



国家职业技能鉴定考试指导

国家职业资格培训教程配套辅导练习

中式烹调师

第2版

人力资源和社会保障部教材办公室组织编写

(中级)



中国劳动社会保障出版社



国家职业技能鉴定考试指导
国家职业资格培训教程配套辅导练习

中式烹调师

(中级)


第2版

编审委员会

主任 丁应林
副主任 赵廉
委员 周晓燕 陈玉 侯兵 孟祥忍
侯玉瑞 邓伯庚 于梁洪 王美萍

编写人员

主编 丁应林

 中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

中式烹调师：中级/人力资源和社会保障部教材办公室组织编写。—2版。—北京：中国劳动社会保障出版社，2010

国家职业资格培训教程配套辅导练习

ISBN 978-7-5045-8235-5

I. 中… II. 人… III. 烹饪-方法-中国-技术培训-习题 IV. TS972.117-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 030794 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街1号 邮政编码：100029)

出版人：张梦欣

*

北京金明盛印刷有限公司印刷装订 新华书店经销
787毫米×1092毫米 16开本 14.25印张 275千字

2010年2月第2版 2010年2月第1次印刷

定价：24.00元

读者服务部电话：010-64929211

发行部电话：010-64927085

出版社网址：<http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话：010-64954652

编写说明

《国家职业资格培训教程配套辅导练习》(以下简称《辅导练习》)是《国家职业资格培训教程》(以下简称《教程》)的配套辅助教材,每本《教程》对应配套编写一册《辅导练习》。《辅导练习》共包括三部分:

第一部分:理论知识鉴定指导。此部分内容按照《教程》章的顺序,对照《教程》各章理论知识内容编写。每章包括四项内容:考核要点、重点复习提示、辅导练习题、参考答案及说明。

——理论知识考核要点是依据国家职业标准、结合《教程》内容归纳出的该职业从基础知识到《教程》各章内容的考核要点,以表格形式叙述。表格由理论知识考核范围、考核要点及重要程度三部分组成。

——理论知识重点复习提示为《教程》各章内容的重点提炼,使读者在全面了解《教程》知识内容基础上重点掌握核心内容,达到更好地把握考核要点的目的。

——理论知识辅导练习题题型采用两种客观性命题方式,即单选题和判断题,题目内容、题目数量严格依据理论知识考核要点,并结合《教程》内容设置。

——理论知识辅导练习题参考答案及说明中,除答案外对题目还配有简要说明,重点解读出题思路、答题要点等易出错的地方,目的是完成解题的同时使读者能够对学过的内容重新进行梳理。

第二部分:操作技能鉴定指导。此部分内容包括三项内容:考核要点、重点复习提示、辅导练习题。

——操作技能考核要点是依据国家职业标准、结合《教程》内容归纳出的该职业在该级别总体操作技能考核要点,以表格形式叙述。表格由操作技能考核范围、操作技能考核要点及重要程度三部分组成。

——操作技能重点复习提示根据职业实际情况编写,对于操作技能考试以笔试为主的职业,通过案例分析强化操作技能重点复习内容;对于操作技能考试以实际操作考核形式为主的职业,则通过实操内容进行重点分析与实战演练。

——操作技能辅导练习题题型按职业实际情况安排了实际操作题、模拟操作题、案例选

择题、案例分析题、情景题、写作题等，部分职业还依据职业特点及实际考核情况采用了其他题型。操作技能试题针对不同题型均给出了答案。

第三部分：模拟试卷。包括该级别理论知识考核模拟试卷、操作技能考核模拟试卷若干套，并附有参考答案。理论知识模拟试卷体现了本职业该级别大部分理论知识考核要点的内容，操作技能考核模拟试卷完全涵盖了操作技能考核范围，体现了操作技能考核要点的内容。

本职业《辅导练习》共包括5本，即基础知识、初级、中级、高级、技师和高级技师。《国家职业资格培训教程配套辅导练习——中式烹调师（中级）》是中式烹调师国家职业资格培训教程配套辅导练习中的一本，适用于对中级中式烹调师的职业技能培训和鉴定考核。

