



职业教育“十二五”规划教材
中餐烹饪专业与西餐烹饪专业系列教材

中式冷菜



胡建国 主编
周晓燕 茅建民 主审

- ◎ 项目教学 案例典型
- ◎ 结合大赛 图片丰富
- ◎ 提供免费多媒体资源下载



科学出版社

职业教育“十二五”规划教材

中餐烹饪专业与西餐烹饪专业系列教材

中式冷菜

胡建国 主 编

曹 健 副主编

周晓燕 茅建民 主 审

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本书共分四个项目,每个项目下包含若干个任务,共30个任务,按冷拼造型的方法分为风味单盘(12个任务)、拼合冷拼(6个任务)、花色单盘(8个任务)、主题艺术冷拼(4个任务)。本书以“实用、创新”为编写原则,以典型中餐冷菜作品设计与制作为核心教学内容,以中餐冷菜厨房岗位工作任务为驱动,确立以学生为主体的教学观,全面培养学生中式冷菜制作技能和岗位工作能力。全书配有精美的制作工艺图片,以图片诠释工艺流程,图文并茂,为教学提供崭新的视角。

本书适用于中中专烹饪专业、五年制高职烹饪工艺与营养专业。为了方便学生学习和老师教学,本书还提供免费多媒体资源下载,下载网址为:<http://www.abook.cn>。

图书在版编目(CIP)数据

中式冷菜 / 胡建国主编. —北京:科学出版社, 2012

(职业教育“十二五”规划教材·中餐烹饪专业与西餐烹饪专业系列教材)

ISBN 978-7-03-032356-9

I. ①中… II. ①胡… III. ①中式菜肴-凉菜-制作-中等专业学校-教材 IV. ①TS972.114

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第188144号

责任编辑:毕光跃/责任校对:刘玉靖

责任印制:吕春珉/封面设计:东方人华平面设计部

版式设计:鑫联必升

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

双青印刷厂 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2012年3月第 一 版 开本:787×1092 1/16

2012年3月第一次印刷 印张:12 彩插4

字数:284 000

定价:26.00元

(如有印装质量问题,我社负责调换<双青>)

