

厨师创新指导教材

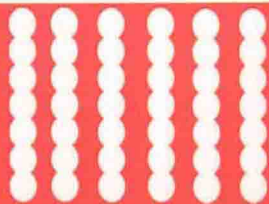
最缜密的技术参数

最时尚的年节佳肴

ZHONGHUA
NIANJIE
SHIGUAN

中华年节 食观

潘东潮 魏 峰 主编



长江出版传媒

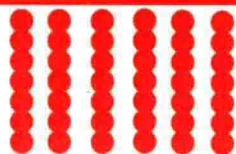


湖北科学技术出版社

ZHONGHUA
NIANJIE
SHIGUAN

中华年节 食观

潘东潮 魏 峰 主 编



武汉商业服务学院资助出版



长江出版传媒



湖北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

中华年节食观 / 潘东潮, 魏峰主编.

— 武汉: 湖北科学技术出版社, 2012.10

ISBN 978-7-5352-5198-5

I. ①中… II. ①潘… ②魏… III. ①节日—风俗习惯—中国 ②饮食—风俗习惯—中国 IV. ①K892.1
②K892.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 222482 号

策 划 / 王 梅

责任编辑 / 王 梅

封面设计 / 王 梅

出版发行 / 湖北科学技术出版社

地 址 / 武汉市雄楚大街 268 号湖北出版文化城
B 座 13-14 层

网 址 / <http://www.hbstp.com.cn>

电 话 / 87679468

邮 编 / 430070

印 刷 / 武汉市金港彩印有限公司

邮 编 / 430015

出版日期 / 2012 年 10 月第 1 版

2012 年 10 月第 1 次印刷

定 价 / 59.80 元

本书如有印装质量问题可找承印厂更换

《中华年节食观》编委会

主 审 魏 峰 鲁永超

主 编 潘东潮 魏 峰

副 主 编 李明晨 贺习耀 眭红卫 丁 辉

编 委 (按姓氏比划)

丁 辉 万 斌 王益铭 王辉亚

王 权 王启明 方元法 毛军林

甘凌锋 占林霞 帅业义 刘念清

刘 琥 关 樊 李明晨 李茂顺

陈俊渊 陈顺刚 陈群兵 肖 康

何 杨 何四云 吴正清 吴 胜

严 涛 杨孝刘 杨 刚 柯尊元

郑道飞 郑 明 郑芑园 罗林安

胡必荣 胡亚平 钟 军 贺习耀

高道勤 徐劲峰 徐 康 谈朝辉

袁德华 姚洪斌 张 晖 张 楠

张 韵 涂建国 聂 伟 黄 伟

黄 剑 眭红卫 谢守松 盛 娟

龚守义 梅朝清 鲁永超 喻少林

董红兵 韩志清 潘 鼎 潘东潮

戴 涛 魏 峰



潘东潮简历

潘东潮，1963 年 10 月 18 日出生，本科学历，副教授，高级技师，中国烹饪大师，鄂菜大师，武汉商业服务学院烹饪与食品工程学院食品加工技术专业主任。

1986 年至今，在武汉商业服务学院从事烹饪教学及教学管理工作。

1993 年参加第三届全国烹饪大奖赛，获热菜金牌，冷菜银牌。

1997 年被武汉市人民政府授予首届“武汉市技术能手”称号。

1997 年 11 月和 2001 年 11 月，两次赴日本进行技术交流，代表武汉市人民政府，成功举办了“武汉市美食节”和“武汉市豆皮节”。

1998 年获武汉市优秀商业青年奖。

2004 年获鄂菜烹饪大师称号。

2006 年获中国烹饪大师称号。

2007 年 4 月荣获中国烹饪协会颁发的全国餐饮业科技创新奖。

2008 年 4 月荣获武汉市教育局授予“企业锻炼优秀个人”称号。

2008—2009 年度“最受学生欢迎的十佳教师”。

2009 年 6 月荣获全国职业院校技能大赛优秀指导教师奖。

2010 年 9 月被学院评为校级名师。

魏峰简历

魏峰，男，1957 年 11 月 26 日出生，本科学历，理学学士学位，烹饪科学副教授，现任武汉商业服务学院烹饪与食品工程学院院长，院党总支副书记，国家级酒家酒店等级评定评审员，湖北省烹饪酒店行业协会会长助理。

1982 年 5 月至 1985 年 7 月，在武汉市第二商业学校从事化学教学及教学管理工作。

1985 年 8 月至 1998 年 8 月，在武汉商业服务学院中国烹饪系从事烹饪化学教学及教学管理工作，先后担任烹饪理论教研室副主任、主任、系主任助理、系副主任。

