



新

DASHI JIAO LI SHAO CAI CONG SHU 调料菜

王慧良 编著 李玲 编审



上海科学普及出版社



新调料菜

王慧良 编著
李 玲 编审

上海科学普及出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

新调料菜/王慧良编著. —上海:上海科学普及出版社, 2006.9

ISBN 7-5427-3548-9

I. 新... II. 王... III. 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 094811 号

责任编辑 方 晴

摄 影 范 强

装帧设计 张 晔

新调料菜

王慧良 编著

李 玲 编审

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销 上海新文印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 3.5 插页 16 字数 84 000

2006 年 9 月第 1 版 2006 年 9 月第 1 次印刷

印数 1—5 100

ISBN 7-5427-3548-9/TS·225 定价:15.00 元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题

请向出版社联系调换

前言



赤、橙、黄、绿、青、蓝、紫，经画家之手能描绘出千姿百态的图画。哆、来、咪、法、嗦、拉、西，经乐师之手能谱出悦耳动听的音乐。酸、辣、苦、甜、咸，经厨师之手，能调制出味道醇美，脍炙人口的菜肴。现今数以万计的菜肴，能千滋百味，除了因烹饪原料不同外，形形色色的调味料起了不可或缺的作用，不调味难成美食。

原料因产地及品质的不同，适合用不同的烹饪方法，需要用不同的调味料。一年气候有寒暑之别，人们的味觉会随着气候变化，一般“春天宜酸味出头，夏天清淡微苦，秋季适中偏辣，严冬味浓多咸”，这就需要不断地调整调味料的口味以适应人们四季不同的口味要求。中国地域广阔，各方人士的口味嗜好又千差万别，这也对调味料提出了千变万化的要求。此外，由于每款菜肴的口味往往都有个主、次味，主、次味要均衡，恰到好处。调料投放先后有时也会影响菜肴的口味。只有熟练掌握了这一问题，烹调出来的菜肴才会色、香、味、质俱佳，这使得调味料的运用更为复杂。

以往市场上只供应盐、酱油、醋、糖等单味调料，因此人们也只能用这些单一的调料配伍后调味，而今市场上出现了诸多新颖的复合味调料，它使菜肴的口味更丰富，也使我们制作菜肴更简便并易于掌握。这些复合味有咸鲜味的、有咸中带甜味的、有甜中咸出头的、有酸甜辣并重的……就是辣味的，也有麻辣、鲜辣、香辣、干辣、酸辣



之分，这虽然给人们提供了多种选择，但也给人们出了道难题，到底我煮哪种菜要选用哪种调味品呢？

为了帮助人们解决以上这些问题，我们特请国家高级技师王慧良老师，编写了本书。以期通过本书对各种复合调味料的介绍、推荐的菜肴实例及其操作，对读者有所启迪，使读者能举一反三地按烹调的基本方法，灵活运用，使人们餐桌上菜肴的口味更为丰富。

编 者



蒸豆瓣鱼
(见 p.25)



蟹酱滑水蛋
(见 p.12)



↑ 橙香松子鱼
(见 p.77)

穿衣芦笋→
(见 p.98)