销售部电话 010-62134988 编辑部电话 010-62138978-8802

版权所有,侵权必究

举报电话:010-64030229; 010-64034315; 13501151303



彩图1 凉拌双脆



彩图2 香糟草鱼



彩图3 卤水鸡蛋



彩图4 水晶冻鸡



彩图5 葱油蘑菇



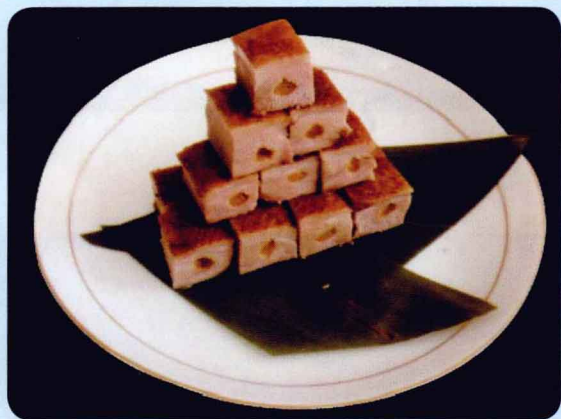
彩图6 鸡火干丝



彩图7 金钩炆芹



彩图8 三色鱼茸



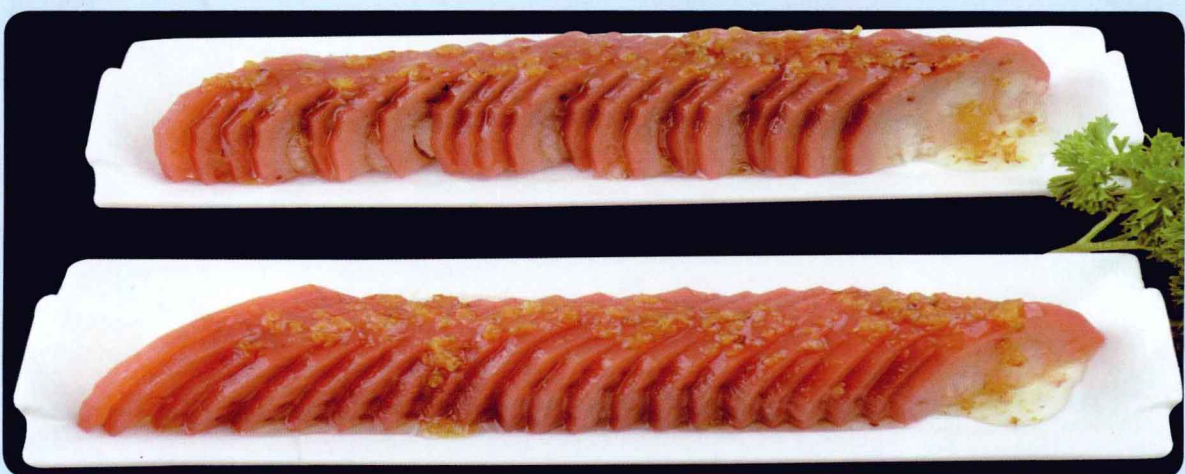
彩图10 咸蛋鸭脯



彩图9 蜜瓜莲子



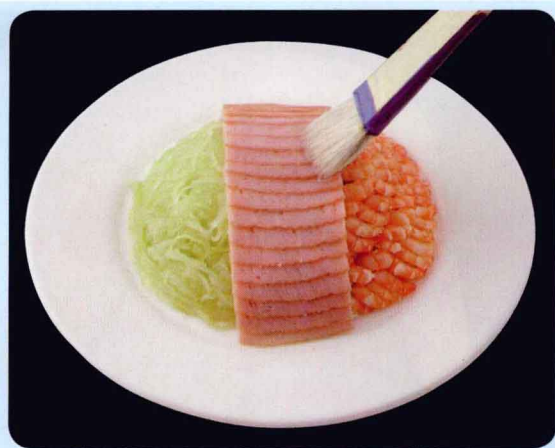
彩图11 油爆河虾



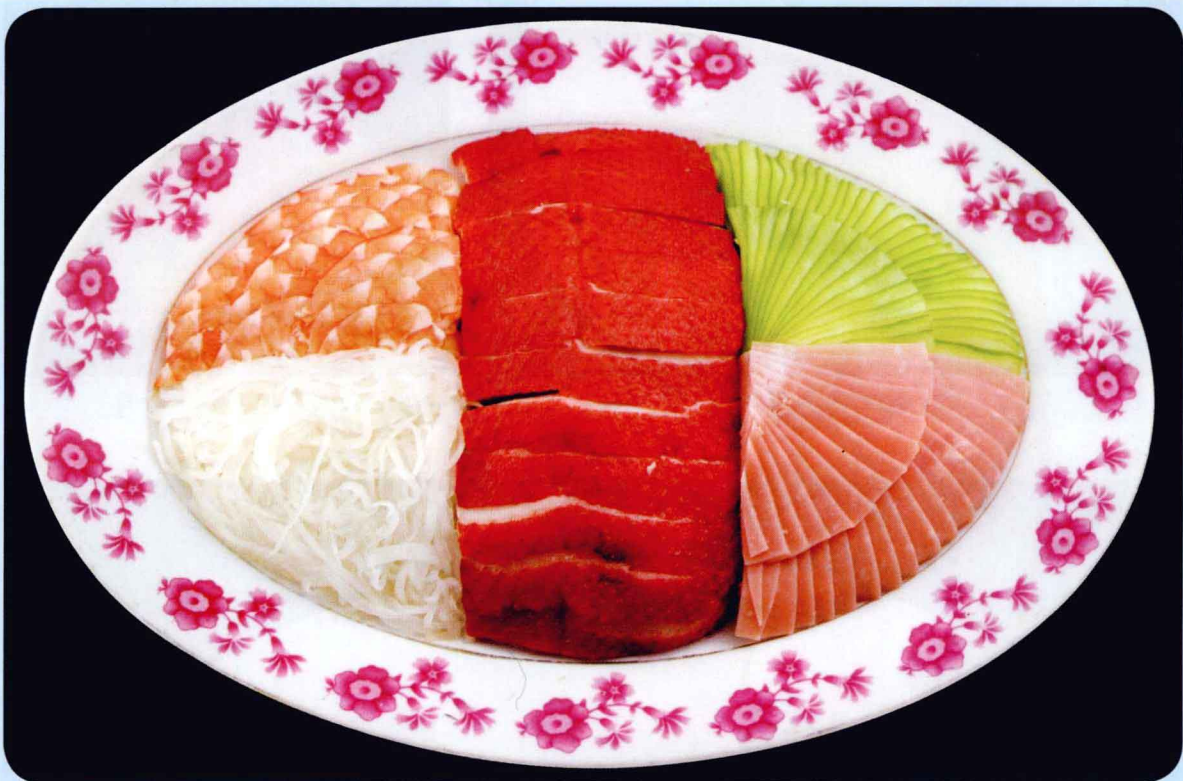
彩图12 糯米糖藕



彩图13 双色拼盘



彩图14 三色拼盘



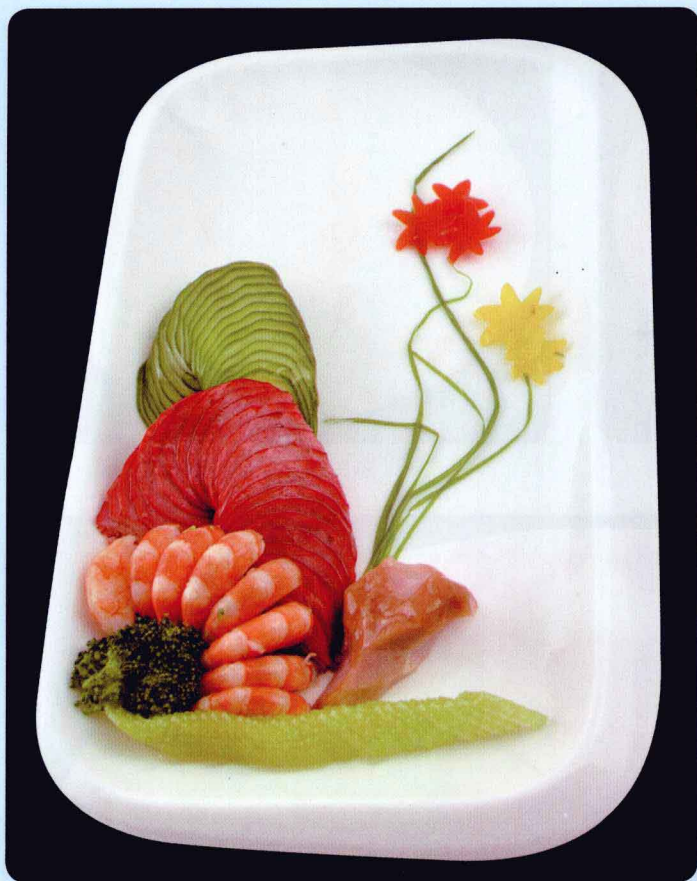
彩图15 五色拼盘



彩图16 卤水拼盘



彩图17 四季豆大丽花



彩图19 手碟拼盘



