



教育部高职高专规划教材
Jiaoyubu Gaozhi Gaozhuān Guihua Jiaocai

唐文 主编

冷菜 制作技术

LENGCAI
ZHIZUO JISHU



中国财政经济出版社

教育部 高职高专规划教材

冷菜制作技术

唐 文 主编

中国财政经济出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

冷菜制作技术/唐文主编. —北京: 中国财政经济出版社,
2002.9

教育部高职高专规划教材

ISBN 7 - 5005 - 5932 - 1

I. 冷… II. 唐… III. 冷菜 - 制作 - 高等学校: 技术学
校 - 教材 IV. TS972.114

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 052098 号

中国财政经济出版社出版

URL: <http://www.cfeph.com>

E-mail: cfeph@dre.gov.cn

(版权所有 翻印必究)

社址: 北京海淀区阜成路甲 28 号 邮政编码: 100036

发行电话: 88190616 88190655 (传真)

三河市新世纪印刷厂印刷 各地新华书店经销

850×1168 毫米 32 开 10.375 印张 250 000 字

2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月河北第 1 次印刷

定价: 16.00 元

ISBN 7 - 5005 - 5932 - 1/TS·0108

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

出版说明

教材建设工作是整个高职高专教育教学工作的重要组成部分。改革开放以来，在各级教育行政部门、学校和有关出版社的共同努力下，各地已出版了一批高职高专教育教材。但从整体上看，具有高职高专教育特色的教材极其匮乏，不少院校尚在借用本科或中专教材，教材建设仍落后于高职高专教育的发展需要。为此，1999年教育部组织制定了《高职高专教育基础课程教学基本要求》（以下简称《基本要求》）和《高职高专教育专业人才培养目标及规格》（以下简称《培养规格》），通过推荐、招标及遴选，组织了一批学术水平高、教学经验丰富、实践能力强的教师，成立了“教育部高职高专规划教材”编写队伍，并在有关出版社的积极配合下，推出一批“教育部高职高专规划教材”。

“教育部高职高专规划教材”计划出版500种，用5年左右时间完成。出版后的教材将覆盖高职高专教育的基础课程和专业主干课程。计划先用2~3年的时间，在继承原有高

职、高专和成人高等学校教材建设成果的基础上,充分汲取近几年来各类学校在探索培养技术应用型专门人才方面取得的成功经验,解决好新形势下高职高专教育教材的有无问题;然后再用2~3年的时间,在《新世纪高职高专教育人才培养模式和教学内容体系改革与建设项目计划》立项研究的基础上,通过研究、改革和建设,推出一大批教育部高职高专规划教材,从而形成优化配套的高职高专教育教材体系。

“教育部高职高专规划教材”是按照《基本要求》和《培养规格》的要求,充分汲取高职、高专和成人高等学校在探索培养技术应用性专门人才方面取得的成功经验和教学成果编写而成的,适合高等职业学校、高等专科学校、成人高校及本科院校举办的二级职业技术学院和民办高校使用。

教育部高等教育司

2000年12月

前 言

根据烹饪高等职业教育培训内容的需要，我们编写了《冷菜制作技术》这本专业教材。

《冷菜制作技术》是烹饪专业的一门主要专业课。它既有理论性，又有操作性；既有技术性，又有艺术性；既涉及烹饪学，又涉及美学，是实践性很强的应用型学科。要求学生通过对冷菜制作原料的选择、冷菜制作刀法的运用、冷菜制作的成形方法、冷菜制作常用的烹调方法、冷菜制作调味方法及味型、冷菜装盘技术、冷菜制作实例的学习，认识冷菜制作工艺的重要性，科学合理配制冷菜，为丰富人们饮食结构，创新出更多更好的冷菜佳肴而打好扎实的知识基础。

在编写本教材时，按照教学计划和大纲的要求，本教材尽力体现循序渐进的原则，力图由浅入深，由易到难，将每章内容讲清楚，便于学生学习。在阐述时，注意到知识的全面性和科学性，也注意到操作技术的可行性。

