



美味秘籍 / 省时省力

酱料大王

中式酱料 · 西式酱料 · 馅心 · 馅料 · 果酱



Amazing Sauce

● 编 著 牛国平 王 森

- 🔥 中西酱料一本全 健康调味不发愁
- 🔥 20种基础酱料 100种口味变化
- 🔥 调出中国好味道 酿出异国真风情
- 🔥 四季果蔬做果酱 豆沙、莲蓉做馅心
- 🔥 家庭烹饪调味的帮手 酒店快速出菜的法宝



青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位



酱料大王

Amazing Sause

美味秘籍 省时省力

美食生活 工作室 组织编写

编 著 牛国平（中式酱料、西式酱料、馅心部分）
王 森（馅料、果酱部分）



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

酱料大王-美味秘籍 省时省力 / 牛国平 王森编著. - 青岛 : 青岛出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5552-0050-5

I. ①酱… II. ①美… III. ①调味酱—制作 IV. ①TS264.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第002373号

酱料大王

美味秘籍
省时省力

书 名 酱料大王-美味秘籍 省时省力

组织编写  工作室

编 著 牛国平 (中式酱料、西式酱料、馅料部分)

王 森 (馅料、果酱部分)

参编人员 孙安廷 韩俊堂 杨 艳 (馅料、果酱部分)

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市海尔路182号 (266061) 邮购电话 13335059110

责任编辑 周鸿媛

特约编辑 肖 雷

摄 影 北京浩瀚世视摄影有限公司 (中式酱料、西式酱料、馅料部分)

王森烘焙西点西餐咖啡技师学院 苏 君 (馅料、果酱部分)

制作设计 张 骏

封面设计 毕晓郁

制 版 青岛艺鑫制版印刷有限公司

印 刷 莱芜东方彩印有限公司

出版日期 2014年5月第1版 2014年5月第1次印刷

开 本 16开 (817毫米×1075毫米)

印 张 20

书 号 ISBN 978-7-5552-0050-5

定 价 49.80元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

(青岛版图书售出后如发现印装质量问题, 请寄回青岛出版社印刷物资处调换。电话: 0532-68068629)

建议陈列类别: 美食类 生活类

认识基本味的个性.....	16
了解味的相互作用.....	17
主料的鉴别及营养价值	18



PART \ 甜咸适口 甜面酱

1



12种酱料变化 18款美味菜肴

变化①三仁辣酱	20	变化⑥肉末辣酱	28	变化⑪海味面酱	38
三仁辣酱白肉	21	茄子拌海肠	29	生菜包螺肉	39
三仁辣酱豆腐	21	变化⑦香辣酱卤汁	30	酱拌子姜芹	39
变化②榨菜辣酱	22	辣酱卤蒸肘	31	变化⑫三味面酱	40
辣酱烧笋尖	22	变化⑧香肉酱卤汁	32	三味酱拌芥蓝	41
变化③甜面辣酱	23	肉酱汁荷包蛋	33	三味酱串串兔	41
酱香虾片	23	肉酱卤煎鳕鱼	33		
变化④蒜香辣酱	24	变化⑨烧肉酱汁	34		
蒜辣酱煎牛排	25	烧肉酱拌墨鱼仔	35		
变化⑤蚝油海米酱	26	山药脆虾蘸酱	35		
金菇牛肉卷	27	变化⑩八宝面酱	36		
韭黄墨鱼仔	27	酱拌松仁茼蒿	37		



PART \ 满口留香 芝麻酱

2



12种酱料变化 14款美味菜肴

变化①怪味麻酱汁	42	变化⑤青尖椒麻酱汁	49	白灼鲜贝	53
涮双冬老豆腐	43	土豆墨鱼串	49	变化⑩豉香麻酱汁	54
变化②碎米辣麻酱汁	44	变化⑥奇香麻酱汁	50	干豇豆盐煮肉	54
脆辣肉末豆腐	45	奇香麻酱豆角	50	变化⑪花生麻酱汁	55
变化③酸辣麻酱汁	46	变化⑦蒜蓉麻酱汁	51	涮金针肥牛	55
酸辣麻酱银芽	47	蒜蓉麻香鱼	51	变化⑫松花麻酱汁	56
鸡脆骨串	47	变化⑧椿芽麻酱汁	52	山药炖板鸭	57
变化④双椒麻酱汁	48	椿芽麻酱莲藕	52	松花麻酱汁冰三样	57
年糕双腊串	48	变化⑨红汤麻酱汁	53		