彩图18 什锦拼盘



彩图20 珊瑚萝卜卷



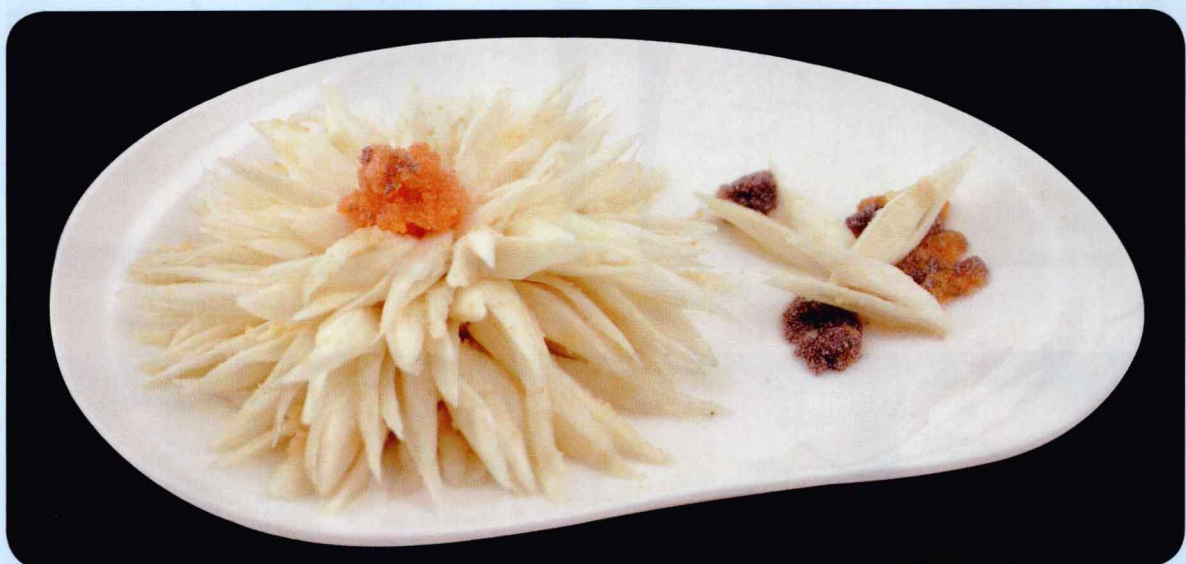
彩图21 月季鸡脯



彩图22 绣球白果



彩图23 茄汁牡丹鱼



彩图24 茭白白兰花



彩图25 牡丹基围虾



彩图26 咖喱墨鱼菊



彩图27 雨后芭蕉绿



彩图28 秋声秋色



彩图29 锦上添花



彩图31 春暖花开



彩图32 田园小景



彩图30 福寿万代



彩图33 彩雀戏珠



彩图34 锦上添花



彩图35 锦鸡牡丹



彩图36 锦绣前程

全国职业学校中餐烹饪专业与西餐烹饪专业系列教材编写指导委员会

主 任

周 俊 （扬州大学硕士生导师、教授）

常务副主任

杨存根 （江苏省职业教育旅游服务类专业教科研究中心常务副组长，
扬州商务高等职业学校副校长、烹饪大师）
何也可 （浙江省烹饪协会常务副会长、烹饪大师）

副主任 （以姓氏笔画为序）

刁晓蓓 （江苏省职业教育旅游服务类专业教科研究中心副组长、
南京旅游营养中等专业学校党委书记、高级讲师）
王 劲 （江苏省职业教育旅游服务类专业教科研究中心副组长、
