



中等职业教育**中餐烹饪与营养膳食**专业系列教材

淮扬菜制作

HUAIYANGCAI ZHIZUO

主 编 徐 明

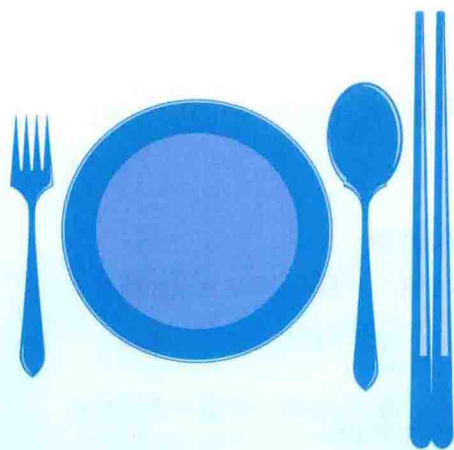


重庆大学出版社

<http://www.cqup.com.cn>



中等职业教育 **中餐烹饪与营养膳食** 专业系列教材



淮扬菜制作

主 编 徐 明

副 主 编 姚庆功 许 翥 韩特跃

重庆大学出版社

内容简介

本书以项目为主线,分4个部分介绍淮扬菜的理论知识与实践技能。项目1为淮扬菜的基础知识,项目2为冷菜制作,项目3为热菜制作,项目4为点心制作。本书内容可作为两学期教学内容,冷菜制作72课时,热菜制作144课时,点心制作36课时。本教材理论与实践结合;知识与能力贯通;体系完整,内容丰富,实用性强;图文并茂,文字通俗易懂,适合烹饪专业中职学生使用,烹饪专业其他层次的学生也可作为参考教材。

图书在版编目(CIP)数据

淮扬菜制作 / 徐明主编. — 重庆:重庆大学出版社, 2014.8

中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业系列教材
ISBN 978-7-5624-8162-1

I. ①淮… II. ①徐… III. ①苏菜—菜谱—中等专业学校—教材 IV. ①TS972.182.53

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第090663号

中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业系列教材

淮扬菜制作

主 编 徐 明

副主编 姚庆功 许 磊 韩特跃

责任编辑:沈 静 版式设计:程 晨

责任校对:邹 忌 责任印制:赵 晟

*

重庆大学出版社出版发行

出版人:邓晓益

社址:重庆市沙坪坝区大学城西路21号

邮编:401331

电话:(023) 88617190 88617185(中小学)

传真:(023) 88617186 88617166

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: fxk@cqup.com.cn(营销中心)

全国新华书店经销

重庆高迪彩色印刷有限公司印刷

*

开本:787×960 1/16 印张:16.75 字数:274千

2014年8月第1版 2014年8月第1次印刷

印数:1—3 000

ISBN 978-7-5624-8162-1 定价:49.00元

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换

版权所有,请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书,违者必究

前 言

近几年，餐饮行业不断发展，社会需要越来越多的餐饮一线从业者，并且对他们的专业素养和技术水平提出了更高的要求。作为高素质、高技能人才的主要培训途径，烹饪专业职业教育的重要性更加明显。各职业学校都在紧锣密鼓地进行课程改革，努力提高教学质量。与此同时，相关教材的开发则是推进课程改革的重要保障。《淮扬菜制作》便是在这样的背景下完成的，面向中职烹饪专业的学生。

淮扬美食，名闻遐迩，屈指天下，与川、鲁、粤菜齐名，历经四千年磨砺，以其刀工精细、制作考究著称；又以选料严格、精于火工享名；更以口味独特、典雅菜式为世人所瞩目。本书是在传统同类教材基础上的提炼和拓展，不仅将淮扬菜的烹调工艺理论知识和菜点制作实践内容有机地结合，体现理实一体，有助于学生全方位地了解淮扬美食。

本书的主要特色是内容设计思路新颖。烹饪专业人才培养的目标是为餐饮企业输送高素质、高技能的专业性人才，餐饮企业厨房生产人员的任职要求就是要综合素质高、实践能力强、烹饪操作技术过硬。《淮扬菜制作》是一门综合性的专业课程，对学生职业能力的培养和职业素质养成起主要支撑或明显的促进作用，且与前期开设的烹饪专业理论、实践课程以及后期的专业课程提高和社会实习衔接得当，形成了一个“课程链”的结合体。从淮扬菜冷菜、热菜到面点制作，以餐饮烹饪职业能力培养为重点，可以与餐饮行业企业合作进行基于工作过程的课程开发与设计，充分体现职业性、实践性和开放性要求。