1998 年 9 月至 2009 年 10 月，在武汉商业服务学院教务处从事教学管理、教研管理和教学设备管理工作，先后担任教务处副处长、处长、院评估办主任。

2009 年 11 月至今，在武汉商业服务学院烹饪与食品工程系(现烹饪与食品工程学院)从事烹饪理论教学及行政管理工作。

2010 年曾赴日本大分市福德学院进行烹饪技术交流。

他长期从事烹饪理论的教学与研究 and 烹饪学校教育规律的探讨，主编了我国第一部教育部高职高专规划教材《烹饪化学》(中国财政经济出版社)；主笔撰写了原国内贸易部烹饪专业高级工技术培训教材《烹饪工艺》(中国商业出版社)和《烹饪基础》(烹饪化学部分)；主笔撰写了国家“八五”重点图书中华饮食文库《中国餐饮服务大典》(营养卫生部分)(青岛出版社)；作为编委会成员编辑出版了高等职业教育烹饪专业系列教材全套 20 部(中国轻工业出版社)；先后作为第一作者发表了“大力加强和发展烹饪高等教育”、“烹饪技能教学改革初探”、“论火候”等学术论文 10 余篇。他对中国烹饪理论体系的形成和烹饪技能教学模式的构建作出了一定的贡献。



序

这本《中华年节食观》由武汉商业服务学院资助出版。她是学院烹饪与食品工程学院这群长期耕耘在烹饪教育战线上的辛勤园丁们，多年来对我国年节民俗、年节食风和年节菜点进行研究的各项成果的汇集，也是湖北省教育厅人文社科课题《湖北筵席文化研究》（编号：2012G346）的阶段性成果之一。

《中华年节食观》一书分为上下两篇，全面、系统地阐述了中华年节饮食的理论与实践（由本人负责编写提纲的拟定和书稿的审定）。[理论篇]全面介绍了中华传统节日、节气，以及在我国有一定影响的宗教节日的饮食文化特点（由从事饮食文化研究的李明晨讲师撰写）；总结和探讨了中华年节筵宴的特征、分类、要求和格局，以及年节筵宴氛围烘托的形式与手段（由从事筵席研究的贺玉耀副教授撰写）；用现代食品营养与卫生学的观点剖析了年节膳食的营养与卫生安全问题（由从事营养配餐研究的眭红卫副教授撰写）。[实践篇]根据中华年节饮食的特点和年节筵席的排菜格局，结合作者对我国年节膳食的总结和研究，系统阐述了年节传统风味食品的制作技术和年节筵席的制作要领，展示了很多鲜为人知的菜肴配方和秘诀，其中有上千年中华饮食文化遗产的传承，也有符合现代人饮食取向的创新（由从事烹饪技术研究的中国烹饪大师、鄂菜烹饪大师潘东潮副教授撰写）。

《中华年节食观》的主要特色：其一，集理论与实践于一体。理论阐述全面系统，实践描述要领明晰。可使人们全面了解中华年节饮食文化，对合理编排年节筵席菜单，科学制作年节筵席菜肴具有针对性较强的指导作用。其二，融传统与现代于一身。既有中华传统饮食文化的传承，又有我国现代饮食风貌的展现，可使人们在掌握菜肴制作技术要领和精髓的同时，能够开阔眼界，拓展思维，激发创新意识。其三，雅俗共赏。本书理论阐述深入浅出，烹饪专业厨师能从中得到启迪和提高，家庭主妇（夫）们也能把平时看似复杂的东西变得十分简单，在其指导下可以烹制出色香味形俱佳的美味佳肴。

《中华年节食观》的创新之处在于：既传承了传统的年节饮食文化理念，又展现了新的年节饮食方式。据作序者了解，目前市面上还没见过像这样全面、系统阐述中华年节饮食的书籍，编撰《中华年节食观》一书可算是首创。本书的实践篇中，在继承传统菜式的基础上赋予了新的内涵，创造了很多新的工艺，新的技法，新的味型，拥有几百个菜肴配方和众多的烹饪技术参数，是不可多得的餐饮核心技术展现，是烹饪爱好者和烹饪专业者的技术指南，同时，在菜式风格上能够引领餐饮时尚潮流，让读者耳目一新。

《中华年节食观》的编撰意义：随着人民生活水平的不断提高，人们的饮食观念也随之发生着转变，很多人开始改变年节饮食习惯，到酒店中进行年节餐饮消费，于是在酒店消费领域中形成了红火的“团年饭”活动，中国人的年节文化也由此派生出新的内涵。在物质条件日益丰富的今天，在繁杂而没有规律的年节宴请中，如何调配自己的饮食，既享受了口福，又滋养了身体，显得尤为重要。《中华年节食观》一书具有传承性、时代性和创新性的特点，能够使读者提高餐饮文化修养，懂得改善膳食结构和调整平衡膳食，提高烹饪技术水平和创新能力，对于在新的形势下如何继承中华的年节传统，形成新的年节文化理念，如何吃出文化，吃出滋味，吃出健康等方面具有重要的指导意义。

需要说明的是，本书作为多项研究成果的汇集，参阅了大量前人的相关研究的成果，在此一并表示感谢。同时也融入了作者自身的一些观点，看法未必能够完全反映研究者的思想，在此深表歉意。希望本书对进一步开展中华年节饮食研究，推动我国年节习俗和食品结构的科学化改革，能够产生积极的作用。