编写《辅导练习》有相当的难度，是一项探索性工作。由于时间仓促，缺乏经验，不足之处在所难免，恳切欢迎各使用单位和个人提出宝贵意见和建议。

目 录

第一部分 中级理论知识鉴定指导

第一章 原料初加工	(1)
考核要点	(1)
重点复习提示	(2)
辅导练习题	(4)
参考答案及说明	(13)
第二章 原料分档与切割	(19)
考核要点	(19)
重点复习提示	(20)
辅导练习题	(27)
参考答案及说明	(44)
第三章 原料调配与预制加工	(55)
考核要点	(55)
重点复习提示	(57)
辅导练习题	(65)
参考答案及说明	(89)
第四章 菜肴制作	(103)
考核要点	(103)
重点复习提示	(104)
辅导练习题	(110)
参考答案及说明	(132)

第二部分 中级操作技能鉴定指导

考核要点·····	(144)
重点复习提示·····	(144)
辅导练习题·····	(145)
一、笔试题·····	(145)
二、实际操作题·····	(146)
(一)花刀工艺·····	(146)
【试题】花色配菜·····	(146)
(二)一般冷菜拼摆·····	(147)
【试题1】六色排拼·····	(148)
【试题2】八色排拼·····	(148)
【试题3】什锦排拼·····	(148)
【试题4】扇形冷拼·····	(148)
【试题5】九色菱形冷拼·····	(149)
【试题6】九色方形冷拼·····	(149)
(三)热空气导热法热菜制作·····	(149)
【试题1】烤鸡翅·····	(150)
【试题2】烤排骨·····	(151)
【试题3】烤鳕鱼·····	(152)
【试题4】烤鹿肉串·····	(153)
(四)油导热法热菜制作·····	(154)
【试题1】咕噜肉·····	(155)
【试题2】脆熘里脊·····	(156)
【试题3】松鼠鳜鱼·····	(157)
【试题4】菊花青鱼·····	(157)
【试题5】翠珠鱼花·····	(158)
【试题6】熘仔鸡·····	(159)
【试题7】熘鸽脯·····	(160)
【试题8】象牙里脊·····	(160)
【试题9】糟熘鱼片·····	(161)

【试题 10】三丝鱼卷	(162)
【试题 11】银芽鸡丝	(163)
【试题 12】滑炒鱼米	(163)
【试题 13】滑炒鱼丝	(164)
【试题 14】荔枝腰花	(165)
【试题 15】红爆麦穗鱿鱼	(166)
【试题 16】爆菊花肫	(166)
【试题 17】宫保鸡丁	(167)
【试题 18】雪衣苹果条	(168)
【试题 19】脆皮鱼条	(169)
【试题 20】炸烹鸡卷	(169)
【试题 21】煎烹大虾	(170)
(五) 水导热法热菜制作	(171)
【试题 1】鱼圆汤	(172)
【试题 2】绣球腰花汤	(172)
【试题 3】汤爆菊花肫	(173)
【试题 4】烩鸭四宝	(174)
【试题 5】拆烩鳊鱼头	(174)
【试题 6】翡翠蹄筋	(175)
【试题 7】干烧鲫鱼	(176)
【试题 8】荷包鲫鱼	(177)
【试题 9】红烧甩水	(177)
【试题 10】葱烧海参	(178)
【试题 11】水煮肉片	(179)
【试题 12】黄焖鸡翅	(180)
(六) 冷菜制作	(180)
【试题 1】温拌腰丝	(181)
【试题 2】炝虎尾	(182)
【试题 3】卤蓑衣蘑菇	(182)
【试题 4】红油鱼丝	(183)
【试题 5】茄汁鸡丝	(184)
【试题 6】蒜泥白肉	(185)

参考答案及说明·····	(185)
一、笔试题·····	(185)
二、实际操作题·····	(188)
(一)花刀工艺·····	(188)
(二)一般冷菜拼摆·····	(188)
(三)热空气导热法热菜制作·····	(188)
(四)油导热法热菜制作·····	(189)
(五)水导热法热菜制作·····	(196)
(六)冷菜制作·····	(199)