PART 1 鲜香醇浓 鲜汤汁

3



12种酱料变化 13款美味菜肴

- | | | |
|-------------------|------------------|------------------|
| 变化① 美味红烧酱.....58 | 泰酱腐乳肉卷.....63 | 翡翠蛋黄莼面.....68 |
| 红烧带鱼.....59 | 变化⑥ 山椒鲜汤汁.....64 | 变化⑩ 干贝鲜汤汁.....69 |
| 变化② 奶味鲜汤汁.....60 | 山椒汁浸鹅脆.....65 | 贝汁熘日本豆腐.....69 |
| 奶汁桃仁三宝.....60 | 山椒汁浸海带芽.....65 | 变化⑪ 蟹肉鲜汤汁.....70 |
| 变化③ 椒油鲜汤汁.....61 | 变化⑦ 红油鲜汤汁.....66 | 蟹汁浇玉米棒.....70 |
| 蘸汤凤尾腰.....61 | 红汤QQ肥牛.....66 | 变化⑫ 小米椒味汁.....71 |
| 变化④ 豉油香汤汁.....62 | 变化⑧ 霉鱼骨汤汁.....67 | 跳水鸡翅.....71 |
| 豉油蒸白鱼.....62 | 鱼香肝片.....67 | |
| 变化⑤ 泰酱腐乳汤汁.....63 | 变化⑨ 翡翠蛋黄汁.....68 | |



PART 2 香辣诱人 豆瓣酱

4



11种酱料变化 14款美味菜肴

- | | | |
|------------------|------------------|------------------|
| 变化① 麻辣火锅酱.....72 | 变化⑤ 海鲜红烧酱.....78 | 变化⑩ 海味豆瓣酱.....83 |
| 川烧大明虾.....73 | 海鲜红烧肚片.....78 | 海味豆瓣肉丸.....83 |
| 麻辣鳝花.....73 | 变化⑥ 乳香豆瓣汁.....79 | 变化⑪ 五味豆瓣汁.....84 |
| 变化② 飘香豆瓣酱.....74 | 乳香日本豆腐.....79 | 五味豆瓣莴苣.....85 |
| 飘香豆瓣鳊鱼.....75 | 变化⑦ 醪糟豆瓣酱.....80 | 五味豆瓣茄泥.....85 |
| 回锅飘香鸡.....75 | 香辣双菇腐竹.....80 | |
| 变化③ 麻辣香豉酱.....76 | 变化⑧ 牛肉豆瓣酱.....81 | |
| 竹香麻辣鱼.....76 | 牛肉豆瓣爆田螺.....81 | |
| 变化④ 酸梅豆瓣酱.....77 | 变化⑨ 啤酒豆瓣汁.....82 | |
| 香炸沙丁鱼.....77 | 啤酒豆瓣煎菠菜.....82 | |



PART 1 酸甜爽口 果味酱

5



12种酱料变化 14款美味菜肴

变化①红果酸辣汁.....86	变化⑦猕猴桃汁.....93
酸辣白菜帮.....87	猕猴桃汁虾球.....93
红果酸辣鸡.....87	变化⑧酒香芒果酱.....94
变化②甜辣橘酱.....88	果香煎鸡翅.....94
橘酱糯米枣.....88	变化⑨酸甜草莓酱.....95
变化③鲜辣酸梅酱.....89	酸甜草莓荸荠.....95
鲜辣酸梅排骨.....89	变化⑩果奶酱.....96
变化④柠檬葡萄酒汁.....90	软炸果味排.....96
柠檬酒香土豆.....90	变化⑪哈葡吉祥汁.....97
变化⑤枣香葡萄酒酱.....91	哈葡煎猪血.....97
香煎玉米饼.....91	变化⑫菊香梨汁.....98
变化⑥柚子辣醋汁.....92	菊香梨汁虾.....99
柚子辣醋柿椒.....92	菊梨瓦块鱼.....99



PART 2 酸辣开胃 泡椒酱

6



10种酱料变化 11款美味菜肴

变化①泡椒怪味汁.....100	变化④泡椒鸡酱味汁.....104	泡椒茄汁牛柳.....107
泡椒怪味鱿鱼筒.....101	泡椒鸡酱腰花.....104	变化⑧泡椒松花味汁.....108
泡椒怪味白肉.....101	变化⑤泡椒豉香味汁.....105	泡椒松花白肉.....108
变化②泡椒鲢鱼味汁.....102	三色豉香肉丝.....105	变化⑨泡椒虾酱味汁.....109
泡椒鲢鱼鸡丝.....102	变化⑥泡椒三油味汁.....106	泡椒虾酱豆腐盒.....109
变化③泡椒蒜味油汁.....103	泡椒三油比管.....106	变化⑩泡椒腐乳味汁.....110
泡椒蒜油蒸鳕鱼.....103	变化⑦泡椒番茄味汁.....107	泡椒腐乳鳕鱼.....110