魏 峰

2012年7月于后宫湖畔



上篇 实践篇

第一章 菜肴秘方集锦 / 002

第一节 卤水配方 / 002

第二节 烧腊配方 / 006

第三节 腌制配方 / 008

第四节 酱料配方 / 021

第五节 味水配方 / 030

第六节 浆糊配方 / 046

第七节 味粉配方 / 048

第二章 菜肴制作 / 049

第一节 凉菜制作 / 049

卤水及卤水制品 / 077

第二节 热菜制作 / 091

一、水产类 / 091

二、家禽类 / 148

三、家畜类 / 153

四、素菜类 / 163

第三节 点心制作 / 180

下篇 理论篇

第三章 中华年节食俗 / 194

第一节 传统节日饮食文化 / 194

一、春节饮食文化 / 194

二、元宵节饮食 / 199

三、清明节饮食 / 201

四、端午节饮食 / 202

五、中秋节饮食 / 204

六、重阳节饮食 / 205

第二节 节气饮食文化 / 207

一、春季节气饮食 / 207

二、夏季节气饮食 / 209

三、秋季节气饮食 / 210

四、冬季节气饮食 / 211

第三节 宗教节日饮食文化 / 212

一、佛教节日饮食 / 212

二、道教节日饮食 / 214

三、民间宗教节日饮食 / 215

第四节 少数民族节日饮食文化 / 217

一、西北地区少数民族节日饮食 / 217

二、东北地区少数民族节日饮食 / 219

三、中南地区少数民族节日饮食 / 221

四、西南地区少数民族节日饮食 / 223

第四章 中华年节筵席 / 228

第一节 年节筵席概述 / 228

一、筵席的定义和特征 / 228

二、筵席的规格和类别 / 229

三、筵席的环节和结构 / 230

四、筵席的基本要求 / 231

第二节 年节筵席菜品设计 / 232

一、冷碟类的设计要求 / 233

二、热菜类的设计要求 / 234

三、饭点蜜果的设计要求 / 235

四、筵席酒水的设计要求 / 236

第三节 年节筵席氛围烘托 / 238

一、筵席场景设计 / 239

二、筵席台面设计 / 240

三、筵席台形设计 / 242

第四节 中华年节筵席鉴赏 / 248

一、新春宴 / 248

二、元宵宴 / 248

三、清明宴 / 249

四、端午宴 / 250

五、中秋宴 / 250

六、重阳宴 / 251

七、小年宴 / 251

八、除夕宴 / 252

第五节 年节宴席实例 / 253

一、年节传统风味宴席菜单 / 253

二、年节时尚风味宴席菜单 / 259

第五章 年节饮食的营养与安全 / 261

一、传统年节饮食的营养安全问题 / 261

二、现代年节饮食的营养健康要求 / 261

三、现代年节饮食的卫生安全要求 / 263

参考文献 / 269





SHIJIANPIAN SHANGPIAN

实践篇（上篇）

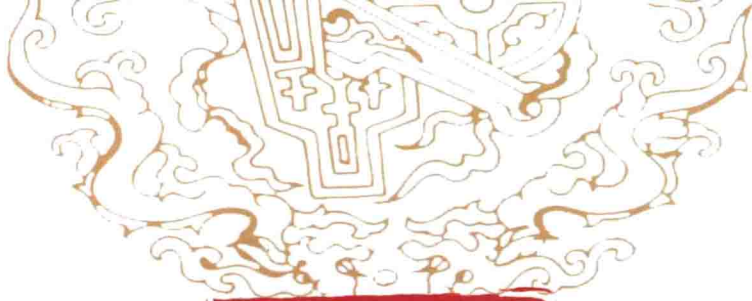
第一章 要有仪式感

第二章 菜肴制作



中华年节食观





第一章

菜肴秘方集锦

第一节 卤水配方

一、豉油卤水

【配方一】

【调料】

老抽 1/5 瓶、李锦记豉油卤水 5 瓶、玫瑰露酒 1/5 瓶、生抽半瓶、冰糖 150 克、花雕酒 1/5 瓶、麦芽糖 25 克、味精 50 克。

【佐料】

干葱头、姜、芹菜、香菜、胡萝卜、青椒、红椒、干制蛤蚧适量。

【汤料】

八角 5 克、丁香 1 克、草果 3 克、香叶 1 克、桂皮 3 克、香茅草 50 克、甘草 25 克、红曲米 15 克。

【配方二】

【调料】

清水 2 千克、老抽 4 千克、绍酒 400 克、冰糖 4.5 千克、生抽 6 千克。

【应用】

豉油鸡、豉油鸭等。



二、香糟卤水

【调料】

水 5 千克、味精 150 克、香糟卤 3 瓶、永和花雕酒 2 瓶、生抽 1 瓶、美极鲜 1/3 瓶、冰糖 250 克、香菜 50 克、姜片 100 克、葱结 100 克。

【香料】

八角 15 克、香叶 25 克、桂皮 10 克、白芷 25 克、香砂仁 15 克、白蔻 15 克、干辣椒 100 克。

【应用】

香糟小黄鱼、香糟带鱼、香糟文蛤等。

三、潮州卤水

【配方一】

【制汤】

水 30 千克、干海马一对、干蛤蚧一对、猪骨 7.5 千克、老鸡 4.5 千克、火腿 500 克、瑶柱 250 克、干鱿鱼 2 只、大地鱼 3 只。

【调料】

海天生抽 2.5 千克、美极鲜 1.5 千克、冰糖 1 千克、片糖 1 千克、金松牌泰国原汁鱼露 750 克、双鹤牌玫瑰露酒 450 克、粤山牌花雕酒 600 克、家乐牌鸡精 900 克、盐 500 克、味精 500 克。

