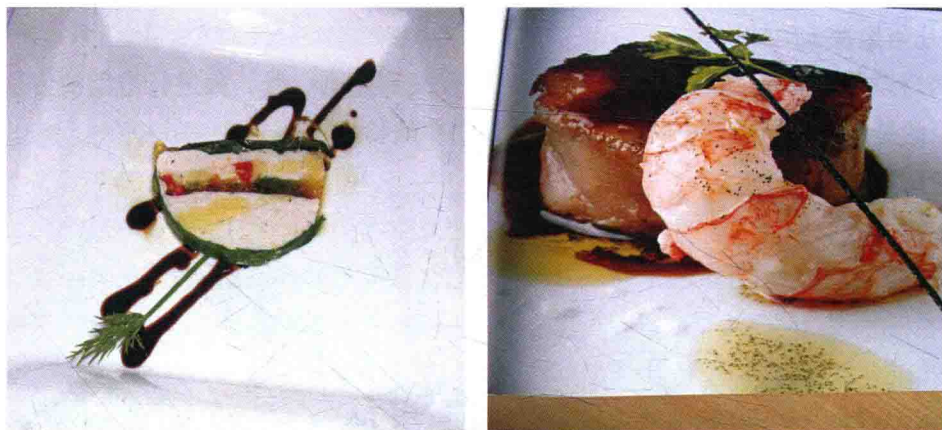


图1-18 讲究破规和变异

5. 盘饰点缀,回归自然

西方菜肴的盘饰,讲究自然与可食用性,常使用天然的花草树木,以及蔬菜原料本身作为装饰原料(图1-19)。

在装盘的点缀上,西餐遵从点到为止的装饰理念。装饰原料的使用少而精。避免喧宾夺主,掩盖菜肴的实质。



图1-19 盘饰点缀,回归自然

第二节 西餐的流派

由于文化、历史、地理、风俗和物产等因素的影响,不同西方国家的菜肴、点心和烹饪技法等,仍存在较大的差异,具有各自独特的风格。

西餐的菜系可以分为以下四大类:

一是拉丁语系国家的菜肴。其主要包括法国、意大利以及地中海周边国家的菜肴。拉丁语系的国家,在传统上比较注重饮食与生活情趣,讲究创新和追求极致,特别注重和致力于菜肴的发展与传播。因此,拉丁语系国家的菜肴在西方餐饮中影响很大。

二是罗马语系国家的菜肴。其主要包括英国、德国以及中北欧国家的菜肴。罗马语系国家的人们有清教徒的观点,对食物要求不高,菜肴制作比较简单。

三是俄罗斯及其周边国家的菜肴。俄罗斯及其周边国家,地处地球的北部,气候寒冷,菜肴制作也相对简单,但菜肴油重、热量高,分量也比较大。

四是以美国为代表的移民国家的菜肴。汇集各国移民的美国,在传统的英国菜肴基础上,不断与其他菜肴融合,形成独特的菜肴体系。现在,更借助其强大的经济影响力,向全世界推销它的餐饮文化。美国式菜肴,分量大,偏爱沙拉和水果制作的菜肴,菜肴的制作相对快速而简单。

一、意大利菜的特点

意大利菜,被称为“欧洲烹饪的鼻祖”,是西餐的重要代表流派之一。它是意大利悠久历史和丰富文化的结晶。

早在2000多年前,古罗马人在烹饪上,就显现出他们的才华和对饮食的热爱。在哈德连皇帝时期,罗马帝国甚至在帕兰丁山建立了一所厨师学校以发展烹饪技艺。此外,其优越的地理位置,使得意大利的物产十分丰富,也为意大利菜的发展奠定了坚实的物质基础。因此,意大利菜在很早就逐渐形成了自己独特的风格,并且对西方餐饮产生了巨大的影响。

1. 原料使用具有明显的地域性

公元1861年前,意大利并不是统一的国家,而是一直由许多各自为政的不同的小国家组成。在这种独特的背景之下,意大利菜的烹饪原料呈现出强烈的地域性,不同地区的菜肴制作,多选用当地的特产原料,形成了各地区不同的美食特色。

此外,意大利的物产十分丰富,出产许多优质的特色原料。萨拉米香肠(图1-20),是意大利的著名原料之一,其品种有百种之多,肠身呈深色,布满白色圆点的油脂,味道干香;白松露,仅在意大利北部的埃蒙特地区才有生长,具有特殊浓郁的香味,价格昂贵,是西餐烹调中的珍贵原料。

2. 橄榄油与香脂醋是意大利菜的重要原料

位于地中海地区的意大利,橄榄资源丰富,压榨橄榄油有着悠久的历史和高超的技术,

可以生产出品质上乘的橄榄油(图1-21)。

醋的制作,在意大利也具有悠久历史,也生产出了许多品质优异的醋,常见的有香脂醋,也称黑醋。



图1-20 意大利萨拉米香肠



图1-21 意大利橄榄油

3. 面食品种多

意大利面食品种类繁多,仅意大利面条的品种就有数十种之多,包括不带馅的面条或面片和带馅的面食饺子等(图1-22)。烹饪面条的方法也很多,除用沸盐水煮熟外,还可以放进烤炉焗或者清水煮熟后凉拌等。

此外,意大利是比萨的故乡,意大利人善于制作比萨,比萨的种类很多,风格各异,质量上乘(图1-23)。



图1-22 各式意大利面条



图1-23 传统的意大利比萨烤炉

二、法国菜的特点

法国菜,被西方美誉为“欧洲烹饪之冠”,是西餐的重要代表流派之一。

法国菜的发展和繁荣,是从17世纪开始的。意大利公主嫁入法国王室后,将意大利文艺复兴时期盛行的烹调方式、烹调技巧、食谱及华丽餐桌装饰艺术带到了法国,使法国菜获得了一次最好的发展良机。此后,路易十四时代,法国餐饮得到了进一步的发展。路易十四在凡尔赛建起庞大宫殿,开启了法国奢靡饮食之风;同时,举办全国性的厨艺大赛,获胜者被授予“泉蓝带奖”

(CORDON ROUGE)。此后, 获得“泉蓝带奖”, 成为全法国厨师追求和奋斗的目标。

法国大革命以后, 宫廷豪华饮食逐渐走向民间, 大量的宫廷厨师在巴黎等地开设餐厅(图1-24), 逐渐形成了传统法国菜特色: 精美的菜品、高超的技艺、华丽的就餐氛围。

近年来, 法国菜随着时代的变化不断创新, 将传统与现代相互融合, 现代菜肴更加讲究风味、个性、天然和精巧。



图1-24 法国餐厅



图1-25 法国用鹅肝制作的鹅肝酱

法国菜的主要特点是:

1. 用料广泛, 乳制品多

西餐在选料上一般比较严格, 许多原料如动物内脏等副产品, 是很少用于烹调的。但是, 法国菜在原料选择与使用上非常大胆, 牛胃、鹅肝(图1-25)、鸡胃、鸡冠等, 都可以作为烹饪原料, 制作出味道鲜美的法国菜。



图1-26 法国的干酪品种多



图1-27 乳制品制作的少司

乳和乳制品(图1-26)广泛使用在法国烹饪中, 直接食用、制作少司(图1-27)或者菜肴。奶香浓郁, 是法国菜肴的风味特色之一。

2. 少司多样、重视用酒

法国人最早对少司进行了科学总结、归纳, 找到了其中的方法和规律, 从而制作出大量的少司。法国的少司不仅种类最多, 而且味道丰富、颜色多样, 堪称“西方烹饪之冠”。