第三部分 模拟试卷

中级中式烹调师理论知识考核模拟试卷·····	(202)
中级中式烹调师理论知识考核模拟试卷参考答案·····	(211)
中级中式烹调师操作技能考核模拟试卷·····	(212)

第一部分 中级理论知识鉴定指导

第一章 原料初加工

考核要点

理论知识考核范围	考核要点	重要程度
鲜活原料的初加工	1. 家畜类原料清洗加工方法	掌握
	2. 盐醋搓洗法的应用	掌握
	3. 清水漂洗法的应用	熟悉
	4. 刮剥洗涤法的含义	掌握
	5. 无鳞鱼体表黏液的清洗加工方法	掌握
	6. 生搓法的应用	掌握
	7. 熟烫法的应用	掌握
	8. 猪肚的清洗加工	掌握
	9. 猪肠的清洗加工	掌握
	10. 软兜鳝鱼的氽烫加工	掌握
加工性原料的初加工	1. 加工性原料的分类	熟悉
	2. 油发的概念	掌握
	3. 油发加工的原理	掌握
	4. 油发加工的对象	掌握
	5. 低温油焐制加工的要求	掌握
	6. 高温油膨化加工的要求	掌握
	7. 粮食类制品的加工	了解
	8. 猪蹄筋的油发加工	熟悉

重点复习提示

一、鲜活原料的初加工

1. 家畜类原料清洗加工方法

家畜类原料主要是内脏的清洗加工,常用的方法有里外翻洗法、盐醋搓洗法、热水烫洗法、刮剥洗涤法、灌水冲洗法及清水漂洗法等。

2. 盐醋搓洗法的应用

盐醋搓洗法主要用于洗涤油腻和黏液较多的原料,如肚、肠等。里外翻洗法前应先加入适量的盐和醋反复搓揉,再进行洗涤,以去除外层的黏液和异味。

在实际的清洗过程中,盐醋搓洗法和里外翻洗法是结合进行的,缺一不可。

3. 清水漂洗法的应用

清水漂洗法主要适用于松散易碎的原料,如脑、骨髓、筋等。洗涤时将原料置于容器中,注入清水,轻轻漂去原料中夹杂的毛、草秆、草籽(壳)等杂物,对于其中的血衣、血筋可用牙签剔除,再轻轻漂洗干净。漂洗时不能用力搅拌或翻动,防止原料散碎。漂洗后必须确保原料的完整和光滑。