【香料】

干南姜片 750 克、鲜南姜片 750 克、八角 15 克、草果 8 只、香茅草 300 克、香叶 15 克、草果 5 只、白豆蔻 5 粒、白芷 15 克、白蔻 20 克、花椒 10 克、罗汉果 2 只、小茴香 30 克、枝枳果 25 克。

【佐料】

生姜 500 克、香菜 250 克、小葱 900 克、蒜瓣 1 千克、干葱头 150 克、芹菜 150 克、胡萝卜 500 克。

【配方二】

【汤料】

清水 25 千克、汤骨（鸡骨架、猪大骨均可）2.5 千克。

【香料】

干南姜 1 千克、香茅草 400 克、香菜 100 克、八角 50 克、沙姜 50 克、草果 50 克、甘草 100 克、小茴香 75 克、桂皮 100 克、香叶 25 克、丁香 25 克。

【调料】

冰糖 1.5 千克、片糖 1.5 千克、精盐 1.5 千克、生抽 1 千克、味精 750 克、绍酒 1 瓶、玫瑰露酒 200 克、蚝油 500 克、鱼露 200 克、色拉油 200 克。

【佐料】

生姜片 150 克、小葱 150 克、香菜 100 克、香芹 100 克、蒜 100 克。

【方法】

将香料放入烧至 7 成热的色拉油爆香出锅放入汤桶中，加入汤料大火烧沸后改用小火熬 2 小时，待香料和汤骨出味后将全部材料捞出，汤骨及香料弃去，其余材料用鱼篓或布袋重新装好后放回汤桶中。将调料加入汤桶中和汤料和一起用小火煲 20 分钟，待冰糖和盐溶解后熄火而成。

【应用】

金钱肚、口条、牛肉、藕、卤鹅、鸡蛋、鹅掌、鹅翼、豆腐等。

四、药膳卤水

【药料】

水发小人参 50 克、天麻、当归各 15 克、甘草 30 克、蛤蚧 1 对、红枣 500 克。

【汤料】

水 20 千克、油 500 克、龙骨 2 千克、老鸭 3 千克、金华火腿 1 千克、猪蹄 2 千克。

【调料】

鱼露 400 克、冰糖 1.5 千克、黄酒 1 千克、味精 150 克、李锦记卤水汁 1.2 千克、生抽 500 克、美极鲜 1 千克、白胡椒 20 克。



【香料】

香茅草 30 克、八角 60 克、白芷、砂仁各 20 克、陈皮、桂皮、香叶、小茴香、豆蔻各 25 克、丁香 10 克。

【应用】

甲鱼仔、鸭子、鸭胗等。

五、荆沙酱香卤水

【酱料】

郫县豆瓣酱 50 克、三五火锅底料 50 克、豆豉香辣酱 50 克、辣妹子 30 克、花生酱 10 克。

【香料】

桂皮、八角、甘草、丁香、陈皮各 5 克、草果 1 个。

【汤料】

鸡架 500 克、筒子骨 500 克（用高压锅制汤）。

【应用】

牛排、羊排、羊腿等。

六、十三香麻辣卤水

【调料】

鲜汤 12.5 千克、鸡油 25 克、糖色 250 克、干尖椒 250 克、花椒 100 克、盐、味精、鸡精、冰糖、生抽适量。

【佐料】

葱、姜、洋葱头（干葱头）各 500 克。

【香料】

王守义十三香 2 包、山葵 250 克、八角 150 克、桂皮 250 克、丁香 10 克、草果 250 克。

【应用】

鸭子、鸭胗、鸡子、鸭脖子、牛肉、牛肚、猪肚等。

七、湘味卤水

【调料】

冰糖 200 克、海天金标生抽 2 千克、美极鲜 100 克、鱼露 200 克、味精 150 克、鸡粉 300 克、姜片 1 千克、蒜粉 500 克、香菜 2 千克、鸡油 500 克、糖色适量。

【香料】

干尖椒 2.5 千克、八角 50 克、桂皮 10 克、白豆蔻 50 克、甘草 30 克、沙姜 45 克、陈皮 20 克、花椒 15 克、小茴香 10 克、香茅草 25 克、丁香 10 克、罗汉果 6 个、白芷 10 克、南姜 10 克、砂仁 10 克、杜仲、香叶少许。

【汤料】

老母鸡 3.5 千克、筒子骨 5 千克、水 25 千克，用小火煲 6 小时。

【应用】

湘味卤鸡、湘味卤鸭、湘味卤牛肉、家禽家畜下水多。

八、白卤水

【汤料】

鸡架 1.5 千克、筒子骨 2.5 千克。

【调料】

生抽、生姜、盐、味精、冰糖、绍兴黄酒。

【香料】

八角、沙姜、桂皮、草果、香叶、甘草、丁香。

【应用】

鸡子、猪肚等。

九、香茅卤水

【调料】

生抽 500 克、老抽 500 克、盐 30 克、味精 10 克、白酒 150 克、冰糖 600 克、清水 5 千克。

【香料】

香茅草 500 克（香茅要茎部，用锅炒干切粗粒）、花椒、甘草、陈皮、沙姜、草果 750 克、丁香 25 克、姜片 2 片。

【应用】

鸭子、鸡子、顺风、猪蹄等。

十、红卤水

【调料】

生抽 500 克、鸡精 25 克、玫瑰露酒 350 克、美极鲜 250 克、冰糖 250 克、干辣椒 300 克、三五火锅底料 350 克、红油豆瓣酱 200 克、李锦记辣椒酱 800 克、辣妹子 250 克、菜籽油 500 克、花生油 500 克。