本教材的编写历时一年完成。由全国职业院校技能大赛指导专家、江苏省扬州商务高等职业学校副校长徐明担当主编，负责全书统稿；全国职业院校烹饪大赛优秀指导教师、中国淮扬菜烹饪大师、江苏省扬州商务高等职业学校姚庆功负责项目1的编写，烹饪系许磊老师负责项目2和项目4的编写，抚顺市第一中等职业技术专业学校副校长韩特跃负责项目3的编写，全国职业院校

校烹饪大赛优秀指导教师、中国淮扬菜烹饪大师邵泽东、吴雷两位老师提供全书所需图片，王蓓、陈礼福、王爱红、钱晓丽、陈小宏、闵二虎、沈晖7位老师分担菜谱整理工作。在教材编写过程中，走访了许多企业的专家、社会的学者，参阅了很多烹饪类教材和书籍，在这里不一一列出，谨表示衷心的感谢。

由于编者水平有限，加之时间仓促，书中可能出现错误或不当之处，望专家和读者批评指正。

编 者
2014年5月

Contents

目 录

项目1 绪论

任务1 淮扬菜概述	1
任务2 淮扬菜烹饪常识	8

项目2 冷菜制作

任务1 生制冷吃	19
任务2 熟制冷吃	47
任务3 冷菜拼摆	68

项目3 热菜制作

任务1 炸类菜肴	71
任务2 熘类菜肴	95
任务3 扒类菜肴	114
任务4 炒类菜肴	125
任务5 烩类菜肴	146
任务6 焖类菜肴	159
任务7 烧类菜肴	166
任务8 蒸类菜肴	187
任务9 余类菜肴	201
任务10 炖类菜肴	210
任务11 甜菜	216

项目4 点心制作

任务1 淮扬点心概述	235
------------------	-----

任务2 大众点心	238
任务3 筵席点心	249
参考文献	260

绪论

【学习难点】

淮扬菜的历史、流派、特点、现状、未来、创新。

【学习重点】

淮扬菜的常用原料和烹调方法。

【课时数】

2课时。

【教学方法建议】

任务驱动法、问题探究法、项目教学法。

任务1 淮扬菜概述

中国烹饪是文化，是科学，是艺术。淮扬菜是其一大结晶，也是中国烹饪“以味为核心，以养为目的”这一本质特征的一大体现。回溯中国烹饪的历史长河，千古菜系，除了鲁、川、粤外，就是唯一破例以省以下城市及区域称谓的淮扬菜系，又称维扬菜系。

淮扬菜与鲁菜、川菜、粤菜并称为中国四大菜系。淮扬菜，始于春秋，兴于隋唐，盛于明清，素有“东南第一佳味，天下之至美”的美誉。许多标志性事件的宴会都是淮扬菜唱主角：1949年中华人民共和国开国大典首次盛宴，1999年中华人民共和国成立50周年大庆宴会，2002年江泽民宴请美国总统乔治·布什等，都是以淮扬菜为主。

淮扬菜系是淮安、扬州、镇江三地风味菜的总称。“淮”即淮菜，以淮安（今江苏楚州，下同）为代表；“扬”即扬菜，以扬州、镇江一带为代表。淮扬菜系形成于明清，尤以清时为盛。在明清以前，淮安、扬州都是全国有名的大都市，都有各自的饮食文化传统。而淮菜在隋唐之际便已是驰誉神州的中国四大古典菜系之一。明清以后，淮菜和扬菜开始相互渗透、逐渐融合，并糅合南北风味于一炉，从而形成了统一的菜系。

淮安、扬州、镇江三地位于长江南北，紧挨京杭大运河，从地理位置上看是连接南北西东的重要交通枢纽，且自古以来就是富庶的鱼米之乡。淮安、扬州早在隋、唐时期就已经相当繁华，当时的淮安、扬州不仅仅是文化交流上发达，更可以理解为淮安、扬州在那个时候便已是消费集中地带。从文献记载中，淮扬菜的闻名可以追溯到一千多年以前，和淮安以及扬州的文化交流发展、鼎盛过程一样，历经唐、清两个时期，而且也是在清代康熙、乾隆年间达到巅峰，借势于两代皇帝的频频南巡期间缕缕逗留淮安、扬州。到乾隆年间，淮扬菜系已经成为全国四大菜系之一。