4. 刮剥洗涤法的含义

刮剥洗涤法是一种除去家畜类外皮污垢和硬毛皮膜的洗涤方法,通常用于猪肉的外皮、脚爪、火腿等原料外表的洗涤加工。

5. 无鳞鱼体表黏液的清洗加工方法

无鳞鱼的体表有发达的黏液腺,黏液是腥味的来源,其清洗加工主要是去除黏液。黏液去除的方法一般分为生搓法和熟烫法两种。

6. 生搓法的应用

生搓法的加工方法是将宰杀后的无鳞鱼放入盆内,加入盐和醋反复搓揉,待黏液起沫后用清水冲洗,然后再用干抹布将鱼体擦净即可。

一般生炒菜品的无鳞鱼,其黏液去除应采用生搓法,这样可保持原料的脆嫩口感。如生炒鳗片、生炒鳝片、爆炒鳗筒等菜肴。

7. 熟烫法的应用

熟烫法就是将表皮带有黏液的无鳞鱼,如鲶鱼、泥鳅、鲛鱼、鳝鱼、鳊鱼等,用热水冲烫,使黏液凝结脱落,然后再用抹布将黏液抹净即可。熟烫法一般用于熟炒类的菜品。

烫制的时间和水温要根据鱼的品种和具体的烹调方法灵活掌握。一般用于红烧或炖汤

时,可用75~85℃的热水浸烫1 min,水温过低黏液不易去净,水温过高则会使表皮突然收紧而破裂,影响成形美观。

8. 猪肚的清洗加工

猪肚的清洗加工步骤:盐醋搓洗→里外翻洗→热水烫洗→冲洗干净。

9. 猪肠的清洗加工

猪肠的清洗加工步骤:灌水冲洗→盐醋搓洗→里外翻洗→初步熟处理→冷水冲洗。

10. 软兜鳝鱼的氽烫加工

“软兜鳝鱼”“脆鳝”等江苏名菜,烫制鳝鱼时,水与鳝鱼的比是3:1,水温为90℃左右,时间为10~15 min。

烫制鳝鱼时添加的调料,其作用很明确。葱姜、黄酒主要起去腥增香作用;醋除了有去腥增香的作用外,还有利于黏液脱落和增加鳝背光泽的作用;盐主要是防止烫制过程中肉质松散,使鳝鱼保持弹性和嫩度。通常情况下,加醋的量约是水量的4%左右,盐溶液浓度为3%。

二、加工性原料的初加工

1. 加工性原料的分类

加工性原料按原料的属性分为7类:畜类制品、禽类制品、水产制品、蛋奶制品、粮食制品、蔬菜制品和水果制品。

加工性原料的特点是便于运输和保藏,丰富和改善了鲜活原料的质感和风味,为烹饪提供了更多的原料基础,是烹饪中重要的原料组成部分。

2. 油发的概念

油发就是把干货原料放在适量的热油中,经过加热使之膨胀松脆,成为半熟或全熟的半成品的发料方法。

油发是热膨胀涨发的一种,就是利用油的导热作用,使干制原料的组织膨胀松化成孔洞结构,然后使其复水,成为利于烹饪加工的半成品。实质上这是食品原料的膨化技术在干料涨发中的应用。

3. 油发加工的原理

油发加工的原理,首先与干料中水分的存在状态有关。原料中的水分以自由水和结合水两种状态存在,鲜活原料在干制过程中失去的水分主要是自由水,而通过油的炸发,汽化的水分主要是结合水,又称结构水、束缚水。

结合水的结合力很强,只有当油温达到180~210℃时才会被破坏。此时干制原料在油中呈半熔状态,因此,这部分水在汽化的瞬间膨胀形成气室,并由于蛋白质完全失水,丧失凝胶特性而将无数气室固定下来,产生膨松酥脆的质感。

干料经油发后，一般情况下质量比涨发前减少10%左右，色呈金黄，体态空松、平整、饱满，体壁呈蜂孔均匀分布。

4. 油发加工的对象

油发一般适用于胶质丰富、结缔组织较多的干料，如蹄筋、干肉皮、鱼肚等。

5. 低温油焐制加工的要求

动物性干制原料的油发过程，分为三个阶段：一是低温油焐制阶段，二是高温油膨化阶段，三是复水阶段。

低温油焐制是指将干制原料浸没在冷油中，加热至油温达到100~115℃，对干制原料进行焐制。焐制时间根据干制原料的不同而异，如鱼肚（提片）20~40 min，猪皮120 min，猪蹄筋50~60 min。

经过低温油焐制后的干制原料体积缩小，冷却后更加坚硬，有的具有半透明感。

6. 高温油膨化加工的要求

高温油膨化是指将经低温油焐制后的干制原料，投入至180~200℃的高温油中，使之膨化的过程。

经高温油膨化后的干制原料体积急剧增大，色泽呈黄色，孔洞分布均匀。

7. 粮食类制品的加工

粮食类制品有虾片、锅巴、面筋、粉丝等，这些原料都适用于高温油膨化加工。

8. 猪蹄筋的油发加工

用油涨发蹄筋，时间短、涨发率高。一般每千克干蹄筋可涨发成湿料6 kg左右，而干鱼肚、干猪肉皮则为4 kg左右。

辅导练习题

一、判断题（下列判断中正确的请在括号内打“√”，错误的请在括号内打“×”）

1. 家畜类内脏原料常用的清洗加工方法有：里外翻洗法、盐醋搓洗法、热水烫洗法、刮剥洗涤法、灌水冲洗法和清水漂洗法等。 ()
2. 盐醋浸渍法是家畜类原料常用的清洗加工方法之一。 ()
3. 里外翻洗法主要用于肠、肚等内脏的洗涤加工。 ()
4. 盐醋搓洗法的主要作用是去除原料外层的黏液和异味。 ()
5. 盐醋搓洗法是加入盐和醋浸泡原料后再用清水进行冲洗的方法。 ()
6. 清水漂洗法主要适用于柔软细嫩的原料。 ()
7. 猪脑适合于清水漂洗法。 ()