【香料】

花椒 150 克、八角、桂皮、香叶、山葵各 5 克、丁香、砂仁、豆蔻各 15 克、陈皮 10 克、罗汉果 2 个、甘草 30 克、小茴香、草果 15 克、千里香、淫羊藿各 10 克、红曲米 30 克。

【佐料】

干葱、洋葱、大葱、香葱各 250 克、生姜、大蒜各 200 克、西芹、香菜各 100 克。

【汤料】

龙骨 500 克、鸡 250 克、鸡爪 250 克、蛤蚧 1 对、猪蹄 250 克、火腿 250 克、熬制 10 千克汤。

【应用】

鸭子、鸭胗、鸡子、鸭脖子、牛肉、牛肚、猪肚等。

十一、四川卤水

【汤料】

水 25 千克、土鸡 2 只、筒子骨 5 千克、干虾米 150 克、火腿 500 克、干贝 150 克。

【调料】

花雕 2 瓶、生抽 125 克、海鲜酱 2 瓶、辣妹子 2 瓶、美极鲜 250 克、李锦记蚝油 1 瓶、鱼露 50 克、乙基麦芽酚 25 克、冰糖 250 克、辣椒粉 500 克、辣椒精 200 克。

【香料】

八角 20 克、桂皮 10 克、砂仁 15 克、白芷 5 克、草果 10 克、肉蔻 10 克、千里香 5 克、茴香 5 克、木香 5 克、柴胡 5 克、红蔻 5 克、花椒 500 克、陈皮 25 克、罗汉果 2 个、草蓰 25 克、桔壳 50 克、甘草 15 克、丁香 5 克、香茅草 250 克、良姜 250 克、香果 5 克、辣椒王 750 克。

【佐料】

干葱头 1.25 千克、蒜瓣 1.25 千克、土芹菜 250 克、香菜 150 克、胡萝卜 1 千克、生姜 500 克、大葱 500 克。

【应用】

鸭爪、鹅掌、鸭子、鸭胗、鸡子、鸡翅、鸡爪、鸭脖子、牛肉、牛肚、猪肚等。

十二、秘制卤水

配方一

【调料】

干辣椒碎 50 克、花椒碎 100 克、食品添加剂(亚硝酸)(按照国家规定的食品添加剂投放标准)、浓缩辣椒精、花椒精、甜面酱 50 克、辣妹子 50 克、冰糖 50 克、味精 30 克、老抽 30 克、豉油皇 300 克。

【香料】

八角、桂皮、香沙仁、香叶、小茴香、丁香、白芷、草果、白蔻适量。

【方法】

1. 牛腱子洗净去除表面筋膜，解刀成块，冲漂去血水，加入亚硝酸钠（按照国家规定的食品添加剂投放标准）、花椒盐、老抽，腌制 12 小时以上。
2. 取出冲水，冲漂 2 小时以上。
3. 锅上火，加入清水，下入腌好的牛腱，给适量料酒，小火煮至牛肉完全成熟，捞出待用。
4. 下入烧开的卤水中浸泡 8 小时以上，捞出沥干水分，风干。锅再次上水，加入少量卤水，辣椒精、花椒、辣椒精、花椒精、少许冰糖烧开，再下入卤好的牛腱子，大火收汁，待汁水浓稠后，倒入盘中，放置吹干表面水分即可装盘。

【应用】

秘制牛腱。

配方二

【香料】

桂皮 50 克、八角 25 克、香叶 10 克、白蔻 10 克、红蔻 5 克、草蔻 10 克、草果 10 克、香果 10 克、五加皮 25 克、木香 5 克、白芷 40 克、山奈 20 克、良姜 30 克、陈皮 25 克、毕波 10 克、毛桃 10 克、甘草 25 克、黄枝果 10 克、小茴香 25 克、干山楂片 5 克、干辣椒、花椒适量。

【调料】

海天生抽 0.5 桶、海天老抽 2 桶、盐 600 克、味精 1.25 千克、冰糖 500 克、冰片糖 1 千克、蜂蜜 600

克、鸡粉 250 克、红曲米 400 克（不下卤水）、白砂糖 400 克（熬糖色用）。

【腌料】

盐 1 千克、味精 900 克、白砂糖 1 千克、白胡椒半袋、沙姜粉半袋、亚硝酸钠（按照国家规定的食品添加剂投放标准）少量。

【方法】

1. 用色拉油把香料炒香加入烧开后的 80 斤高汤内，熬出香味，加入调料和糖色。
2. 把腌制过后的鸭子焯水，下入卤水烧开 10 分钟闭火，泡制 3 小时后捞出，挂在通风处，风干 10 小时即可。

