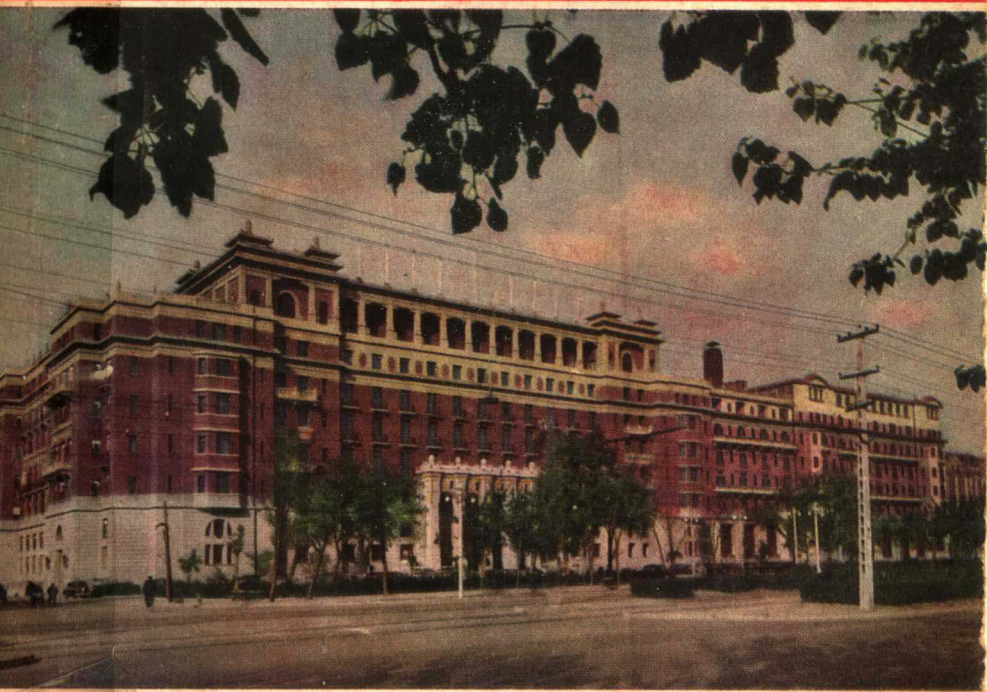


北京飯店  
名菜譜



# 北京飯店名菜譜

北京飯店編

輕工業出版社

1959年·北京

## 内 容 提 要

我国的烹饪艺术丰富多彩，历史悠久，在国内外均享有很高的声誉。随着社会主义建设事业的迅速发展和人民物质、文化生活水平的不断提高，经常地系统地研究和发扬我国丰富的烹饪艺术是饮食业界日益显得迫切需要进行的工作。

本书对川、粤、淮等诸方名菜以及别具风格的谭家菜，从用料标准、烹制过程到风味特点作了较详细的介绍。可供饮食企业领导干部、饮食业研究者、厨师、食堂管理人员以及对烹调有兴趣的家庭主妇和社会人士的学习和参考之用。

## 北京飯店名菜譜

北京飯店編

輕工業出版社出版

(北京市广安門內白廣路)

北京市書刊出版業營業許可證出字第 099 号

北京市印刷一厂印刷

新华書店發行

850×1168 公厘  $\frac{1}{32}$  × 8  $\frac{8}{32}$  印張 · 180,000 字

1959 年 7 月第 1 版

1959 年 7 月北京第 1 次印刷

印数：1—8,000 定价：(40) 1.50 元

統一書号：15042·744

## 前 言

中国菜烹制艺术異常丰富，且有悠久的历史，在国内外均享有很高声誉。作为我国宝貴的文化遺產，烹飪技艺在解放后受到党和政府的重視和关怀，得到了空前的發展和提高。社会主义建設事業的飞躍發展和人民羣众物質文化生活水平的迅速提高，向烹飪工作提出了新的任务，即必須为生产服务，在飲食方面最大限度地滿足人民要求，使人民吃得好而富于衛生营养。