1.1.1 淮扬菜的特点

淮扬菜以沿江、沿淮、徽州三个地区的地方菜为代表构成。集江南水乡扬州、镇江、淮安等地菜肴之精华，是江苏菜系的代表性风味。其特点是：选料注意鲜活鲜嫩；制作精细，注意刀工；调味清淡，强调本味，重视调汤，风味清鲜；色彩鲜艳，清爽悦目；造型美观，别致新颖，生动逼真。中国饮食文化源远流长。淮扬菜系作为中国四大菜系之一，以其独特的历史风格和个性风味而名扬四海。

淮扬菜以烹制山野海味而闻名。早在南宋时，“河地马蹄鳖，雪中牛尾狐”就是那时著名的菜肴。淮扬菜以其选料精细、工艺精湛、造型精美、文化内涵丰富而在中国四大菜系中独领风骚。淮扬菜系在选料方面，注重选料广泛，营养调配，分档用料，因料施艺，体现出较强的科学性；在工艺方面注重烹饪火工，刀法多变，擅长烧、焖、炖；在造型方面，注重色彩器皿的有机结合，展现出精美的艺术性，可谓淮扬品味一枝独秀。其共同特点是：用料以水鲜为主，汇江淮、湖南特产为一体，禽蛋蔬菜，四季常供；刀工精细，注重火候，擅长炖、焖、煨、焙；追求本味，清鲜平和，咸甜醇正适中。适应面很广，菜品风格雅丽、形质兼美、酥灿脱骨而不失其型。滑嫩爽



脆而显其味。江苏素称鱼粒头，兼各海产之利，饮食资源十分丰富。淮扬菜肴以清淡见长，味合南北。其中，扬州菜肴素有饮食华彩、制作精巧、市肆百品、夸示江客之誉。

著名的菜肴品种有：大煮干丝、桂花盐水鸭、清炖蟹粉狮子头、平桥豆腐、醋熘鳊鱼、清炒芦蒿、茆离集烧鸡、清炒虾仁、火腿炖甲鱼、雪冬烧山鸡、奶汁肥王鱼、扒烧猪头、天下第一球、马蹄鳊鱼等。

1.1.2 淮扬菜的现状

从淮扬菜的历史、地域、形成过程来看，这一切都体现了淮扬菜与扬州不可分割的联系。毋庸置疑，扬州的历史是辉煌的，淮扬菜的历史是灿烂的。但我们同时也发现，随着社会的进步、时代的变迁、多元化的竞争，淮扬菜的发展同样面临严峻的挑战，如今“吃在扬州”并不是绝对的了。扬州——淮扬菜老大的地位，正经历着前所未有的考验，这不得不让人沉思和担忧。

淮扬菜经过历史的高速发展，自然增长的潜能已基本释放，目前有滞后不前的趋势。扬州经济地位的变化，不再是盛唐时的“扬一益二”，也不是清初时的交通枢纽，这必然影响到餐饮消费，淮扬菜发展中若干“瓶颈”亟待解决。制约淮扬菜发展的因素是多方面的：

首先是传统行业整合、改造、提升及新兴产业推进和培育的速度慢。目前，仍主要是由市场自发推动、依靠自身资本积累来发展，产业企业规模小，发展水平低，速度慢，市场竞争力弱，由此造成了扬州的餐饮业始终无法形成大型骨干企业和自己的特色品牌，餐饮业市场资源集约化程度低，市场开拓投入力度小，自发的小、散、乱的“作坊式”生产方式的经济状态多年难改，结构调整和产业升级步履维艰，被动接受市外大企业的辐射，市场份额逐年萎缩。与此相反，外省市的餐饮集团却异军突起，四面楚歌，形成咄咄逼人的气势。

其次，餐饮业体制性矛盾和结构性矛盾突出。餐饮业的改革、创新、发展相对滞后，造成企业老化、弱化，人员素质低下，思想观念落后，因循守旧，封闭保守，新生事物接受缓慢，小富即安，发展乏力，进取精神趋弱。