第二章

Classic Western Sauce

经典西式酱料

沙拉、汤煲、冷拼、生烤，新鲜热烈异域风

常见配料	112
保鲜小窍门	115
四种高汤制法	116



PART 1 异彩纷呈 咖喱酱

1 8种酱料变化 12款美味菜肴

变化①奶香咖喱汁	118	变化⑤印度黄咖喱酱	124
奶香咖喱牛柳	119	咖喱牛肉意面	125
奶香咖喱北极虾	119	丝瓜烧肥肠	125
变化②南瓜咖喱酱	120	变化⑥秘制咖喱酱	126
腊味娃娃菜	120	咖喱五色蔬菜	127
变化③茄汁咖喱酱	121	顶级咖喱虾	127
茄汁咖喱炒蟹	121	变化⑦咖喱鱼露酱	128
变化④果味咖喱酱	122	老南瓜烧排骨	128
果味咖喱鸭脯	123	变化⑧泰式咖喱酱	129
咖喱三色蔬	123	泰式咖喱鱼块	129



PART 2 红火意浓 番茄酱

2 6种酱料变化 8款美味菜肴

变化①杏仁番茄酱	130	熏五香虾	134
干煎菠菜	131	变化④香草番茄酱	135
香烤里脊	131	什锦土豆沙拉	135
变化②橄榄番茄酱	132	变化⑤酸黄瓜番茄汁	136
三文鱼鸡尾杯	133	生煎牛肋骨	136
香煎黄金鸡饼	133	变化⑥红葱番茄酱	137
变化③柠檬辣酱汁	134	番茄果香牛肉汤	137