【应用】

绝味黑鸭。

十三、十三姨卤水

【调料】

盐 500 克、味精 250 克、白糖 2000 克、清水 17.5 千克、海天生抽 2000 克、李锦记财神蚝油 200 克、海天老抽 1000 克、花雕酒 1 瓶、鱼露 200 克、美极鲜 1200 克、王守义十三香 1 包、乙基麦芽酚 15 克、红曲米水 300 克。

【方法】

原料白卤，冷却，放入十三姨卤水浸泡上色并入味。

【应用】

凡带皮原料：猪手、猪尾、顺风、蹄髈、鸡、鸭等。



十四、精武卤水

【调料】

辣椒王 2 千克、花椒王 500 克、色拉油 2.5 千克、盐 750 克、味精 500 克、鸡精 500 克、辣妹子 500 克、食用碱 10 克、红油 1000 克、冰糖 500 克、红曲粉 30 克、水 50 千克。

【香料】

南姜 20 克、八角 100 克、小茴香 50 克、草蔻 20 克、槟榔 90 克、桂皮 50 克、川沙仁 50 克、甘松 30 克、香叶 30 克、丁香 10 克、肉蔻 50 克、草果 20 克、薄荷叶 50 克、白芷 30 克、香草 200 克、沙姜 30 克。

【佐料】

生姜、大葱、小葱、洋葱头、香菜适量。

【方法】

1. 锅中加入色拉油,将生姜块、大葱段、小葱节、洋葱头、香菜入锅中用小火炒香,用口布袋装好。
2. 锅中加入色拉油,将辣椒王、花椒王入锅用小火炒香后,连油一起倒入卤水桶中,加 50 千克水、加香料(香料用口布袋装)和佐料袋,熬 4 小时后加调料即成。
3. 将原料进行初加工后,放入卤水中加热即可。

【应用】

鸭子、鸭脖、鸭掌、鸭肫、鸡腿、鸡翅、鸡爪、五花肉、猪蹄、猪耳、牛肚、牛百叶、藕、干子、素鸡、千张、腐竹、海带等。

十五、新农卤水

【调料】

盐 1000 克、生抽 1500 克、白糖 1500 克、味精(99%) 1500 克、八角 250 克、桂皮 250 克、水 35 千克。

【方法】

1. 卤桶加水、盐、生抽、白糖、味精、八角、桂皮加热冷却。
2. 将原料放入冷水中煮至断生,捞起晾一天。
3. 将原料放入卤水中煮 40 分钟关火焖至第二天。
4. 将卤水煮开,把牛肉捞起,冷却后切片。

【要领】

1. 每一次卤完原料后,撇去卤水上面的牛油。
2. 每一次卤完原料后,时适加调料、香料。

【应用】

新农牛肉、新农牛骨头、新农牛筋、新农鸭肫、新农鸭翅等。



第二节 烧腊配方

一、烧鹅

【原料】

乌棕鹅(3~3.5 千克/只)。

【调料】

1. 腌制:围盐(盐、糖、味精、沙姜粉、五香粉、玉桂粉、胡椒粉)。
2. 鹅酱:海鲜酱、磨豉酱、芝麻酱、花生酱、八角、香叶、姜、蒜、油。

3. 脆皮水料:麦芽糖 400 克、白醋 5 千克、浙醋 400 克、橙红水。

【方法】

宰杀→漂冲血污→沥干→腌渍 1 小时→上针→烫皮→上脆皮水→风干 12 小时→中火或小火烤制 1 小时(烧鹅仔 45 分钟)→油淋。

【要领】

1. 漂冲去血水,沥干。

2. 烫皮时间很短，不能烫出油来。
3. 冲凉冷却。
4. 透气通风防腐败。
5. 皮色深浅，由糖的浓度和火候决定。

二、烤鸭

【原料】

北京填鸭（2~2.5千克/只）。

【调料】

1. 腌渍：淮盐。
2. 脆皮水：麦芽糖 400 克、白醋 5 千克、浙醋 400 克、橙红水。

【方法】

宰杀→漂冲→沥干→腌渍 1 小时→上针→烫皮→上脆皮水→风干 12 小时→中火或小火烤制 35 分钟→油淋。

三、吊烧鸡

【原料】

文昌鸡 1.25 千克/只。

【调料】

1. 腌渍：盐焗鸡粉 250 克、盐 250 克、味精 250 克、糖、鸡粉 100 克、沙姜粉 50 克。
2. 脆皮水：麦芽糖 50 克、白醋 500 克、浙醋 50 克、橙黄水。

【方法】

宰杀→漂冲→沥干→腌渍 12 小时→烫皮→上脆皮水→风干 12 小时→中火或小火烤制 35 分钟→油淋。

【要领】

同烧鹅。



四、脆皮乳鸽

【原料】

美国王鸽 400~500 克/只。

【调料】

1. 腌渍：盐、味精、糖、姜、蒜、西芹、蒜香粉、五香粉。
2. 香料：八角、桂皮、陈皮、沙姜、甘草、良姜、白胡椒粒、当归、党参、盐、味精、糖、鸡精。
3. 脆皮水：麦芽糖 50 克、白醋 500 克、浙醋 50 克、橙红水。