本教材由唐文教授主编，朱基富任副主编，参加编写有唐文第一章；李晓英第二章、

第三章；朱基富第四章、第七章；段仕洪第五章、第六章；唐文、高玉才、李晓英、朱基富、段仕洪第八章；高玉才、薛成城第九章；最后由唐文总纂修改定稿。

因编写时间仓促，恳请兄弟院校烹饪专业教师选用本教材进行教学时，多提宝贵意见和建议，如有不妥之处请多谅解。

编者

2002年3月

目 录

第一章 冷菜制作技术概述·····	(1)
第一节 冷菜制作技术的地位和作用·····	(1)
第二节 冷菜制作技术的特点·····	(5)
第二章 冷菜制作原料的选择·····	(9)
第一节 植物性原料的选择·····	(9)
第二节 动物性原料的选择·····	(26)
第三节 加工性原料的选择·····	(40)
第三章 冷菜制作刀法的运用·····	(53)
第一节 切刀法及运用·····	(53)
第二节 片刀法及运用·····	(55)
第三节 斜刀法及运用·····	(57)
第四节 剞刀法及运用·····	(58)
第四章 冷菜制作的成形方法·····	(65)
第一节 叠制法和卷制法·····	(65)
第二节 镶酿法和扣制法·····	(70)
第三节 穿制法和捆扎法·····	(76)
第四节 模器容入法·····	(82)
第五章 冷菜制作常用的烹调方法·····	(87)

第一节	凉拌	腌渍	生腌	醉腌	(87)	
第二节	浸法	煮法	焖法	灼法	(91)	
第三节	炸法	烧法	焙法	(95)	
第四节	煎法	焗法	盐焗	炆法	(100)	
第五节	腊法	蒸法	炒法	冷冻	(103)	
第六节	挂炉烤	明炉烤	泥烤	微波炉烤	(108)	
第七节	红卤	白卤	精卤	豉油卤	蚝油卤	(112)
第八节	烟熏	拔丝	挂霜	蜜汁	(118)	
第六章	冷菜制作调味方法及味型					(123)
第一节	冷菜制作的调味品和调味方法					(123)
第二节	冷菜制作的风味形式					(126)
第七章	冷菜装盘技术					(130)
第一节	冷菜装盘的基本要求					(130)
第二节	冷菜装盘的种类					(133)
第三节	冷菜装盘方法					(136)
第四节	冷菜装盘造型的方法					(140)
第八章	冷菜制作实例					(145)
第一节	畜肉类原料冷菜					(145)
第二节	禽蛋类原料冷菜					(166)
第三节	头蹄内脏类原料冷菜					(182)
第四节	水产类原料冷菜					(208)
第五节	果蔬类原料冷菜					(228)
第六节	综合类原料冷菜					(264)
第九章	冷菜装盘实例					(281)
第一节	一般冷盘装盘实例					(281)
第二节	工艺冷盘装盘实例					(289)
参考书目	(321)

第一章

冷菜制作技术概述

自从人类开始食用熟食以后,人们的饮食几乎都经过烹饪。世界各族人民因其所处地理环境不同,气候、物产各异,以及文明、文化的差别,他们都有自己的烹饪方式方法。中国烹饪之所以在世界上独树一帜,主要在其“烹调”技艺的精良。一般地说,烹饪是从选择食物开始,由生变熟以至到成品的全过程。烹调是烹饪工序的一部分,而冷菜制作又是烹调中的重要组成部分。

冷菜制作技术,是研究冷菜原料、冷菜制作、冷菜刀工的运用、冷菜拼摆技法等方面基本知识和基本技能的。

冷菜制作技术主要包含两大方面,一是原料制作技术,即原料的选择、原料的成形及调味;二是装盘和拼摆方面的技法。

第一节

冷菜制作技术的地位和作用

在烹饪生产加工过程中,冷菜制作技术占有重要地位,其作用也是比较大的。

一、冷菜的起源与发展

饮食是人类赖以生存的最重要的物质条件之一。这条真理我们的祖先在两千年前就把它概括为一句格言：“民以食为天”。饮食水平同社会的生产能力和人们的文明程度是分不开的，所以人们常把一个国家的烹饪水平看成是这个国家社会文明的一个标志。把动物、植物等原料烹制成形为美味可口的菜品，往往要经几代人的努力和摸索才能实现。我国高超的烹饪技艺是中华民族五千年悠久文明发展的一个结果，它是一种精妙的艺术，是一门严肃的科学，它属于文化范畴。