PART 1 香浓味醇 肉酱

3



6种酱料变化 10款美味菜肴

变化① 意式番茄牛肉酱 ... 138

意式肉酱炒茄子 ... 139

香熏鹌鹑蛋 ... 139

变化② 蘑菇辣味牛肉酱 ... 140

白灼芥蓝 ... 141

蘑菇辣酱爆豆角 ... 141

变化③ 法式鸡肝酱 ... 142

鸡肝酱炒豆角 ... 143

香菇烧菜花 ... 143

变化④ 黑胡椒肉酱 ... 144

黑椒肉酱焖笋 ... 144

变化⑤ 迷迭香鸡肉酱 ... 145

鸡酱炒年糕 ... 145

变化⑥ 酸辣黄瓜肉酱 ... 146

酸辣肉酱蝴蝶面 ... 147

酸辣肉酱炒芦笋 ... 147

PART 2 酸酸甜甜 酸奶酱

4



5种酱料变化 6款美味菜肴

变化① 香蕉酸奶酱 ... 148

香蕉酸奶排骨 ... 149

吐司豆沙夹 ... 149

变化② 百香果酸奶酱 ... 150

莴苣沙拉 ... 150

变化③ 葱香酸奶酱 ... 151

油炸土豆球 ... 151

变化④ 凤梨酸奶酱 ... 152

吉利苹果圈 ... 152

变化⑤ 辣味酸奶酱 ... 153

掐菜紫甘蓝 ... 153

PART 3 变化莫测 奇妙酱

5



6种酱料变化 8款美味菜肴

变化① 鱼香奇妙酱 ... 154

鱼香空心菜 ... 155

蔬菜鱼香沙拉 ... 155

变化② 花生奇妙酱 ... 156

腌肉烤豆干 ... 156

变化③ 柠檬奇妙酱 ... 157

奇妙花生腰果 ... 157

变化④ 泰式奇妙酱 ... 158

泰酱炒四角豆 ... 159

泰式芒果带子 ... 159

变化⑤ 小米辣奇妙酱 ... 160

奇妙土豆泥 ... 160

变化⑥ 意式奇妙酱 ... 161

意式奇妙芦笋 ... 161

PART 4 清爽开胃 油醋汁

6



6种酱料变化 8款美味菜肴

变化① 酸辣油醋汁 ... 162

酸辣羊排 ... 163

侧耳根拌蚕豆 ... 163

变化② 葡萄油醋汁 ... 164

肉菜杂拌 ... 164

变化③ 白酒油醋汁 ... 165

煎鳕鱼肉 ... 165

变化④ 洋葱油醋汁 ... 166

豆腐蛋羹 ... 166

变化⑤ 法式油醋汁 ... 167

法式金枪鱼沙拉 ... 167

变化⑥ 松仁油醋汁 ... 168

尼斯沙拉 ... 169

什锦香肠冷盘 ... 169

PART \ 淋漓刺激 芥末酱

7



5种酱料变化 6款美味菜肴

变化①芥末清酒酱.....170

金菇培根卷.....171

萝卜鲜椒沙拉.....171

变化②柠檬芥末酱.....172

日式烤香鳗.....172

变化③青芥极鲜汁.....173

焖烤猪肉片.....173

变化④法芥红醋酱.....174

豆角拌番茄.....174

变化⑤日式芥末酱油.....175

白切牛肚.....175

PART \ 久久难忘 果味酱

8



5种酱料变化 6款美味菜肴

变化①芒果调味汁.....176

蘸汁扇贝.....177

果味脆蟹.....177

变化②葡萄调味酱.....178

葡萄煎黄花鱼.....178

变化③猕猴桃调味汁.....179

烤辣味猪肉脯.....179

变化④青苹果酱.....180

青果奶酱批萨.....180

变化⑤草莓番茄酱.....181

鸡腿汉堡.....181



PART \ 营养美味 蛋黄酱

9



6种酱料变化 8款美味菜肴

变化①番茄蛋黄酱.....182

三色蛋皮卷.....183

豆沙香蕉.....183

变化②法式蛋黄酱.....184

翡翠什果墨鱼.....184

变化③千岛沙拉酱.....185

冰镇凉瓜.....185

变化④海苔蛋黄酱.....186

海苔蛋黄酱焗扇贝.....186

变化⑤香辣蛋黄酱.....187

脆皮肉卷.....187

变化⑥辣根蛋黄酱.....188

辣根焗蟹斗.....189

蟹肉洋葱沙拉.....189

PART \ 别具滋味 蔬菜酱

10



5种酱料变化 6款美味菜肴

变化①洋葱辣茄酱.....190

培根蛋酱面条.....191

韭菜墨鱼仔.....191

变化②蘑菇红酒酱.....192

生烤鸡翅.....192

变化③苦瓜蒜辣酱.....193

培根杏鲍菇串.....193

变化④南瓜甜菜酱.....194

炸素排骨.....194

变化⑤红酒胡萝卜酱.....195

鲜虾鱿鱼圈.....195

PART \ 飘香四溢 奶油酱

11



6种酱料变化 7款美味菜肴

变化① 柠檬奶油酱.....196	变化③ 花生奶油酱.....199	变化⑤ 红醋奶油酱.....201
脆炸洋葱圈.....197	清蒸鲱鱼.....199	香煎蘑菇鸡排.....201
黄油烤菜花.....197	变化④ 金枪鱼奶油酱.....200	变化⑥ 奶油面酱.....202
变化② 丁香奶油酱.....198	金枪鱼奶油螺丝面.....200	奶油蘑菇汤.....202
紫菜什锦饭卷.....198		



Delicious Filling

甜咸相宜 馅心馅料

包子、饺子、馅饼、汤圆、面包、蛋糕，馅好，味才好

第一节 馅心

素馅调制要点.....204
肉馅调制要点.....205
混合馅调制要点.....210



PART \ 清淡有道 素馅

1



10种各式素馅 素食也好吃

香椿豆腐馅.....212	蛋黄三菇馅.....214	双豆鸡蛋馅.....216
皮蛋豆腐馅.....213	双仁地耳馅.....215	五色素馅.....217
鸡蛋韭菜粉丝馅.....213	什锦腐竹馅.....215	
香菇油菜馅.....214	面筋梅菜馅.....216	



PART 1 口味醇厚 纯肉馅

2



26种各式肉馅 生熟各相宜

鲜嫩猪肉馅	218	霸王别姬馅	224	鱼香八宝馅	229
酱香肉丝馅	219	贵妃鸡翅馅	224	八宝腊鲜馅	230
香辣排骨馅	219	龙凤呈祥馅	225	八宝海鲜馅	230
孜然羊肉馅	220	游龙戏凤馅	225	香卤猪蹄馅	231
炖羊肉馅	220	极鲜鱼羊馅	226		
黄酱牛肉馅	221	掺冻鱼肉馅	226		
麻辣牛肉馅	221	三鲜肉馅	227		
菊香鸡肉馅	222	海三鲜馅	227		
三仁鸡肉馅	222	蚝油三鲜馅	228		
蚝香鸽肉馅	223	开洋三生馅	228		
鲈鱼火腿馅	223	八宝鱼泥馅	229		