【方法】

宰杀→漂冲→沥干→腌渍 12 小时→卤→上脆皮水→风干→油淋（中火或小火）。

【要领】

同烧鹅。

五、叉烧肉（排骨）

【原料】

梅肉（猪颈肉、猪直排）。

【调料】

1. 叉烧盐：糖 1 千克、味精 150 克、盐 100 克、海鲜酱、沙姜粉 10 克、五香粉 10 克、玉桂粉 5 克、胡椒粉 5 克、玫瑰露酒 100 克、花雕酒 100 克、鸡蛋 3 个。
2. 叉烧糖：麦芽糖 1 千克、白糖 500 克、盐 20 克、味精 20 克、橙红水。

【方法】

改刀→腌渍 2 小时→上钩→烤制 25~30 分钟→挂叉烧糖→再烤制 20 分钟→再挂叉烧糖。

【要领】

同烧鹅。

六、脆皮乳猪

【配方一】

【原料】

乳猪 3 千克左右 / 头(皮光滑、白净、油厚)。

【调料】

1. 腌渍: 食盐 1 千克、白糖 1 千克、味精 250 克、五香粉 400 克、沙姜粉 75 克、白胡椒粉 250 克。

2. 猪酱: 李锦记海鲜酱 1 千克、李锦记柱侯酱 100 克、花生酱 150 克、芝麻酱 50 克、蚝油 400 克、白砂糖 600 克、味精 100 克、食盐少许、水 500 克、五香粉、沙姜粉少许。

3. 脆皮水: 白醋 1 千克、麦芽糖 75 克(或蜂蜜 250 克、麦芽糖 50 克)、玫瑰露酒 400 克、柠檬片 1 个、大红浙醋 100 克。

【方法】

乳猪改刀→用水冲洗半小时→沥干水分→焯水烫皮→冷水冲凉→沥干水分→抹上腌料及猪酱, 腌渍 15 分钟→上钩→上脆皮水→烤制 2.5 小时。

【配方二】

【原料】

乳猪 4 千克 / 头。

【调料】

五香盐、五香粉、甘草粉、沙姜粉、芫荽粉、黄姜粉各适量、胡椒粉、八角粉、硝少量、盐 2 千克、味精 500 克、糖 250 克。

【方法】

将乳猪沥干水分后加调料拌匀腌渍 12 小时即可(腌渍前先放适量广东米酒)。

【要领】

将乳猪肉较厚部分, 用刀划开, 便于入味。

【注】

1. 乳猪改刀方法: 将新鲜(或解冻后)去内脏的乳猪放在砧板上, 两手轻上摆开猪排。然后将猪脑拉直, 取乳猪刀, 将乳猪两边的肾去掉, 然后沿着猪内脏、脊柱划一下, 留下一条线, 沿着这条线将脊柱一分为二, 但不要伤破猪皮, 将猪脑一分为二, 去掉脑髓和猪舌, 然后去猪排骨前三节, 去猪前脚大骨和中骨, 将猪脊肉打十字花刀, 便于入味, 将猪中骨处改一刀便于上叉, 猪后腿肉去少许, 猪耳朵、猪尾稍加改刀。

2. 乳猪烤制方法:

方法一: 将乳猪放入微波炉加热 1 分钟取出, 再放入 4~5 成油温的油锅中, 淋浇猪的表皮, 使其色泽红亮, 微微起泡, 再改刀装盘。

方法二: 将烤炉下火温度调至 80℃, 上火温度调至 140℃, 将乳猪放在大烤盘内, 进烤炉烤制, 隔 5 分钟烤盘换面、刷油, 烤制 20 分钟左右即可。

方法三: 将乳猪放在炭炉上, 从尾部开始烤制, 听到有炸声, 有炮眼, 要求马上用针将炮眼扎破去气, 边烤边刷油, 直至表皮红亮为止。



第三节 腌制配方

一、乳牛排

【原料】

净牛排 10 千克。

【调料】

蒜汁、胡萝卜汁、西芹汁、糯米粉 1000 克、淀粉 1000 克、面粉 500 克、食用碱 500 克、松肉粉少许、盐 5 克、糖 5 克、鸡精 200 克、味精 200 克。

【方法】

加水刚刚浸没原料，加食用碱、松肉粉浸3~4小时后，冲水4~6小时，挤干水分，加以上调料拌上劲即可。

【要领】

1. 冲水时要闻不到食用碱味为止。
2. 要挤干水分。
3. 色素（按国标）要适中，色素（按国标）：水=1:300（日落黄30%、柠檬黄70%加温水调匀）。

二、鸭下巴

【原料】

鸭下巴净料25千克（去脑组织、气管、食管）。

【调料】

美极鲜1/2瓶、鱼露2瓶、生抽5瓶、花雕酒20瓶、玫瑰露酒1瓶、十三香2盒、孜然粉25克、辣椒粉25克、花生酱1瓶（250克）、南乳酱1瓶、腐乳1瓶、海鲜酱1瓶、芝麻酱1瓶、排骨酱1瓶、烧鹅香味素少许、柱候酱1瓶、鸡精、味精、糖少许、西芹、干葱头、洋葱各500克、生姜250克、蒜米250克、香菜50克（剁碎、用纱布挤水后，将杂菜用纱布包起来放入调味水中）。