1958年偉大的整風运动和社会主义大躍进，使北京飯店全体厨师政治觉悟有了显著提高，在不断挖掘傳統名菜的基础上还積極創造新穎花样，增加和丰富了菜的品种，經常地滿足着顧客的要求。由于克服了保守思想和在技术上刻苦鑽研，作出的菜已更加合乎色香味美，在成菜裝飾的艺术性和餐具器皿的选配上也取得了相当的成效。

为了进一步总结我国烹飪技术經驗，在飯店党委和行政的领导下，全体厨师解放思想，于定質定量的基础上加以整理提高，写成“北京飯店名菜譜”。

这本书的編写过程：是根据川菜名师范俊康、罗国荣；粵菜厨师張桥、康輝；北方菜厨师王蘭、施文才、于業誠；譚家菜厨师彭長海和点心师郭文彬等九同志的口述記錄，由李長峰同志执笔編写而成的。在定稿过程中，我們召集了各厨师与有关業務人員进行細致的討論，並根据大家所提意見作了若干必要的修正。

本書包括川菜 143 种，粵菜 102 种，北方菜 52 种，譚家菜 30 种，点心 50 种，共計 387 种。各菜均詳細載述用料数量、質量、加工过程、烹制方法、操作程序、成菜裝飾、風味

特点和规格要求。此外，我们还插入烹调要略一编，作为调味的理论指导，并于书后附选部分宴会菜单，以供选配菜餚参考之用。

中国菜餚之丰，声冠世界。但我国传统都是分师授徒，因此在操作用料诸方面，虽为同一方菜，往往彼此差异甚大。甚而一师一法，故不宜强求一致。

本书所列各菜用料系以一桌（10人）计算，大批加工用料较省，少量制作用料较费。根据加工规模大小，数量多寡有极大的伸缩性，下料时切不可死板地按照作料表进行。唯求斟酌情况，有所增减。

各地、各公共饮食企业设备条件不全然相同，企业加工和家庭制作亦有所区别。灶灶形式、燃料种类、火力强弱、时间迟速等因素，皆须考虑在内。进行操作时，务要注意火候。本书对烧炒时间作了估计，但恐不够准确，亦希根据具体情况灵活掌握。

“北京饭店名菜谱”是一个初产物，我们尚缺乏足够的经验，不可避免地有许多错误和不妥之处，希望各界同志予以批评指正，以期将来继续修正和提高。

# 目 录

## 第一編 烹調要略

## 第二編 川 菜

- 一、海鮮譜 ..... (20)
- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 1. 燒黃肉翅.....(20)   | 18. 紅燒鮑魚.....(31) |
| 2. 燒散翅.....(20)    | 19. 龙井鮑魚.....(31) |
| 3. 什錦川絲.....(21)   | 20. 鮑魚鴿蛋.....(32) |
| 4. 砂鍋海蜆.....(22)   | 21. 鷄蓉鮑片.....(33) |
| 5. 清湯燕菜.....(22)   | 22. 鮑魚鷄腰.....(33) |
| 6. 冰糖燕菜.....(23)   | 23. 紅扒海參.....(34) |
| 7. 紅燒魚唇.....(24)   | 24. 蔥燒海參.....(34) |
| 8. 白扒魚唇.....(25)   | 25. 蟹黃海參.....(35) |
| 9. 白汁魚肚.....(25)   | 26. 豆办海參.....(36) |
| 10. 紅燒魚肚.....(26)  | 27. 銀鮑海參.....(36) |
| 11. 三鮮魚肚.....(26)  | 28. 蝴蝶海參.....(37) |
| 12. 鷄蓉魚肚.....(27)  | 29. 少子海參.....(38) |
| 13. 清湯尤魚方.....(28) | 30. 綉球海參.....(38) |
| 14. 酸辣尤魚.....(28)  | 31. 紅燒元魚.....(39) |
| 15. 家常尤魚.....(29)  | 32. 清蒸元魚.....(40) |
| 16. 銅巴尤魚.....(29)  | 33. 元魚燒鷄.....(40) |
| 17. 砂鍋尤魚.....(30)  |                   |
- 二、山珍譜 ..... (42)
- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 34. 燒熊掌.....(42) | 36. 烩駝掌.....(43) |
| 35. 燒駝掌.....(42) |                  |
- 三、鴨 譜 ..... (44)
- |                   |                     |
|-------------------|---------------------|
| 37. 樟茶鴨.....(44)  | 42. 鍋貼全鴨.....(47)   |
| 38. 叉燒烤鴨.....(44) | 43. 木芋子姜燒鴨.....(48) |
| 39. 鍋燒鴨.....(45)  | 44. 桃酥鴨.....(48)    |
| 40. 香酥鴨.....(46)  | 45. 豆渣白鴨.....(49)   |
| 41. 桃仁鴨方.....(47) | 46. 白汁鴨.....(50)    |