第三，淮扬菜发展规划滞后。现有的规划和政策远不能适应时代的发展和要求，餐饮企业的市场主体地位尚未完全确立，行业分割和地方保护仍然

很普遍。餐饮业体量庞大，业种众多，情况复杂，但缺少实质性的管理引导机构，缺乏务实性的指导、协调功能。

再次，我们虽然捧来了“淮扬菜之乡”的招牌，但与杭菜、川菜风行全国相比，我们仍偏安一隅。客观地说，临近地区的淮扬菜发展水平在与扬州不断拉近，甚至有超越的趋势。淮扬菜本身特点的历史优越性，随着时代的进步，显露出不适应、不和谐的音符，制作过程过分精雕细刻，调味单一，缺乏层次性，南北皆宜，个性减弱，加之缺少“取长补短，兼收并蓄，继承传统，创新提高”的新理念，使淮扬菜无长足的进步和提高。

还有，淮扬菜的发展缺少深层次的思考和分析。从市场的角度来看，饮食首先是一种需求，而需求的背后隐藏的是“文化”。扬州是个典型的消费型城市，长期以来形成了一种饮食文化，而这种文化的继承和发扬，才是扬州饮食业真正的发展方向。同时，随着人流、物流的频繁，消费市场对餐饮的要求也越来越高，这种挑剔就意味着选择，而这种选择往往是由餐饮文化的直觉所决定的。这种餐饮文化不仅仅是做表面文章，还必须有真正的实质性的内涵。

可喜的是，扬州餐饮业的有识之士，已逐渐意识到了上述制约淮扬菜发展的种种因素，正在寻找一条适合淮扬菜大发展的可行路径。目前正朝着良好的势头迈进，不仅有信心使淮扬菜能立足本土，而且有信心走出市门，在中华大地的每一个角落都争上一席之地。我们必须用对立统一的概念，提倡两极思维，单向思维会产生悲观失望的情绪。首先是淮扬菜的认祖归宗，为扬州赢得了“淮扬菜之乡”的金字招牌。中国烹饪大（名）师新鲜出炉后，55个名额扬州占三分之一强，使“扬厨”称雄中国烹饪界的地位确定。这几年，扬厨在全国各类烹饪大赛中屡屡荣获大奖，给淮扬菜增添了光彩。其次，近几年扬州经济发展迅猛，也带动了餐饮业的繁荣，近来扬城餐饮红红火火、人气膨胀。我们只有抓住时机，勇于开拓，不断创新，做大做强淮扬菜，才能使淮扬菜立于不败之地。

1.1.3 淮扬菜的未来

扬州现在正处在经济高速发展时期，淮扬菜正面临着新的挑战。如何创新求变来适应市场、寻求新的经济发展模式，将是扬州烹饪界和社会各界必须面对的问题。在城市大发展、新区域中心逐步凸现的大背景下，淮扬菜应



抢抓机遇、与时俱进。未来的淮扬菜必须在政府的政策引导下，调整好内部结构，努力打好三张牌，即创新牌、文化牌及产业整合牌。

1) 加大政府引导，优化内部结构

各个城市都注重寻找自身的经济增长点，扬州在进行战略规划时，应前瞻性、长远性地将政策引导体现在现代餐饮服务业上。新兴服务业比重不断上升，传统服务业不断萎缩。扬州发展现代服务业，特别是包括淮扬菜在内的“扬州三把刀”现代服务业，要加大政府的政策引导，明确未来发展的机遇和挑战就在服务业上。另外，要优化餐饮业内部结构，调整餐饮服务业需求结构，尤其是优化政府、企事业单位服务消费。同时，加快餐饮服务业体制创新，建立现代企业制度，加大淮扬菜人才的培养，培养淮扬菜做大做强、走出市门、走向国际的市场意识，为淮扬菜的振兴创造良好的政策环境和结构氛围。