8. 猪肚适用于灌洗法。 ()
9. 刮剥洗涤法是一种除去家畜类原料外皮污垢和硬毛皮膜的清洗加工方法。 ()
10. 带皮猪肉、猪脚爪、火腿等原料外表在洗涤过程中需用刀反复刮制。 ()
11. 生搓法是指加入盐和醋,经反复搓洗去除无鳞鱼黏液的加工方法。 ()
12. 生搓法一般用于生炒菜品的鱼类黏液的去除,这样可保持原料的酥脆口感。 ()
13. 采用熟烫法加工无鳞鱼的目的是去除其体表的黏液。 ()
14. 用于红烧或炖汤的无鳞鱼,烫洗时水温为 75~85℃、浸烫时间为 1 min。 ()
15. 猪肚内壁的白膜应在烫洗前刮净。 ()
16. 猪肠的清洗加工步骤为:盐醋浸泡→里外刮洗→初步熟处理→冷水冲洗。 ()
17. 软兜鳝鱼的氽烫加工,水与鳝鱼的比为 3:1。 ()
18. 软兜鳝鱼在氽烫加工时,水温应保持在 90℃左右,烫制约 15 min 即可。 ()
19. 软兜鳝鱼在氽烫加工时,应加入葱姜、黄酒、碱和油等调味品。 ()
20. 干制原料具有便于运输和储藏的特点。 ()
21. 干制原料具有丰富和改善原料质感和风味的特点。 ()
22. 油发就是把原料放在适量的热油中,经过加热使之膨胀松脆,成为半熟或全熟的成品的发料方法。 ()
23. 油发实质上是食品膨化技术在干制原料涨发中的应用。 ()
24. 原料干制时失去的水分主要是自由水。 ()
25. 干料在用油炸发时汽化的水分主要是结合水。 ()
26. 原料干制时失去的水分主要是结合水。 ()
27. 干料在用油炸发时汽化的水分主要是自由水。 ()
28. 当油温达到 200~210℃时,干料中的结合水在汽化的瞬间膨胀形成气室现象。 ()
29. 油发后的干料颜色金黄,体态空松、平整、饱满,体壁内蜂孔均匀分布。 ()
30. 油发一般适用于胶质丰富、结缔组织较多的干制原料。 ()
31. 猪蹄筋、干肉皮、干鱼肚适合油发加工。 ()
32. 低温油焐制干料时的油温应控制在 80℃以下为宜。 ()
33. 低温油焐制后的干料,体积缩小,冷却后更加坚硬,有的还具有半透明感。 ()
34. 低温油焐制干猪肉皮时间为 20 min、干鱼肚约为 40 min、干猪蹄筋为 60 min。 ()
35. 高温油膨化是指将经低温油焐制后的干料,投入高温油中使之膨化的过程。 ()
36. 高温油膨化干料时应在短时间内使干料里外发透。 ()

37. 高温油膨化加工后的干料, 体积显著增大, 色泽呈黄色, 孔洞分布均匀。 ()
38. 虾片、锅巴、粉丝都属于粮食类干制品。 ()
39. 油发后的蹄筋应放入热碱水中浸泡回软后再进行择洗加工。 ()
40. 油涨发蹄筋与水发蹄筋相比, 具有时间短、涨发率低的特点。 ()

二、单项选择题(下列每题有4个选项, 其中只有1个是正确的, 请将其代号填写在横线空白处)