我们的祖先在原始社会，起先只能够把捉到的飞禽走兽、蚌蛤鱼虫活剥生吞，采集到果实根茎也是生吃的。火的发现与运用，使人类进化发生了根本的变化，从此结束了茹毛饮血的蒙昧时代，进入了人类文明的新时期。火，不仅可以作为人类取暖御寒，同自然气候作斗争的手段，也是同野兽争生存的斗争手段。以火熟食，也使人类扩大了食物来源，减少疾病，有利于人类有效地吸取食物营养，增强了体质。

太古时代，人们抓食掬饮，只能尝到食物的本味，未知用调味品，只烹不调，饮食是单调的。有了陶器之后，才促进了调味品的产生与发展。有了盐，才有了所谓调味。俗语说“五味调和百味香”。而菜肴的基本味是盐。有了盐，促进胃液分泌，增进消化能力，人类的体质增强有了新的物质条件。由于有了陶器，容器不漏水、耐温、耐酸，有利于食物发生化学变化，促进了发酵食物的产生，包括促进了酱、醋、酒等调味品的产生。

我国在商周时期天下九州农业生产都有了一定发展，食物来源比以前丰富了。荤食有五畜：马、牛、驴、猪、狗；五兽：麋、鹿、熊、兔、野猪；五禽：鸡、雁、鹑、鸠、鸽；水产有

鲂、鲤、鲨、鳢、河蚌等。蔬食有水芹、莼菜、王瓜、韭菜、芥菜、萝卜、竹笋、藕、芋头等。果实有桃、李、杏、梨、桔等，为烹饪选择原料奠定了基础，菜肴品种也丰富多样了。在《楚辞·招魂》、《大招》所载招魂食单中记述着“露鸡”，实际近似于现在的卤鸡，说明这一时期冷菜就产生了。

隋唐宋三朝，我国的烹饪技艺日益精良，厨师们曾创作出许多精美的肴馔，特别是花式菜点，尤有特色。如陶谷《清异录》所载苏州的“玲珑牡丹鲈”（用鱼片微腌渍，水氽后，摆成牡丹花状）。还有尼姑比丘瓦梵正做的“辋川图小样”大型风景拼盘，仿照诗人王维住处的风景，分开是十二小盘，每盘一景，合起来则是一幅大风景拼盘，可谓是匠心独运。这一时期冷菜中的花色冷盘在技艺拼摆，构思造型上达到了一定的水平。

隋炀帝时，吴郡人献松江鲈鱼，有干脍、鲜脍两种做法。“霜后鱼鲈，肉白如雪，不腥”，鱼脍（鱼丝肉丝）配以橙皮丝，“紫光碧叶，间以素脍，亦鲜洁可观”，这就是所谓东南佳味的“金齑（jī）玉脍”。是当时的花式凉拌菜。官庭筵席的产生也对冷菜的发展起到了积极促进作用。

建立新中国以后，党和国家领导十分重视和关怀中国烹饪事业的发展，曾多次接见厨师。还提倡奖励劳动模范，评定技术职称，兴建烹饪学校培育烹饪人才，整理烹饪古籍，出版了一大批冷菜书籍，并创办了专业性比较强的《中国烹饪》杂志，举办过四届全国性的烹饪大赛，将冷菜专门列为参赛项目之一，中国厨师还参加世界烹饪大赛，极大地促进了我国烹饪技艺迅速而普遍的提高，为我国烹饪事业的发展开辟了空间广阔的前景。

二、冷菜制作技术的地位和作用

冷菜制作技术在饮食行业中的地位和作用是不容忽视的。

(一) 冷菜制作技术的地位

1. 冷菜制作技术是烹饪生产加工中的重要组成部分。

按烹饪生产加工可分为热菜制作、冷菜制作和面点制作，而在烹饪生产加工中冷菜制作又是独立完成的一道工序，制作技术的好与坏直接影响菜肴的质量。从生产加工过程中看，冷菜制作又占有主要地位，是不可缺少的组成部分。