2) 传承创新求变，不断超越自我

淮扬菜有悠久的历史 and 辉煌灿烂的昨天。但是，随着社会的进步和人民生活水平的提高，淮扬菜不能停滞不前。一方面在于消费习惯发生了变化，饮食消费从原来的温饱型向现代营养型发展，消费者就餐也不再满足于吃饱，而重在营养、健康、享受；另一方面，近几年来，川、粤、杭等菜系纷纷进驻扬州，而淮扬菜也要冲出扬州，菜系之间相互渗透和影响，淮扬菜要保持过去的良好势头，维持自己的一席之地，只有在保持其鲜明特点的基础上，不断开拓创新。面对挑战，淮扬菜只有放下架子，走发展和创新之路，才有更加广阔的前景。而发展与创新，只能坚持一个总的指导思想，即“取长补短，兼收并蓄，继承传统，创新提高”。具体地说，要继承和发展有代表性的品种，改良和调整淮扬菜的部分品种，以传统风味特色为基础，博采众长，融汇演变，在原料、口味、器皿以及烹调技法上要有新的突破，重视人才的培养，搞新潮淮扬菜的研究和开发，提升淮扬菜的市场适应能力。

3) 品牌造就佳肴，文化调佐美味

放眼目前中国餐饮业，流派纷呈，各领风骚。激烈的市场竞争让许多餐饮企业走上了品牌发展之路，纷纷在硬件和管理上下工夫，更注重让顾客感受到餐饮企业的服务、文化等品牌附加值的魅力。在不同的饭店，顾客能感受到不同的文化氛围。扬州有丰厚的历史底蕴，有深厚的文化根基，找到文化

和餐饮的结合点，把文化优势变为淮扬菜的优势，可以解决许多淮扬菜发展中的问题，研究淮扬菜的历史文化传承，可以为淮扬菜的发展提供更多的技术支撑。

应该说，淮扬菜在饮食文化上已经做了许多探索和研究，如淮扬火锅文化的研究，“八怪饮食”布衣文化的研究，扬州土家饮食文化的研究，少游、红楼、汪曾祺饮食研究，研究的范围不仅有实质性的内容——菜点品种，而且还有人文气息、环境设计、餐厅布置、地方风情戏表演、员工衣饰与言谈举止、菜单内容等，使人在品尝淮扬美味佳肴的同时，能享受一顿丰盛的文化大餐。

实际上，淮扬菜的文化研究还有更深层次的内容值得挖掘和探讨，如淮扬菜的系列文化宴——盐商宴、板桥宴、八怪宴等，要探求形成淮扬菜饮食文化的传统土壤，扬弃结合，理性选择，做到饮食文化天人合一，和谐本土，使淮扬菜的饮食文化能有新的突破。

4) 强化现代意识，融入科技含量

未来的餐饮业是个什么样？不容置疑是工业化的生产、标准化的产品、规范化的操作、连锁化的经营，这是不可抗拒的时代潮流，任何人也无法阻挡。淮扬菜亟待插翅高飞，开拓广阔市场。最令人神往的翅膀是工业化，淮扬菜在这方面已经迈出了探索的步子，如创中国菜肴发展史之先例的“扬州炒饭”标准化的执行；“扬州包子”凭借速冻技术工业化生产走进大卖场、连锁超市；“放心早餐”的联动式摊点经营；仪征“馋神”食品公司的工业化生产，等等。但是淮扬菜品种多、精品多，让各种淮扬菜真正进行工业化生产，还有很多难关要闯。但是，坚冰既已打破，借助科技“呼风唤雨”，各种淮扬菜风风火火闯市场的火热场面，是不难预见的。

淮扬菜符合大众口味，生产有独特的技艺，进行工业化生产将使这些特点得到更大发挥。淮扬菜要想从小家庭、小饭局进入大市场，只有工业化生产才能实现，才能走出扬州，走向全国，占领更大的市场。淮扬菜工业化生产是时代发展的要求，扬州在这方面已具备了条件。只有政府支持、资源整合、科技攻关、多渠道投资，淮扬菜的前景一定是美好的。

扬州餐饮业走出扬州做大做强，还必须在现代企业制度、经营人才上下功夫，输出技艺、品牌、人才，是淮扬菜走出扬州的重要形式。扬州是全国最大的烹饪教育基地，有烹饪院校6所，培训中心3个，每年培养大专以上学历



员300人，中专学员800人。但众多院校重视的是烹饪技术人才的培训，而忽视了餐饮经理人才的培养，造成餐饮业烹饪技术一手硬、经营管理一手软，菜肴创新一腿长、营销创新一腿短的窘境，制约了扬州餐饮企业连锁经营。所以，扬州餐饮业要步入品牌化、规模化的发展轨道，必须从大力培养现代餐饮业职业经理人开始。