常州市旅游商贸高等职业学校副校长、副教授）
王慧勤 （扬州旅游商贸学校副校长、高级讲师）
吕 红 （苏州旅游与财经高等职业技术学校副校长、副研究员）
江 云 （宁波北仑职业高级中学副校长、高级讲师）
洪惠明 （海宁技工学校校长、高级讲师）
顾道红 （南京鼓楼中等职业学校副校长、高级讲师）
臧其林 （苏州旅游与财经高等职业技术学校校长、高级讲师）

委 员 （以姓氏笔画为序）

马培忠 王 蓓 王广宇 王大勇 王景晨 韦昔奇 仇献忠 方保林
冯小兰 石建军 仲玉梅 陈 勇 陈风桂 闫二虎 李 伟 李东文
李纯国 李祥睿 张 丽 张学斌 苏爱国 吴登军 杨正华 杨锦泰
周海霞 胡建国 胡姚菊 徐 波 徐小林 夏育成 贾岩英 常 刚
董芝杰 章敏均 曹 荣 曾玉祥 谢洪山 薛 伟

主 审

茅建民 （扬州商务高等职业学校副教授、烹饪大师）

中式冷菜是中职中专烹饪专业和五年制高职烹饪工艺与营养专业中式烹调师中级工（含高级工）培养方向的必修课程，是中式烹调师中、高级工考核的必修课程。其课程对应的是中餐厨房中的中餐冷菜厨房岗位。通过教学，本书能使学生掌握中式冷菜的制作技能与中餐冷菜厨房岗位的工作方法，提高中餐冷菜厨房岗位的工作能力，为学生进入中餐冷菜厨房工作打下坚实的基础。