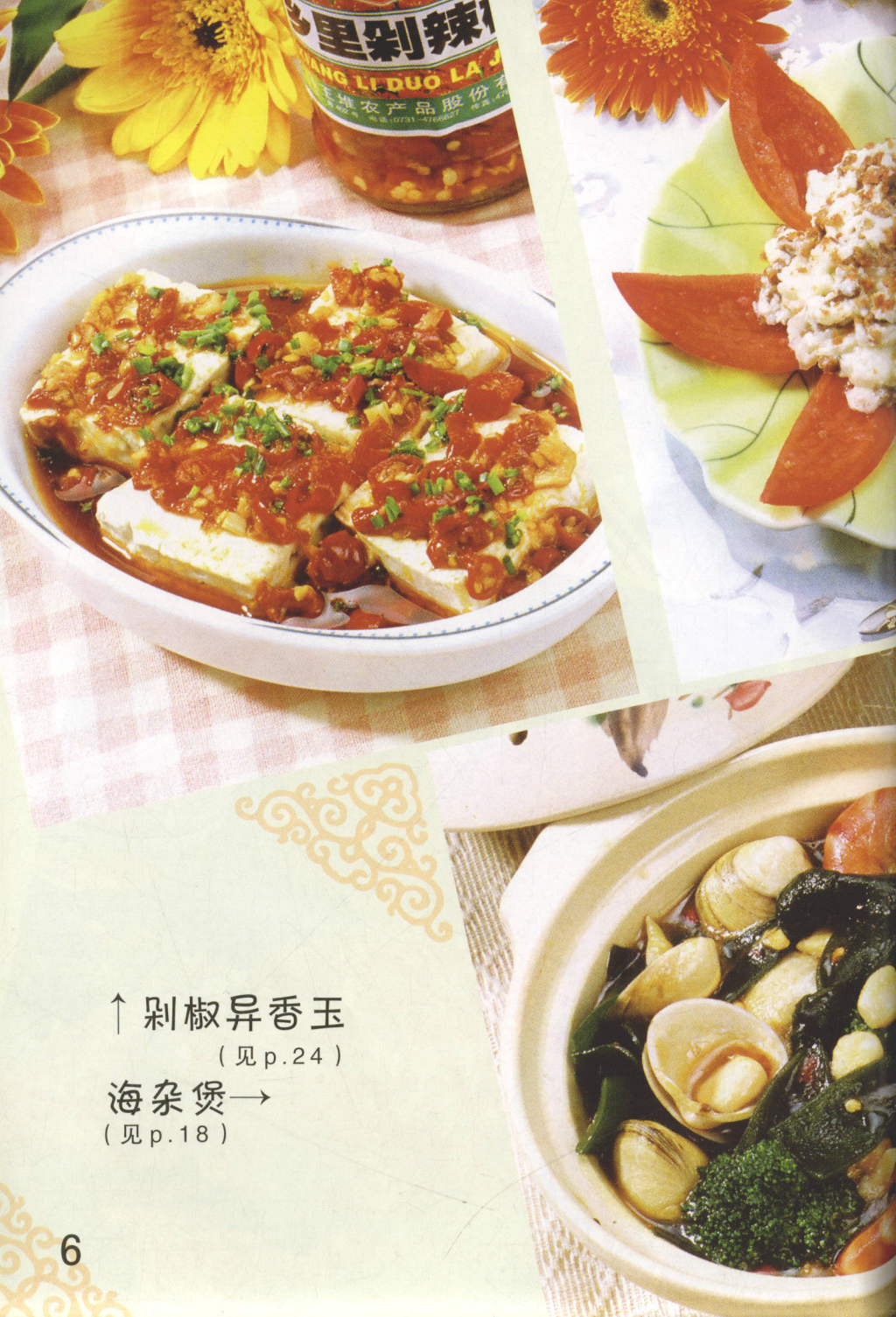
← 豉油浸素鸡

(见 p.58)

冻花蟹 ↓

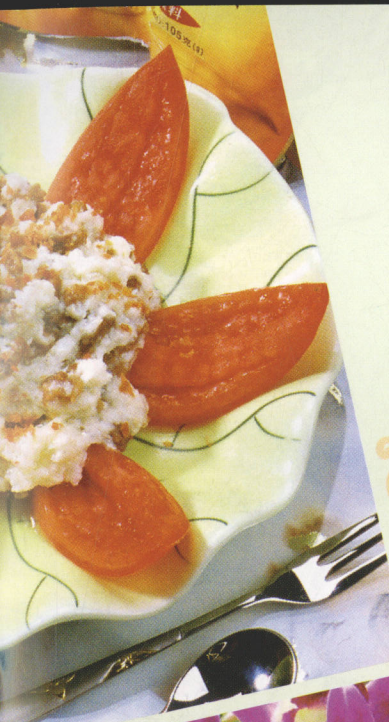
(见 p.51)





↑ 剁椒异香玉
(见 p.24)

海杂煲→
(见 p.18)

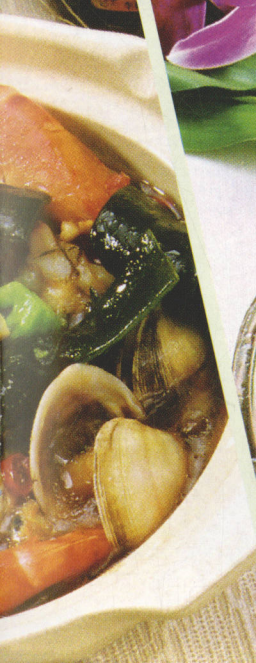


←芙蓉鸽松

(见 p.93)

蚝油豆腐 ↓

(见 p.48)





↑ 滑菇菜心
(见 p.95)

芥辣虾仁→
(见 p.46)