47. 黃酒燜鴨……………(51)
48. 清蒸全鴨……………(51)
- 四、鷄 譜……………(54)
51. 炸酥鷄……………(54)
52. 荷葉包燒鷄……………(54)
53. 炸鷄腿……………(55)
54. 炸鷄塊……………(55)
55. 叉燒子鷄……………(56)
56. 香酥鷄……………(57)
57. 鍋貼金錢鷄……………(58)
58. 鍋貼鷄片……………(58)
59. 炸鍋貼酥鷄……………(59)
60. 豆瓣燒鷄……………(60)
61. 咖哩鷄……………(61)
49. 冬菜扒鴨……………(52)
50. 水晶鴨掌……………(52)
62. 一品酥鷄……………(61)
63. 元寶什錦炸酥鷄……………(62)
64. 芙蓉鷄片……………(63)
65. 宮保子鷄……………(63)
66. 菊花炒鷄絲……………(64)
67. 荷葉包鷄……………(64)
68. 荷葉逆米鷄……………(65)
69. 口蘑蒸鷄……………(66)
70. 清蒸全鷄……………(66)
71. 黃酒燜鷄……………(67)
72. 烩鷄糕……………(67)
- 五、魚 譜……………(69)
73. 紅燒魚……………(69)
74. 干燒桂魚……………(69)
75. 干燒荷包桂魚……………(70)
76. 豆瓣魚……………(70)
77. 五柳魚……………(71)
78. 芹黃魚條……………(72)
79. 鍋燒魚……………(73)
80. 糖醋桂魚……………(74)
81. 糖醋魚卷……………(74)
82. 网油魚包……………(75)
83. 叉燒魚……………(76)
84. 鍋貼魚片……………(77)
85. 砂鍋魚頭……………(78)
86. 清蒸桂魚……………(78)
87. 蘿卜絲魚……………(79)
88. 烩三色魚丸……………(80)
- 六、蝦蟹譜……………(81)
89. 鍋貼蝦塔……………(81)
90. 金錢蝦……………(81)
91. 鳳尾蝦……………(82)
92. 琵琶蝦……………(83)
93. 虎皮蝦包……………(83)
94. 釀龍頭蝦……………(84)
95. 四喜蝦餅……………(85)
96. 五柳蝦條……………(85)
97. 干“燒”蝦……………(86)
98. 芙蓉蝦仁豆腐……………(86)
99. 鍋巴蝦仁……………(87)
100. 鷄蓉蝦……………(87)
101. 炸蟹盒……………(88)
- 七、肉菜譜……………(89)
102. 烤方……………(89)
103. 眉毛丸子拼北菇……………(89)

八、蔬菜譜 ..... (91)

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 104. 燒扁豆.....(91)     | 114. 口蘑金銀鴿蛋.....(97) |
| 105. 干燒冬筍.....(91)    | 115. 白扒四色卷.....(98)  |
| 106. 素四寶.....(92)     | 116. 鷄蓉青豆.....(98)   |
| 107. 冬菇尤菜.....(93)    | 117. 鷄蓉鮮蘑.....(99)   |
| 108. 燒三元.....(93)     | 118. 葵花三鮮.....(99)   |
| 109. 軟炸鮮蘑.....(94)    | 119. 燻羊肚鴿蛋.....(100) |
| 110. 釀北菇.....(94)     | 120. 鷄蓉尤菜.....(100)  |
| 111. 釀竹蓀卷.....(95)    | 121. 清湯二色菜.....(101) |
| 112. 什錦南瓜盅.....(96)   | 122. 開水白菜.....(102)  |
| 113. 鷄蓉口蘑拼豆苗.....(97) |                      |