2. 冷菜制作技术是烹饪文化、烹饪艺术的组成部分。

烹饪文化、烹饪艺术具体包涵了冷菜制作技术。如花色冷盘就带有浓厚的诗情画意。比如“龙凤呈祥”花色冷菜，从菜品名称上看就具有大吉大利，吉祥如意等寓意，体现了文学特点。“龙”是中华民族的象征。“凤”是给我们民族带来吉祥的如意鸟，拼摆成“龙”、“凤”的图形也展现了艺术之美，又包涵了美学。所以冷菜制作技术是烹饪文化和烹饪艺术的重要组成部分。

3. 冷菜制作技术是筵席的重要组成部分。

筵席内容包括热菜菜肴、冷菜菜肴和点心三个部分。而这三个部分相互依托，互相补充才能烘托出筵席的档次和氛围，是缺一不可的，其中冷菜是随着筵席等级而变化。如一般筵席冷菜可采用四双拼或八围碟，高级筵席中冷菜可应用花色冷盘带八至十围碟效果会更好。冷菜在筵席中又称“脸面”、“先锋菜”，与客人先见面。一组冷菜从用料、形态、刀工、口味等方面质量的优劣直接影响客人的心理和酒店的声誉，反映厨师的技艺水平。冷菜菜品是通过制作技术加工而形成，因而冷菜要求具有制作精细，造型美观，清爽不腻，口感适宜等特点。

(二) 冷菜制作技术的作用

1. 冷菜制作有利于熟食成品与半成品的开发。

在饮食行业经营生产过程中除了厨师加工制作冷菜以外，还应用一部分熟食成品或半成品。怎样使熟食成品或半成品成为客

人的美食，也需要厨师通过切配、雕塑、拼摆等手法成为艺术佳肴。这就要求使用制作技术加工修饰来完成，利用熟食成品或半成品开发出形式多样，品种繁多，造型别致的冷菜佳肴。

2. 冷菜制作有利于保持菜品的营养成分。

冷菜制作的菜肴大部分是加热时间短或生料制成，这样可以大大减少原料营养成分的流失。蔬菜和水果主要含维生素 C 成分，那么在制作时有的菜肴不须加热，洗涤干净，加工成一定形状，再加调味品就可以食用。因不加热，维生素 C 流失较少，菜品营养成分就高。动物性原料制成的冷菜烹制时间短，菜品营养成分含量比热菜菜品要高一些。西餐菜肴生食的东西比较多也是这个道理。根据中国人的饮食习惯，生食太多就会感到菜肴清淡味不浓，所以冷菜只是占中国菜的一部分，大部分是热菜菜肴。但一些蔬菜和水果以冷菜形式食用，对人体健康是非常必要的，也是很有科学道理的，对人类身体健康具有重要的意义。

3. 冷菜可起开胃解酒之功用。

中国人的饮食习俗是先食冷菜，后食用热菜，祖祖辈辈已养成了习惯，这也是我们先辈不断总结经验而形成的规律。无论是家宴、便餐席和高档筵席都有饮酒的风俗。俗话说“无酒不成席”。冷菜先为客人食用，在胃中食物可吸收酒中的乙醇等成分，减少了乙醇对胃的刺激，这时胃中的食物会起到保护胃的功效。