淮扬菜应当志存高远、目光远大，淮扬菜发展的战略目标是走向国际化，成为一个世界性的饮食流派。弘扬淮扬菜，任重而道远。我们坚信，通过扬州人的共同努力，团结奋斗，与时俱进，淮扬菜一定会在新的时期谱写新的篇章，再创新的辉煌。

1.1.4 淮扬菜的创新思路

应该说，精、细、考究、原汁原味、注重食用与艺术、力求完美是淮扬菜系的精髓，也是淮扬菜成功的所在。但如何保持原有的特点又能创新？如何在众多的竞争市场中找到自己的定位？我们不得不从这些菜系的成功中去找答案。

1) 平民大众化

淮扬菜一直以贵族身份出现，从满汉全席到开国第一宴中就可以看出。而以上菜系的共同发展思路点就是以大众为基础，以开发大众菜和高档菜并存的思路。淮扬菜可以走高精与平民路线，结合本身的特点，重新定位于中高端，而非贵族化，毕竟时代在发展。

2) 搭配更合理

一直以来，淮扬以营养丰富，滋味中和为主。但现在的饮食观念是少油、低盐、低糖、营养均衡为主导。结合淮扬菜强调本味的特点，在菜肴配料上用营养学的角度来让搭配更合理，以更接近人体吸收为主导，从而突出养为先。

3) 深挖民间菜

一直以来，淮扬菜都以扬州、淮安、南京等地方菜为主。但现在的发展来看，野生动植物的减少与保护，让原料的选择不得不作出调整，从而让菜肴的开发不得不重新选择原料。淮扬菜走到今天，在保有原有菜肴的同时，只能把眼光放宽，从江苏全省来选择菜肴，从而丰富淮扬菜的品种。如农家菜、粗菜、江鲜、民间菜等，又如南京的江宁老鹅、六合猪头肉等。

4) 借鉴

一直以来,中国菜系的兼并吸收让中国菜的发展达到世界第一的高度,而淮扬菜系在保持原有清淡重滋味的基础上要借鉴的有:加工方法,如川菜百菜百格的特点;技术特点,如粤菜的味汁综合;突破传统,如海派的浓油赤酱的改良;老菜翻新,如杭帮的老菜新做;洋为中用,如西餐中的水果与酒类的入菜。这样,也许能为淮扬菜走出来成为可能,也许会被人评说,但用市场之手来推动一个菜系的发展,何乐而不为?

5) 文化

淮扬菜的本身文化就已经很丰富了,结合菜品的自身特点,用上文化的内涵赋予菜品新的特点,从而做到一个推广的核心内容,打好文化内涵这张牌。



课后思考题

1. 淮扬菜的特点有哪些?
2. 简述淮扬菜的历史。
3. 淮扬菜该如何创新?

任务2 淮扬菜烹饪常识

1.2.1 淮扬菜常用原料

淮扬菜肴所用的原料种类很多,常用的原料有数百种,可分为粮食、蔬菜及豆制品、肉类及肉制品、家禽及蛋品、水产、野味、干货、山珍海味、水果、调味品等类。

1) 粮食

粮食是重要的烹调原料,不仅作为我国广大人民的主食品,而且可制作各种点心,并作为制作菜肴的辅料或主料。淮扬菜肴使用的粮食类原料,主要是面粉、米粉、糯米、山芋、粉丝、豆粉、面筋等。

2) 蔬菜及豆制品

蔬菜品种繁多,营养丰富,按其结构和可食部分,可分为6大类:



(1) 叶菜类

可食部分是肥嫩的菜叶和叶柄，含有大量的叶绿素、维生素和矿物质，营养价值很高。常见的有大白菜、菠菜、芹菜、卷心菜、韭菜、荠菜、苋菜、香菜等。

(2) 茎菜类

可食部分是细嫩茎，富含淀粉、糖分和蛋白质，少数（如葱、蒜）含有芳香。茎菜分两类：一类是地上茎，如茼蒿、蒜苗、竹笋、茭白、紫菜薹等；另一类是地下茎，如马铃薯、芋头、荸荠、慈姑、洋葱、大蒜头等。