九、湯菜譜 ..... (103)

- |                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| 123. 清湯銀耳.....(103)  | 128. 鷄蓉口蘑湯.....(106)  |
| 124. 釀竹蓀湯.....(103)  | 129. 鷄糕湯.....(106)    |
| 125. 清湯冬瓜燕.....(104) | 130. 肝羹湯.....(108)    |
| 126. 鷄豆花湯.....(105)  | 131. 魚元水餃湯.....(108)  |
| 127. 芙蓉鷄片.....(106)  | 132. 清湯竹蓀豆苗.....(109) |

十、甜菜譜 ..... (110)

- |                       |                     |
|-----------------------|---------------------|
| 133. 冰糖銀耳.....(110)   | 139. 糖占鍋炸.....(113) |
| 134. 杏仁豆腐.....(110)   | 140. 糖占板栗.....(114) |
| 135. 花生酪.....(111)    | 141. 軟炸棗卷.....(114) |
| 136. 核桃酪.....(111)    | 142. 炸羊尾.....(115)  |
| 137. 冰糖細米鴿蛋.....(112) | 143. 鷄油紅苕.....(115) |
| 138. 核桃枇杷羹.....(112)  |                     |

第三編 粵 菜

一、海鮮譜 ..... (118)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. 鷄吞翅.....(118)     | 8. 蟹黃魚翅.....(122)   |
| 2. 紅燒呂黃翅.....(118)   | 9. 鷄蓉烩魚翅.....(122)  |
| 3. 乳蓉扒琴翅魚翅.....(119) | 10. 三絲烩魚翅.....(123) |
| 4. 清燉鷄包翅.....(120)   | 11. 全絲烩魚翅.....(123) |
| 5. 燒青翅.....(120)     | 12. 紅扒魚肚.....(124)  |
| 6. 燻鷄烩魚翅.....(121)   | 13. 桂花魚肚.....(124)  |
| 7. 蟹肉魚翅.....(121)    | 14. 百花魚肚.....(125)  |



- |                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| 15. 蟹黃魚肚……………(125)  | 26. 蟹油鮑脯……………(131)   |
| 16. 鷄蓉烩魚肚……………(126) | 27. 鮑魚鷄翼球……………(131)  |
| 17. 三鮮燒魚肚……………(126) | 28. 鮑魚燒鷄条……………(132)  |
| 18. 三絲烩魚肚……………(127) | 29. 紅燒海參……………(132)   |
| 19. 上湯蟹肚……………(127)  | 30. 蝦子海參……………(133)   |
| 20. 清湯炸肚……………(128)  | 31. 三鮮烩海參……………(133)  |
| 21. 蟹肚燒鮑脯……………(128) | 32. 三絲烩海參……………(134)  |
| 22. 鷄絲蟹肚湯……………(129) | 33. 什錦烩參絲……………(134)  |
| 23. 葵花鮑片……………(129)  | 34. 什錦烩參丁……………(135)  |
| 24. 鳳冠鮑脯……………(130)  | 35. 鷄蓉烩哈士馬……………(135) |
| 25. 紅燒鮑片……………(130)  |                      |

二、鴨 譜 ……………(136)

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 36. 百花香酥鴨……………(136)   | 43. 香露嫩鴨……………(141)    |
| 37. 桃仁鍋燒鴨……………(136)   | 44. 吋菜扒鴨……………(141)    |
| 38. 姜芽炒鴨片……………(137)   | 45. 片皮掛爐鴨……………(142)   |
| 39. 鍋貼鴨肝……………(138)    | 46. 菠蘿涼拌火鴨……………(143)  |
| 40. 鮮蓮鴨羹……………(138)    | 47. 魚皮云吞砂鍋鴨……………(143) |
| 41. 八宝全鴨……………(139)    | 48. 廣式燒填鴨……………(144)   |
| 42. 蓮蓉蛋黃香酥鴨……………(140) |                       |