← 鸡汁娃娃菜

(见 p.61)

金钱里脊 ↓

(见 p.73)





↑ 拌花菜

(见 p.41)

外婆红烧肉→

(见 p.2)



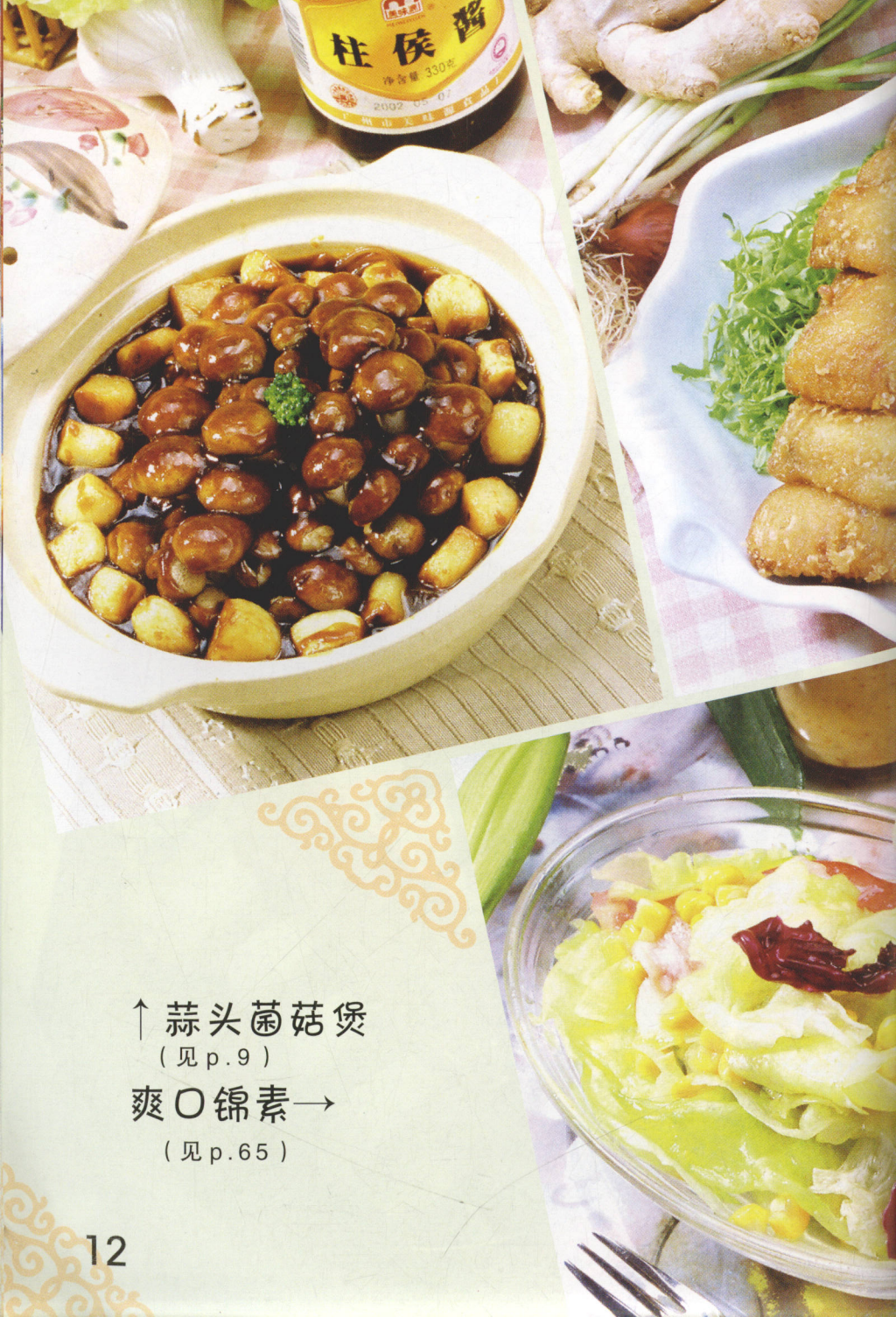
← 特制拌茄

(见 p.18)

虾酱冬瓜 ↓

(见 p.43)





↑ 蒜头菌菇煲
(见 p. 9)

爽口锦素→
(见 p. 65)

← 蒜香翅

(见 p.70)

水煮湘辣虾 ↓

(见 p.27)



↑ 沙茶凤爪
(见 p.13)

肉碎粉皮→
(见 p.22)