- 家畜类内脏原料常用的清洗加工方法是: _____。
 - 里外翻洗法、盐醋搓洗法、热水烫洗法、刮剥洗涤法、灌水冲洗法、清水漂洗法
 - 削皮清洗法、里外翻洗法、刮剥洗涤法、摘除油膜法、灌水冲洗法、清水漂洗法
 - 去瓢淘洗法、里外翻洗法、去除黏液法、刮剥洗涤法、酸碱中和法、灌水冲洗法
 - 去除杂质法、盐醋搓洗法、热水烫洗法、剥皮清洗法、去沙淘洗法、灌酒去腥法
- 里外翻洗法主要用于家畜_____等内脏的洗涤加工。
 - 肺脏
 - 肠、肚
 - 脑子
 - 脊髓
- 加入适量的盐和醋, _____原料, 是盐醋搓洗法的关键。
 - 反复揉搓
 - 反复涂抹
 - 短时间浸渍
 - 长时间浸渍
- 盐醋搓洗法是先加入适量的盐和醋反复揉搓原料, 再进行_____。
 - 切配
 - 洗涤
 - 烫制
 - 烹调
- 盐醋搓洗法的主要作用是去除如家畜内脏类原料外层的_____。
 - 外膜和异物
 - 毛根和异味
 - 黏液和异味
 - 黏液和异物
- 去除原料外层黏液和异味的清洗加工方法是_____。
 - 盐醋腌渍法
 - 盐醋浸泡法
 - 机械搓洗法
 - 盐醋搓洗法
- 在用盐醋搓洗家畜类肠、肚时, 要与_____结合进行。
 - 清水漂洗法
 - 刮剥洗涤法
 - 灌水冲洗法
 - 里外翻洗法
- 灌水冲洗法主要用于_____的洗涤加工。
 - 家畜类肺部
 - 家禽类肺部
 - 家畜类肾脏
 - 家畜的肚子

- C. 生炒鳝片、生炒甲鱼 D. 生炒鳝片、生炒鳗片
20. 将表皮带有黏液的无鳞鱼,用热水冲烫,使黏液凝结脱落的加工方法,称为_____。
- A. 熟烫法 B. 水泡法
C. 煮焖法 D. 水洗法
21. 一般用于红烧的无鳞鱼,烫制的水温和浸烫的时间分别是_____。
- A. 50~60℃、2 min B. 75~85℃、1 min
C. 85~95℃、3 min D. 100℃、5 min
22. 用75~85℃热水浸烫1 min去除黏液后的无鳞鱼,一般用于_____。
- A. 熘菜类菜品 B. 红烧或炖汤
C. 油炸类菜品 D. 生炒类菜品
23. 下列说法正确的是_____。
- A. 烫制无鳞鱼的水温越低越容易去除鱼体表的黏液
B. 烫制无鳞鱼的水温越高越容易去除鱼体表的黏液
C. 烫制无鳞鱼的水温越高会使鱼体表的黏液自行脱落
D. 烫制无鳞鱼的水温过高会使鱼皮因突然收紧而破裂
24. 熟烫无鳞鱼时,加入_____的主要作用是去腥增香。
- A. 花椒和桂皮 B. 八角和香叶
C. 葱姜和黄酒 D. 丁香和白糖
25. 熟烫无鳞鱼时,加入葱姜和黄酒的主要作用是_____。
- A. 基本调味 B. 防止破皮
C. 去腥增香 D. 增加光泽
26. 猪肚的清洗加工步骤是:_____。
- A. 盐醋搓洗→里外翻洗→热水烫洗→冲洗干净
B. 热水烫洗→灌水冲洗→盐醋搓洗→里外翻洗
C. 热水烫洗→刮剥洗涤→盐醋搓洗→冲洗干净
D. 盐醋搓洗→热水烫洗→里外翻洗→冲洗干净
27. 猪肚的清洗加工的第一步应该是_____。
- A. 灌水冲洗 B. 盐醋搓洗
C. 刮剥洗涤 D. 烫洗油污
28. 经盐醋搓洗后的猪肚应接着进行_____。
- A. 里外翻洗 B. 灌水冲洗
C. 清水漂洗 D. 刮剥清洗