三、鷄 譜 ……………(145)

- |                       |                     |
|-----------------------|---------------------|
| 49. 荷花荔枝鷄……………(145)   | 59. 江南白花鷄……………(150) |
| 50. 蓮蓉蛋黃香酥鷄……………(145) | 60. 椰汁咖喱鷄……………(151) |
| 51. 网油燒鷄卷……………(146)   | 61. 云腿片皮鷄……………(152) |
| 52. 椰子水晶鷄……………(146)   | 62. 脆皮炸鷄……………(153)  |
| 53. 露酒鹽焗鷄……………(147)   | 63. 香桃煎軟鷄……………(153) |
| 54. 茄汁鉄扒鷄……………(147)   | 64. 网油蝦鷄卷……………(154) |
| 55. 金腿蓋菜鷄……………(148)   | 65. 葱油白切鷄……………(154) |
| 56. 脆皮紙包鷄……………(149)   | 66. 云腿炒鷄片……………(155) |
| 57. 金錢鷄盒……………(149)    | 67. 玫瑰豉油鷄……………(155) |
| 58. 叉燒金錢鷄……………(150)   | 68. 玫瑰手撕鷄……………(156) |

四、山禽譜 ……………(157)

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 69. 紅砵酒燒焗鶴鶉……………(157) | 71. 菜炒鶴鶉脯……………(158)   |
| 70. 大地鶴鶉片……………(157)   | 72. 奶汁炒白山鷄片……………(159) |

73. 大豆苗炒山鷄片……(159)      76. 鐵扒禾花雀……(161)  
 74. 云腿菜蕙炒山鷄片(160)      77. 炸焗禾花雀……(162)  
 75. 炒禾花雀松……(160)

**五、魚蝦譜** ……………(163)

78. 脆皮桂魚……(163)      83. 菓汁魚……(166)  
 79. 烟桂魚……(163)      84. 油浸魚……(167)  
 80. 核桃桂魚盒……(164)      85. 三片魚……(168)  
 81. 獨桂魚……(164)      86. 金錢蝦盒……(168)  
 82. 麒麟桂魚……(165)      87. 淨炒滑蝦仁……(169)

**六、肉菜譜** ……………(170)

88. 酥炸羊腩……(170)      90. 燒鳳眼肝……(171)  
 89. 燒桂花腸……(170)

**七、蔬菜譜** ……………(172)

91. 香露原盅燉冬菇……(172)      94. 海棠冬菇……(174)  
 92. 什錦冬瓜帽……(172)      95. 虎皮鴿蛋……(174)  
 93. 鮮蓮冬瓜盅……(172)      96. 綉紗鴿蛋……(175)

**八、湯菜譜** ……………(176)

97. 燕窩鴿蛋湯……(176)      99. 清湯哈士馬……(176)  
 98. 雪耳鴿蛋湯……(176)

**九、甜菜譜** ……………(178)

100. 冰糖哈士馬……(178)      102. 蓮子鴿蛋茶……(179)  
 101. 杏元鴿蛋茶……(178)

**第四編 北方菜**

**一、海鮮譜** ……………(182)

1. 扒黃肉翅……(182)      6. 一品雪燕……(184)  
 2. 砂鍋魚翅……(182)      7. 鮑魚扒龍須菜……(184)  
 3. 蟹黃魚肚……(183)      8. 鍋塌鮑魚盒……(186)  
 4. 京蔥海參……(183)      9. 麻醬紫鮑……(186)  
 5. 紅扒大烏參……(184)      10. 白扒魚唇……(187)

**二、鷄鴨譜** ……………(188)

11. 一品鴨卷……(188)      13. 油汁鷄丁……(189)  
 12. 柴巴鴨子……(188)      14. 翠衣筍鷄……(189)

15. 炸龍鳳鷄腿……………(190)