(3) 菜根类

可食部分是变态的肥大直根，含有丰富的糖分和蛋白质，常见的有萝卜、胡萝卜、山药、芥菜头等。

(4) 果菜类

可食部分是菜的果实，富含糖分、蛋白质、维生素C，果皮含有色素，色彩鲜艳，常见的有番茄、茄子、辣椒、冬瓜、南瓜、丝瓜、黄瓜、四季豆、毛豆、豇豆、蚕豆、豌豆等。

(5) 花菜类

可食部分是菜的花部器官，常见的有花菜、黄花菜等。

(6) 杂菜类

不属于以上5种的归在杂菜类，如鲜蘑菇、木耳、豆芽菜等。豆制品方面，常用的是豆腐、干子、百叶以及豆浆、豆腐皮、豆腐乳等。

淮扬菜除素菜以蔬菜做主料外，一般都做配菜用。蔬菜有较强的季节性，在使用蔬菜时，做到应时选用，要注意和主料搭配得当，做到色、香、味、形俱佳。

3) 肉类及肉制品

淮扬菜肴用得最多的肉类是猪肉及肝、腰、肠、肚、猪油等，牛、羊肉及其内脏次之。肉制品中以肉皮、火腿、蹄筋使用的范围较广，香肚、香肠次之。

猪肉纤维细软，富含脂肪，滋味鲜美，几乎适用于各种烹调方法。

猪肝营养丰富，是内脏中应用较广的一种，适于炒、熘、炸、氽等多种烹调方法。猪肝根据其性质分为米肝、紫肝、面肝、血肝、铁肝5种，以米肝为最佳。米肝色呈鲜红略带黄，质地细嫩；紫肝呈紫色，品质稍次；其余3种

猪肝的质量较差。

猪油可分为板油和水油两种。板油脂肪厚、香味好、色白，水油脂肪薄，含水量大。水油又可分为网油、鸡冠油、胰子油3种。网油是水油的中间部分，筋多似网，质量仅次于板油，可做菜肴的调料；鸡冠油贴近小肠，形成鸡冠；胰子油数量很少，一般不用。

火腿是由猪后腿腌制而成的，有特殊风味。淮扬菜肴中火腿使用很广，如制冷碟、做蜜汁、清炖、切丝、斩茸等。

4) 禽蛋类

家禽包括鸡、鸭、鹅、鸽等，其中鸡使用比较普遍。鸡肉纤维细嫩、肉量占全身的60%左右，滋味特别鲜美。淮扬菜肴对于鸡的应用，除熘、炒、炸、爆外，还常常清炖，并用鸡汤做调料。

鸭肉纤维较鸡肉粗，皮下脂肪多，味鲜，但略带腥臊味。鸭在使用上一般都以整只做原料，分档、散用的不多。

鹅肉纤维较鸭肉略粗，平时多用于卤菜或用于红烧、扒等。

菜鸽肉细嫩、味鲜，熘、炸、爆等均可。

蛋品方面，主要用鸡蛋。鸡蛋不但可以做主料，还可以做配料，适用范围很广。此外，还可用作调浆、制糊，是淮扬菜的必备原料。

鸭蛋（包括咸鸭蛋）的使用不多，而鸭蛋制品（如皮蛋）使用较多，是冷菜中常用的一种原料。

鸽蛋，一般在宴席上使用，如制虎皮鸽蛋等。

5) 水产

水产品不仅产量大、味美，而且含有丰富的营养成分，易消化和吸收，是为广大群众所喜欢的食品之一，水产品包括鱼、虾、蟹等。

鱼在水产品中占重要地位，其营养成分与家禽大致相同。鱼的纤维组织特别松软，肉质细嫩鲜美。鱼的种类很多，根据生存条件的不同，可分为咸水鱼和淡水鱼两类。

淮扬菜中使用的咸水鱼较少，而以淡水鱼为主，最常用的鱼有鳊鱼、白鱼、鲤鱼、鲫鱼、刀鱼、鲥鱼、黄鱼、鲢鱼等。青鱼宜烧，鳊鱼宜熘，鲫鱼做汤，斩鱼圆一般选用鲢鱼、青鱼等。

虾可分为淡水虾和海水虾两类。淮扬菜用淡水虾居多，很少用海水虾。淡水虾又可分为江虾、河虾、湖虾、塘虾、沟虾等，其中以江虾最佳，体大