本书编写以《国家中长期教育改革和发展纲要（2010-2020年）》“提高教育教学质量”的要求为方针，贯彻落实中共中央、国务院《关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》的精神，依据中式烹调师职业中级（国家职业资格四级）、高级（国家职业资格三级）职业标准及知识与技能要求、餐饮行业冷菜制作规范，结合2007年至2011年全国中等职业学校烹饪技能竞赛中餐冷拼制作项目试题要求进行课程设计与开发。

本书采用“项目—任务”的编写体例，每一个任务的教学内容既保持相对的独立性与针对性，又能与其他任务之间产生有机联系，形成一个完整的项目。全书按冷菜岗位工作规范、岗位工作程序、岗位工作技能设计与开发，由基本→提高→拓展的顺序安排教学内容。书中以典型中式冷菜作品设计与制作为核心教学内容，吸收最新烹饪技能竞赛优秀作品、餐饮酒店时尚冷拼元素，突出中式冷菜制作新技术的运用，举一反三，拓展中式冷菜设计制作新思路与新方法。本书以厨房岗位工作为背景，使学生在真实环境中学习，掌握中式冷菜制作规范与技能。

本书意在全面提高学生职业素质、冷菜岗位工作能力、设计与创新能力；确立以学生为主体的教学观，运用问题与探究、列表分析、实地考察、访问厨师长等教学方法与手段提高学生实践操作能力与创新能力。每一任务中的“相关知识”、“知识与能力拓展”均与制作任务紧密相关，突出知识在厨房工作中的运用、知识与专业技能的迁移和类化。任务的完成采取个人练习与集体合作练习相结合、能力训练与知识学习相结合的学习方式，培养学生自主学习能力和集体合作精神。学生的情感、态度、价值观在真实的教学厨房中得以实现。

本书意在使学生的素质目标、知识目标、能力目标相统一。素质目标：能遵守纪律，听从安排，刻苦习艺，规范操作；具有良好的职业素养、较强的工作责任意识和团队合作精神，以及争当名厨的意识和事业心。知识目标：能了解中式冷菜制作的基本知识、中式冷菜的主要典型作品知识及当今流行的中式冷菜；熟知冷菜的制作方法和冷菜



的营养平衡与卫生控制、饮食科学与科学烹调等知识；熟知中式冷菜的创新方法。能力目标：能学会中式冷菜的基本制作方法；理解典型中式冷菜的制作要领；能运用所学知识和技能制作中高档宴会的中式冷菜，能创新设计和制作相关的冷拼。

本书教学内容分必修教学内容与选修教学内容两部分。必修教学内容为学生独立完成的制作任务，选修教学内容为学生合作完成的制作任务（选修任务以“*”加注）。建议将本书划分为216个课时，54个单元，每个单元为4课时，计12个学分。教学课时与内容具体划分为：项目一风味单盘，12个任务，计18个单元（72课时），其中选修任务4个；项目二拼合冷拼，6个任务，计11个单元（44课时），其中选修任务3个；项目三花式单盘，8个任务，计13单元（52课时），其中选修任务4个；项目四主题艺术冷拼，4个任务，计12个单元（48课时），其中选修任务2个。本书附有中式冷菜制作教学评价标准、中式冷菜制作工作任务计划书、实训技术分析报告等表格（详见书后附录），它们对本书的教学起到支撑和完善的作用。

本书由胡建国担任主编，曹健担任副主编，参与编写的人员还有石庆、徐青等。具体编写分工如下：胡建国编写项目一中的任务五、任务七至任务十二，项目二中的任务二，项目四中的任务一、任务三、任务四；曹健编写项目二中的任务一、任务三至任务六，项目三中的任务一至任务四，项目四中的任务二；石庆编写项目一中的任务一至任务四以及任务六，项目三中的任务五至任务八。徐青设计并绘制草图和编写草图说明，曹健制作与拍摄了全书教学示范制作工艺图片与部分作品图片，胡建国负责本书策划与统稿等工作。另外，苏州万怡大酒店行政总厨张子平大师对本书做了技术性指导，并提供案例供编写人员参考。在本书编写过程中还得到曾玉祥、王广宇、邵泽东、李伟、许振兴、马培忠等兄弟学校老师的帮助。扬州大学旅游烹饪学院烹饪系主任、丰益国际烹饪研究院院长、中国烹饪大师周晓燕副教授和扬州商务高等职业学校烹饪系主任茅建民副教授审读了全书，并对全书编写提出了许多建设性意见。