三、魚蝦譜……………(191)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 16. 鮮蘑魚脯……………(191)   | 22. 生魚鱸魚……………(194)  |
| 17. 醬汁里魚……………(191)   | 23. 砂鍋胖魚頭……………(195) |
| 18. 清蒸肘魚……………(192)   | 24. 干貝蝦球……………(195)  |
| 19. 醋椒桂魚……………(192)   | 25. 干燒大蝦……………(196)  |
| 20. 干燒荷包鯽魚……………(193) | 26. 煎蝦排……………(196)   |
| 21. 燒燻黃矢……………(194)   | 27. 水晶蝦餅……………(197)  |

四、肉菜譜……………(198)

- |                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| 28. 紅扒駝蹄……………(198)  | 34. 拔絲肉加豆沙……………(201) |
| 29. 燒紫蓋……………(198)   | 35. 鍋塌里儿……………(201)   |
| 30. 鮮嫩咸……………(199)   | 36. 桃仁醬汁肉……………(202)  |
| 31. 火腿豌豆……………(199)  | 37. 干燒牛肉……………(202)   |
| 32. 蜜汁火腿……………(200)  | 38. 生菜牛肉……………(203)   |
| 33. 蟹黃獅子頭……………(200) | 39. 糟蒸羊肉條……………(203)  |

五、蔬菜譜……………(205)

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| 40. 炒芙蓉銀耳……………(205)  | 44. 雪菜干燒冬筍……………(207) |
| 41. 白汁如意竹蓀……………(205) | 45. 蟹黃扒白菜……………(208)  |
| 42. 桃仁象眼鴿蛋……………(206) | 46. 千層白菜……………(208)   |
| 43. 叉燒龍須菜……………(206)  |                      |

六、湯菜譜……………(209)

- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| 47. 蓬蓬豆腐湯……………(209) | 48. 鳳尾鴿蛋湯……………(209) |
|---------------------|---------------------|

七、甜菜譜……………(211)

- |                     |                      |
|---------------------|----------------------|
| 49. 八寶釀茱萸……………(211) | 51. 蜜汁金棗蓮子……………(212) |
| 50. 酒釀葡萄羹……………(211) | 52. 琥珀蓮子……………(212)   |

第五編 譚家菜

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| 1. 清湯燕菜……………(214) | 7. 蓋菜魚翅……………(217)  |
| 2. 紅燒魚翅……………(214) | 8. 紅燒鮑魚……………(217)  |
| 3. 干貝魚翅……………(214) | 9. 三鮮鮑魚……………(218)  |
| 4. 蟹黃魚翅……………(215) | 10. 紅燒駝掌……………(218) |
| 5. 清燉魚翅……………(216) | 11. 清燉駝掌……………(219) |
| 6. 鷄蓉魚翅……………(216) | 12. 柴把鴨……………(219)  |

- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| 13. 葵花鴨·····(220)  | 22. 香酥鷄·····(225)   |
| 14. 八寶全鴨·····(221) | 23. 八寶全鷄·····(226)  |
| 15. 咸筍燉鴨·····(221) | 24. 紅燒回王魚·····(226) |
| 16. 面包全鴨·····(222) | 25. 清蒸白魚·····(227)  |
| 17. 菠蘿烤鴨·····(222) | 26. 豉油魚·····(227)   |
| 18. 糯米全鷄·····(223) | 27. 清蒸桂魚·····(228)  |
| 19. 草菇蒸鷄·····(224) | 28. 紅燒猴頭·····(229)  |
| 20. 白斬鷄·····(224)  | 29. 清湯猴頭·····(229)  |
| 21. 炸鷄腿·····(225)  | 30. 清湯銀耳·····(230)  |