PART 2 荤素搭配 混合馅

3



19种各式混合馅 味道自己做主

粉条韭菜肉馅	232	双菇鸡肉馅	238	鲮鱼马蹄虾馅	240
白菜猪肉馅	233	美味腊鸭馅	238	虾米萝卜馅	240
南瓜猪肉馅	233	冬瓜鸭肉馅	239	虾肉素翅馅	241
南瓜丝馅	234	嫩韭鱼肉馅	239	韭菜虾皮馅	241
老北瓜肉馅	234				
榨菜肉丝馅	235				
梅菜腊肉馅	235				
长生不老馅	236				
芹香羊肉馅	236				
黄白牛肉馅	237				
萝卜牛肉馅	237				



第二节 馅料

基本食材	242
制作流程	243
基本材料制作	243



PART 1 入口软绵 豆沙馅

1



24款豆沙底坯馅料 天天都有新花样

白豆沙馅	244	奶香白豆沙馅	251	原味抹茶馅	257
桂圆豆沙馅	245	兰姆桂圆豆沙馅	252	红豆沙馅	258
核桃豆沙馅	245	香柚豆沙馅	252	奶油绿豆沙馅	259
卤肉豆沙馅	246	枫糖玛琪朵馅	253	绿豆沙馅	259
芝麻豆沙馅	247	焦糖玛琪朵馅	253		
芋泥豆沙馅	247	卡布奇诺可可馅	254		
龙眼豆沙馅	248	卡布奇诺馅	254		
梅子豆沙馅	248	拿铁咖啡馅	255		
南瓜豆沙馅	249	原味咖啡馅	255		
咖喱豆沙馅	250	抹茶栗子馅	256		



PART 2 健康养生 莲蓉馅

2



9款莲蓉底坯馅料 呵护全家健康

红莲蓉豆沙馅	260	莲蓉松子馅	262	无花果馅	264
红莲蓉馅	261	莲蓉栗子馅	263	莲子蔓越莓馅	265
莲蓉桂圆馅	262	抹茶莲蓉馅	264	莲蓉乌龙茶馅	265

PART 3 花样繁多 混合馅

3



34款混合馅料 满足多重需要

枸杞山药馅	266	奶油地瓜馅	273	夏威夷豆芝麻馅	282
南瓜枸杞馅	267	紫薯馅	274	伍仁火腿馅	283
凤梨馅	267	紫薯果仁馅	275	冰肉伍仁馅	284
凤梨椰子馅	268	紫薯栗子馅	275	原味奶黄馅	285
茼蒿凤梨馅	268	金橘紫薯馅	276	原味奶酥馅	286
椰香奶酥馅	269	基本枣泥馅	277	抹茶奶酥馅	286
椰蓉起司馅	269	烟熏枣泥馅	278	奶香QQ馅	287
椰子奶黄馅	270	枣泥核桃馅	279	碳烧咖啡馅	287
奶香椰子馅	271	枣泥松子馅	280	椰子巧克力馅	288
原味芋头馅	271	原味芝麻馅	281	榛果巧克力馅	289
原味山药馅	272	核桃芝麻馅	281		
芋头地瓜馅	273	松子芝麻馅	282		

PART 运用实例

4



各式花样主食 好馅做出好口味

白菜猪肉馅饼.....290	水煎大包.....291	雪球鸭蛋.....294
翡翠饺子.....290	枣泥小酥饼.....292	酥皮桃仁枣.....295
鲜嫩猪肉饺.....291	冰肉五仁月饼.....293	毛毛虫面包.....296



第四章

Thick Sweet Sauce

馨香浓稠果酱

面包、蛋糕、薯条、酸奶好伴侣

必备工具.....298
制作要点.....299
三大秘诀.....300
成熟时间.....302
多样化食用方法.....302



PART 春夏季节 果酱香

1



15种春夏季节时令果酱

西瓜李子酱.....304	番茄苦瓜甜椒酱.....307	桂花南瓜酱.....309
微波炉蓝莓酱.....305	芒果酱.....307	南瓜地瓜奶油酱.....310
微波炉草莓酱.....305	芒果苹果酱.....308	南瓜松子酱.....310
番茄果酱.....306	芒果调味酱.....308	冰冻覆盆子果酱.....311
番茄酱.....306	紫薯酱.....309	菠萝覆盆子果泥.....311