本书在编写中，参阅了大量专家学者的相关文献，得到了编写人员单位、业内知名专家的大力支持与帮助，在此向他们一并表示感谢。

由于编写时间仓促，考虑不够周密，不足之处在所难免。恳请广大读者提出宝贵意见和建议，以便今后再版修订完善。

作者：胡建国

2011年8月20日

前言

项目一 风味单盘	1
任务一 制作凉拌双脆	2
任务二 制作糟鱼*	7
任务三 制作卤鸡蛋	13
任务四 制作水晶冻鸡*	19
任务五 制作葱油蘑菇	24
任务六 制作鸡火干丝	29
任务七 制作金钩炆芹菜	35
任务八 制作三色鱼茸卷	40
任务九 制作蜜瓜镶莲子	46
任务十 制作酿鸭脯	51
任务十一 制作油爆虾*	56
任务十二 制作糯米糖藕*	61
项目二 拼合冷拼	68
任务一 制作双色拼盘	69
任务二 制作三色拼盘	73
任务三 制作五色拼盘*	78
任务四 制作卤水拼盘*	83
任务五 制作手碟拼盘*	89
任务六 制作什锦拼盘	94
项目三 花式单盘	101
任务一 制作四季豆大丽花	102
任务二 制作珊瑚萝卜卷	107
任务三 制作绣球白果*	113
任务四 制作月季鸡脯	119



任务五 制作茄汁牡丹鱼*	124
任务六 制作茭白白兰花*	130
任务七 制作牡丹基围虾	135
任务八 制作咖喱墨鱼菊*	140
项目四 主题艺术冷拼	147
任务一 制作“雨后芭蕉绿”	148
任务二 制作“秋声秋色”*	154
任务三 制作“锦上添花”	161
任务四 制作“福寿万代”*	169
参考文献	177
附录	179



项目一

风味单盘

1. 项目目标

- ★ 熟知风味单盘的造型设计、原料采购、原料及成品加工、制作、保管的工作过程。
- ★ 初步掌握风味单盘原料成品加工、冷菜制作的实践操作规范和方法。
- ★ 能根据风味单盘造型原则与要求完成拼摆，掌握其方法与操作关键。
- ★ 能掌握风味单盘制作的工艺流程。
- ★ 能根据风味单盘制作要求，掌握冷拼原料的选择方法。
- ★ 学会独立与合作完成冷菜制作的一般岗位工作任务。

2. 项目介绍

风味单盘是指能体现地方风味特色或饭店风味特色的冷拼。风味单盘是宴席运用的基本形式，也是常用的零点冷菜。因就餐者人数不同，风味单盘通常以四单盘、六单盘、八单盘等形式出现，并注重盘与盘之间的组合，讲究荤素搭配，以达到合理配膳。制作风味单盘常用的烹调方法有拌、炆、腌、糟、醉、煮、冻、酥、烤等；常见的味型主要有咸鲜、糖醋、蜜汁、酸辣、麻辣，体现干香、葱香、蒜香、芝麻香。单盘以一种原料为主，分量在150克左右，一般选用5吋（英寸）盘，以单独陈放的形式装盘，盛器一般以瓷器为主，有时也选用玻璃器皿、竹器、陶器等。运用切、剝、批、拍、斩等刀工手法加工成型，采用堆、围、复、排、摆等拼摆手法造型，拼摆制作步骤一般是垫底、盖面、衬托。本项目选择十二个典型风味冷菜，以任务驱动展开教学。十二个典型风味冷菜具有原料选择的典型性，涵盖具有代表性的各类原料，如，常见蔬菜原料莴笋、菌类原料蘑菇、禽蛋原料鸡鸭和鸡蛋、水产原料河虾等。通过学习，学生能了解冷菜岗位的一般工作要求，冷拼制作的实践操作规范和方法，掌握典型风味单盘的制作技术与制作的相关知识，为适应冷菜岗位工作打好基础。