### 第六編 點心

- |                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| 1. 菓子椰絲条·····(232)   | 25. 咖哩叉燒枇·····(243)   |
| 2. 豆沙麻球·····(232)    | 26. 奶油可可九層糕·····(244) |
| 3. 糖油开花包·····(232)   | 27. 粉絲椰塔·····(244)    |
| 4. 花油酥卷·····(233)    | 28. 金絲蝦蓉燒麦·····(245)  |
| 5. 脆皮腐皮卷·····(233)   | 29. 豆沙酥皮面包·····(245)  |
| 6. 蘿卜絲餅·····(234)    | 30. 椰絲蛋糕夾·····(246)   |
| 7. 菜汁燒麦·····(234)    | 31. 水晶豆沙包·····(247)   |
| 8. 咖哩叉燒餐包·····(235)  | 32. 菜醬塔·····(247)     |
| 9. 燙面元宝餃·····(235)   | 33. 脆皮糯米鷄·····(248)   |
| 10. 菓仁焗餅干·····(236)  | 34. 蘿卜絲甘露酥·····(248)  |
| 11. 菓醬核桃条·····(236)  | 35. 蛋黃荷花包·····(249)   |
| 12. 元宝棗泥酥·····(237)  | 36. 百花粉卷·····(249)    |
| 13. 菓醬煎吐司·····(237)  | 37. 椰絲栗花酥·····(250)   |
| 14. 翡翠燒麦·····(238)   | 38. 麻蓉花籃酥·····(251)   |
| 15. 枇杷酥·····(238)    | 39. 春皮鷄方包·····(251)   |
| 16. 可可核桃蓋·····(239)  | 40. 蒸粉菓·····(252)     |
| 17. 免治花油夾·····(239)  | 41. 竹叶糯米包·····(252)   |
| 18. 南乳餅·····(240)    | 42. 奶油菓醬面包·····(253)  |
| 19. 甘露枇·····(240)    | 43. 芝麻酥角·····(253)    |
| 20. 生汁萃菓卜丁·····(241) | 44. 百合酥·····(254)     |
| 21. 荔甫芋角·····(241)   | 45. 鮮奶蛋达·····(254)    |
| 22. 咖哩鷄蝦包·····(242)  | 46. 黃油薯餅·····(254)    |
| 23. 桂花酒釀餅·····(242)  | 47. 薩其馬·····(255)     |
| 24. 鷄粒麦酥蓋·····(243)  | 48. 鳳眼酥·····(255)     |

49. 家乡咸水饺.....(256)

50. 水花豆沙酥.....(256)

### 第七編 宴会菜單

一、制定宴会菜單.....(258)

二、宴会菜單选例.....(259)

第一編  
烹調要略

食品的烹調加工不只是單純的技术工作，它本身帶有很大的艺术性。制作美味可口受人称譽的好菜，除了需要具备相当的实际經驗和熟練技巧外，还要善于掌握各道加工工序的主要关键。象原料选择、初步加工、主次搭配、火候掌握、調料应用、家具安排、成品温度、点綴佈置、走菜順序等九个重要过程各有其一定要略。如能够正确地运用这些要略，作菜就会收到良好的效果。这里根据我們自己的体会和經驗一一加以說明。

## 1. 原料选择

食品的烹調加工首先是由选择原料开始的。質量优良的原料是决定食品質量的前提条件。原料不好，即使厨师技术水平再高、加工条件再好，也断难作出好菜。

选择原料时必须首先对食品进行感官檢查和物理檢查。感官檢查是檢查食品的顏色、味道、包裝、商标等；物理檢查是檢查食品的彈性、硬度和重量等。除此之外，在有条件的企業里，还可以进行化学檢查和細菌檢查，通过这些檢查确定食品新鮮与否，質量如何，有無腐敗变質和細菌占染等現象，不但可以保証烹調加工的功效，而且可以保障消費者的安全，避免因食物腐敗占染而引起的中毒和疾病等不幸事故。

选择原料时还必须將它們按照品种、部位和質量加以区分。如魚有青魚、桂魚、鯉魚、黄花魚、鮠魚、鰻魚之分，是品种的不同；猪肉有腌尖、通脊、五花、排骨、肘子、蹄爪肥膘之分，是部位的不同；鷄有雛母鷄、童鷄、筍鷄、油鷄、月母鷄之分，是老嫩的不同。宜煎炸、宜熬煮、宜爆炒、宜蒸溜，須按其質量优劣加以适当利用。合理地、正确地选择和利用原材料，把不同品种、不同部位、不同質量的原料按照不同用途，充分地加以利用，不只对于烹調功效起着首要的作用，而且对于節約原料也有着極為重要的意义。