【方法】

将25千克鸭下巴倒入器皿中，加水没过原料，再加食用碱200克、松肉粉少许，腌制2小时，冲水4~6小时，挤干水分，放入调好的味水中浸泡12小时以上。

【要领】

鸭下巴要制净，色素（按国标）要适中，色素（按国标）按橙红:柠檬黄=1:9配比。



三、蒜香骨

配方一

【原料】

猪直排20千克。

【调料】

蒜汁1千克、西芹、胡萝卜汁少许、盐50克、糖150克、鸡精400克、糯米粉400克、筒装生粉750克、面粉1千克、色素（按国标）（日落黄25%、柠檬黄75%），鸡肉香味素少许、食用碱500克、松肉粉少许。

【方法】

直排改刀，放食用碱、松肉粉漂水，冲水、沥干水分，放入调料、蒜汁拌匀，放入油锅炸至金黄捞出。

【要领】

腌制3~4小时，冲水4~6小时，水分要挤干。

配方二

【原料】

猪直排500克。

【调料】

食用碱2克、松肉粉1.5克、盐5克、味精12.5克、糖25克、面粉、糯米粉各20克、将骨排漂水后沥干，将蒜蓉水放糯米粉、面粉拌匀。

四、烤鸭

【原料】

填鸭2.25千克。

【调料】

海鲜酱1件（30瓶）、甜面酱5瓶、花雕酒3瓶、酸梅酱10瓶、豉汁1瓶、花生酱1瓶、柱候酱5瓶、蚝油5瓶、白糖6千克、油1.5千克。

【脆皮水】

白醋2瓶、大红浙醋2瓶、麦芽糖2瓶、玫瑰露酒1瓶、花雕酒2瓶、日落黄3克、柠檬1~2个切片。

【方法】

鸭肚内上盐腌、鸭屁用针缝合、烧开水、放入鸭子烫皮、再上脆皮水吹10小时，将吹好的鸭子上火烤30~40分钟，出炉冷却。

【要领】

色素（按国标）按大红:橙红=2:1配比。

五、鸡脆骨

配方一

【原料】

鸡脆骨（净料 10 千克）。

【调料】

盐 15 克、辣妹子 100 克、糖 15 克、鸡精 200 克、味精 200 克、面粉 500 克、生粉、糯米粉各 200 克、蒜汁 150 克、西芹、胡萝卜汁少许。

【方法】

原料加上食用碱腌制 2 小时，加少许清水冲水 4 小时，捞出挤干水分，放入调料拌上劲即可。

配方二

【原料】

鸡脆骨 20 千克。

【调料】

食用碱 500 克、松肉粉少许、盐 5 克、鸡精 400 克、味精 500 克、糖 5 克、生粉 8 筒、糯米粉 1 袋、面粉 1 千克、蒜汁 500 克。

【方法】

鸡脆骨初步处理，放入食用碱漂 2 小时，冲水 4 小时，加入调料拌匀即可。

【要领】

色素（按国标）（日落黄：柠檬黄 = 1:3）。

六、竹香武昌鱼

【原料】

武昌鱼净料 30 千克（600 克/条 50 条）。

【佐料】

蒜茸 15 千克、胡萝卜碎 2.5 千克、干葱头碎 2.5 千克、西芹碎 1 千克、生姜 2.5 千克。

【调料】

盐 1 千克、糖 50 克、鸡精 100 克、味精 100 克、花雕酒 3 瓶、生抽 2 瓶、美极鲜 1 瓶、鱼露 1 瓶、玫瑰露酒 1 瓶、十三香 3 盒、鸡肉香味素少许、孜然粉 50 克、辣椒粉 50 克。

【方法】

将调料、配料拌匀、武昌鱼沥干水分、一层鱼一层料至放完，调料要没过鱼，腌制 72 小时。

【要领】

第一次放调料要比第二次多，鱼的水分一定要沥干。

七、牛肉片(丝)

配方一

【原料】

牛淋 10 千克。

【调料】

食用碱 150 克、糖 625 克、松肉粉 50 克、蚝油 250 克、盐 125 克、味精 100 克、鸡精 50 克。

【方法】

牛肉切片（丝）放入食用碱、糖（500 克）、松肉粉腌 2 小时，放入池水中冲水 4 小时，沥干水分加蚝油、盐、糖（125 克）、味精、鸡精搅拌上劲，用油封存。

【要领】

色素（按国标）（大红色素 1/5 瓶、橙红 1 瓶、橙黄 1 瓶配比）。

配方二

【原料】

牛肉片（丝）500 克。

【方法】

食用碱 3 克、松肉粉 2.5 克、糖 2.5 克、味精、鸡精各 4 克、生粉 15 克、蛋清 2 个、水 100 克、美极鲜 50 克。

八、猪扒

配方一

【原料】

猪扒 500 克。

【调料】

食用碱 2.5 克、鹰粟粉 150 克、糖 2.5 克、松肉粉 2.5 克、盐 1.5 克、吉士粉 50 克、味精 2.5 克、美极 2.5 克。

配方二

【原料】

猪扒 500 克。

【调料】

食用碱 6 克、味精 5 克、盐 5 克、糖 1.5 克、吉士粉 15 克、生粉 15 克、鸡蛋半个。