PART 秋冬时令 香气浓

2



13种秋冬季节时令果酱

苹果红茶玫瑰.....312	奇异果香蕉肉桂酱.....314	葡萄酱.....316
微波炉猕猴桃酱.....313	菠萝酱.....315	红酒葡萄酱.....317
哈密瓜奇异果酱.....313	菠萝苹果红茶酱.....315	柑橘酱.....317
奇异果柑橘酱.....314	菠萝奇异果八角酱.....316	



美味秘籍 / 省时省力

酱料大王

中式酱料 · 西式酱料 · 馅心 · 馅料 · 果酱



Amazing Sauce

● 编 著 牛国平 王 森

- 🔥 中西酱料一本全 健康调味不发愁
- 🔥 20种基础酱料 100种口味变化
- 🔥 调出中国好味道 酿出异国真风情
- 🔥 四季果蔬做果酱 豆沙、莲蓉做馅心
- 🔥 家庭烹饪调味的帮手 酒店快速出菜的法宝



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

美味秘籍 / 省时省力

酱料大王 Amazing Sauce

中式酱料 · 西式酱料 · 馅心 · 馅料 · 果酱

调味是制作菜肴过程中最考量厨师技术水平的一道环节。善于调味，擅长制作酱料是中国烹饪技法的一大特点。本书介绍了200多种中式酱料和60种各式馅心的制作，调制过程翔实，适用范围广泛。

西式酱料的调制强调色彩搭配的艳丽夺目。在口味上，喜欢肥浓鲜嫩的味道，偏重咸味和酸甜。除酱料外，果酱和馅料在制作烘焙类食品时占据非常重要的地位。本篇介绍了上百种果酱和馅料，将为您的餐桌增添一丝甜蜜的异国风味。



美食生活网微博



美食生活网微信



喜欢我就关注我，实用美食资讯、精彩好礼天天送！

ISBN 978-7-5552-0050-5 定价：49.80元

建议上架：美食 生活类

ISBN 978-7-5552-0050-5



9 787555 200505 >

酱料大王

Amazing Sause

美味秘籍 省时省力



工作室 组织编写

编 著 牛国平（中式酱料、西式酱料、馅料部分）

王 森（馅料、果酱部分）



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

调制百变酱料，烹调多彩人生

调味是制作菜肴中最考量厨师技术水平的一道环节，也是厨房新手进阶成高手的最关键的一步。巧妙运用酱料可以将烹饪调味变得不再那么复杂。

善于调味，擅长制作酱料是中国菜肴的一大特点，同时这也是中国菜系众多、风味迥异、在世界烹饪界享有盛誉的重要原因。中式酱汁的制作技术特点非常鲜明。总结起来，分为四点：用料广，酱汁口味变化多；方法细腻，反复调制，做出质量上乘的好酱；技术高超，用不同的酱料可以调出口味相似的酱汁；善于调制复合味，满足多重口味需要。中式主食制作离不开馅心。无论是水饺、馅饼等面食，还是汤圆、粽子等米类制品，都需要各式各样的馅心配合。本书介绍了多达200种中式酱料和60种各式馅心的制作，调制过程翔实，适用范围广泛，可以满足家庭和餐饮机构的需求。

中式调味品丰富多彩，西式酱料、馅料同样不遑多让。西式酱料的调制强调色彩搭配的艳丽夺目。在口味上，喜欢肥浓鲜嫩的味道，偏重咸味和酸甜。因此西式酱料调制喜欢使用新鲜刺激的原材料。做出的酱料无论是口味还是口感都会让人食欲大振。另一方面，西式酱料对酒特别偏爱，葡萄酒、白兰地等都是他们酱料搭配中重要的一员。

除酱料外，果酱和馅料在烘焙类美食中占据非常重要的地位。用果酱、馅料制作蛋糕、面包，使原本平淡无奇的食品，变得更加美味。同时，这些果酱、馅料直接食用也美不胜收。

朋友，当你在厨房为满足家庭成员的多种口味而烦恼的时候，当你为千篇一律的饮食生活感到厌倦的时候，请你打开这本书，相信总有一款口味适合你的需要。

 美食生活工作室

2014年3月