## 2. 初步加工

食品的初步加工，即冷加工按其性質來說是熱加工的準備。這道工序對於烹製品的質量或佳或否有着很大的影響和作用。因此要求慎重細心，不可了草。加工時，燕窩須用銀針或鑷子將夾雜的細毛仔細地挑淨，魚翅去砂，海參去泥，如稍不細致，就會使操作遭受困難，作出的菜就會苦澀難於入口，宰割魚時要注意不把膽弄破，為了便於去鱗可用溫開水燙之。炸制的菜，如肉內有筋可將其剔出或用刀斬斷，否則不酥。烹調上非常講究刀口，用刀割切的食品要力求刀口整齊均勻。刀口好不但能夠保證食品在熱加工時受熱均勻，不致彼生此熟或彼熟此爛，而且可以增加菜的成色和美觀。有許多菜不但要求加工細致，而且須進行復雜的美術工作：如蝴蝶海參要佈置成婉如振翅欲飛之蝴蝶狀，釀龍頭大蝦要點綴成騰雲凌霧的龍狀，以便以形象動人。

## 3. 主次搭配

作菜有獨用和配用兩種：獨用就是由一種食品作成一個菜；配用就是利用兩種或兩種以上的食品配成一個菜。有些食品如魚蝦等本身味道很重，只宜獨用，以免奪味。本身沒有濃重味道的食品配用則不妨。搭配菜時最好掌握以清配清以濃配濃的原則。以清配濃，則清者味不顯著，以濃配清則恐有奪味的惡劣後果。搭配菜時還要注意葷素是否相容。有的蔬菜宜與動物性食品相配，有的蔬菜則不适宜，還有的配葷配素皆可。有的葷素相配弊病多端，有的就互見功效，如以葷油炒素菜，以植物油炒葷菜就是。

## 4. 火候掌握

食品原料在經過初步加工之後，絕大部分（包括預備用來



制作冷菜的食品)都要进行热加工,因此热加工就成为整个烹调过程的中心环节。热加工的关键在于能否灵活的掌握火候。所谓火候是指火力强弱和操作时间长短。火力一般有急火、烈火、猛火等,其威力無甚差别可统称为武火,又有緩火、細火、弱火、微火等,可统称为文火。根据食品加工性质不同,有的使用武火,如爆炒菜,火力过弱,时间拖长則發疲。有的使用文火,如燉菜,火急了則容易干或外熟內生。有的先用武火后用文火,也有的先用文火后用武火。操作时除了需要注意使用火力外,还要掌握加工的时间长短。有的食品愈煮愈嫩,如腰子;有的煮过火則肉老發死,如魚。肉起鍋迟則其色由紅变黑,蔬菜起鍋迟其維生素易走失。正确地掌握火力和操作时间,不但要使作出的菜滋美适口,而且要尽可能地保持其原有的营养成分,以求有益于增进人体的健康。

## 5. 調料应用

对于調味料和調味品的使用,各厨师均有不同,有的主味重,有的則主味輕。下調料时必须首先考虑到它們的性质作用和互相影响,並根据食品加工的性质确定其数量标准。鹽味咸糖味甜是人皆共知的,但各味調料加于一起所發生的互相作用,則有待于进一步地探討和研究,如使用料酒可以去腥避異味,使用味精可以增加菜的香味和刺激食欲,皆有其科学道理,各食品喜咸喜淡喜濃喜薄,有甚大差别,有的以淡为上,如清蒸諸菜,有的以咸为上,多屬醬制。喜淡者咸則不鮮,喜咸者淡則乏味。下調料时开始不宜过重,过重欲輕即不易挽回。

## 6. 家具安排

餐器、餐具对烹調品的效果,起着很大的影响作用。食品再好盤碗用得不当也能使之減色,反之,即是菜的質量稍差,但家具用的适宜也可借以增加其气氛。有的菜宜用碗,有的菜