第二节

冷菜制作技术的特点

冷菜制作技术在整个烹调技术中占有主导作用，千姿百态的冷菜菜肴绝大多数是经过冷菜制作技术处理而形成的。

一、选料的特点

原料选择是基础。根据冷菜菜肴在味型上、色彩上、形态上、质地上的要求，冷菜应用的原料质量要求比较高。巧妇难为无米之炊——有了上等原料才便于加工出美味佳肴。如制作“丹凤朝阳”花色冷盘，要求选料就比较严格。首先在色彩上选料要鲜艳，红色、白色、绿色、黄色等原料颜色要艳丽。因为凤凰是百鸟之王，羽毛颜色多样、华贵艳丽，制作出的象形凤凰从色彩上更为逼真；其次在质地上选料要鲜嫩，食用价值高，原料档次也要高，这样才能体现菜品档次；再次原料的形状要选用圆形、椭圆形或加工成菱形或羽毛形状，使拼摆成的凤凰形态更美丽逼真。总之，根据菜品形态的不同，选择原料形状也不同，尽可能用原料自然形状来拼摆，使花色冷盘更贴近自然形态，给人以赏心悦目的感受，真正体会到精神上的享受。

二、原料加工和烹制方法的特点

在冷菜制作时有的菜肴必须加工一下，改变原料的形态和性质，以达到菜肴的要求。如“熏鸡”的制作方法是：宰杀—褪毛—除内脏—浸泡洗涤—造型—酱制—熏制—成品。其中前五道工序都是对原料进行加工过程，主要还是造型工序，将鸡腿骨砸断插入胸腔，翅膀和头盘好，使鸡有一个完好的丰满的形状，这样才能达到菜肴的特点。如果制作“熏鸡”不经过造型，在酱制时鸡腿经加热伸直，翅膀张开，此菜从形状上看就不美观，因此有些冷菜肴的形态是要对原料进行加工而成的。

烹制方法运用恰当也可使冷菜的特点突出。如“炆腰花”，经剞刀法将腰子进行刀工加工成形，再经沸水焯制后加调味品制作而成，“水焯”时水温要高，焯制时间要短，腰花卷曲熟透即

可；水温低腰花不卷曲，形状就不美观，水焯时间过长腰花口感会老，达不到菜品爽、脆、嫩的特点。

三、刀工上的特点

冷菜的形状多数是经各种刀法加工而成的。行业内人称，“七分切三分炒”。要求各种刀法运用的功底必须扎实，否则在刀工上很难达到菜肴形状的特点。冷菜原料经刀工加工后形状基本上固定，因为经过刀工加工后的原料加热时间短，原料变形很小，还有一些冷菜应用的原料是熟料，质地比较疏松、易碎，但经改刀后不变形，这就要求刀工基本功要过硬。切丝标准应是粗细均匀，长短相等；切片的标准是厚薄一致，大小相同。在这种情况下，刀工处理时，必须要求精细，行刀要稳，落刀要准，运刀自如，这样在刀工上才能体现冷菜的特点。

四、配色、装盘上的特点

有些冷菜是两种或两种以上生料或熟料拼制而成，色泽上的搭配是至关重要的。如“酱肉”、“熏鸡”拼成的双拼冷盘，从色泽上看就比较“顺色”，不美观，会失去冷菜色彩上的特色。那么其中一种原料更换一下再组合会更好。如“酱肉”和“炆鸡丝”拼成的双拼冷盘从色彩上就分明，一种原料是白色，而另一种原料是火红色，整个菜肴色泽分明艳丽，客人从视觉感受就比较好，也达到菜品色泽上的特点。

冷菜装盘要求比较高，装盘好可对菜肴起美化作用，否则会起副作用。装盘时拼摆要精细，有的冷菜熟原料经刀工处理后可装盘，有的冷菜生料经刀工处理后可直接装盘，无论采用哪一种方法，装盘必须精细、稳、准，否则冷菜成形后形态不美观。另外根据冷菜的形状也可选择不同形状器皿，用器皿的形状

衬托冷菜的造型，达到冷菜造型上的特色。

五、卫生方面的特点

冷菜在卫生方面要求比较高。绝大部分冷菜制作成形后就可食用，在制作时卫生方面要求比较严格。首先是刀具先消毒；其次菜墩是专用的冷菜墩，不可用生料墩，以防细菌污染；再次是双手也需要消毒，制作时人手接触食物，手必须要干净。另外制作出的冷菜最好用保鲜膜覆盖上，也可防止细菌侵入。



思考与练习

1. 浅谈冷菜的起源与发展。
2. 阐述冷菜制作技术地位和作用。
3. 冷菜制作技术的特点有哪几点？