



福建省高职高专旅游大类规划教材

中餐制作技术

主 编 © 王作镔 曾永福



厦门大学出版社
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位



福建省高职高专旅游大类规划教材

中餐制作技术

主 编 ◎ 王作锦 曾永福
参编人员 ◎ 冯 飞 黄灵亮 李 迪



厦门大学出版社
XIAMEN UNIVERSITY PRESS

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

中餐制作技术/王作镛,曾永福主编. —厦门:厦门大学出版社,2011.8
(福建省高职高专旅游大类规划教材)
ISBN 978-7-5615-3940-8

I. ①中… II. ①王…②曾… III. ①中式菜肴-烹饪-高等职业教育-教材 IV. ①TS972.117

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 100062 号

厦门大学出版社出版发行

(地址:厦门市软件园二期望海路 39 号 邮编:361008)

<http://www.xmupress.com>

xmup@public.xm.fj.cn

厦门集大印刷厂印刷

2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷

开本:787×1092 1/16 印张:17.5

字数:452 千字 印数:1~3 000 册

定价:52.00 元

本书如有印装质量问题请寄承印厂调换

福建省高职高专旅游大类规划教材编写委员会

主 任 黄克安(福建商业高等专科学校 校长)

副主任 黄亚惠(闽北职业技术学院 院长)

林松柏(黎明职业大学 校长)

王 瑜(福建商业高等专科学校旅游系 主任)

秘书长(兼) 王 瑜(福建商业高等专科学校旅游系 主任)

委 员

王喜华(漳州职业技术学院管理系 主任)

李冬梅(黎明职业大学外语系 主任)

宋文艳(厦门大学出版社 总编)

陈白璧(福州对外贸易职业技术学院 旅游专业负责人)

张完英(闽北职业技术学院管理系 主任)

林 东(福州职业技术学院管理系 副主任)

喻荣春(厦门城市职业学院 旅游专业负责人)

檀小舒(闽西职业技术学院旅游系 主任)

李建中(香港柏美规划设计研究院 董事副院长,浙江远见旅游规划设计
研究院 副院长)

金文龙(福州阳光假日大酒店 总经理)

林军华(福州最佳西方财富大酒店 总经理)



序

朱云龙

作为世界当之无愧的烹饪大国,中华美食文化源远流长。火,这个希腊神话中普罗米修斯带来的上天的赐予,在中国神州大地上带给人类的恩泽早就是现实的,目前可以说,元谋人在一百七十万年以前用火的遗迹揭开了人类原始文明的序幕。火,被人类从被动、不自觉地利用,自觉地利用,最初的熟食是“美食”的萌芽。

《正义》有“鼎者,器之名也。自火化之后,铸金而为此器,以供烹饪之用,谓之鼎。烹饪成新,能成新法”的记载,这表明古代烹饪的含义指的是用炊具、燃料在火上烹煮食物,没有炊具之前并不具备完整的古典烹饪概念。随着社会的进步以及人类文明程度的提高,烹饪的内涵日益扩大,饮食活动也日益进步,其首要的表现便是对自然状态的食物原料,采用适当的烹饪制作工艺与方法,以适应人类的生理需要和心理需求,即原料经过烹饪制作后的食品必须合乎人们的卫生与安全方面的需要,并且具备丰富的、有益于健康长寿的营养物质,还要在色、香、味、形、质、声、意、器诸方面给人以美感享受,达到人性化食品——“美食”的标准。当然,要使食物在安全、营养、美感三方面达到高度统一而成为“美食”,需要对整个烹饪过程进行科学性与合理性的控制。

中国烹饪文化在具有特有的定性思维模式和特殊的直觉敏感性的“土壤”里,经过数千年的经验积淀,在呈现出它的多样性的同时,也体现出它的超前性,对这种“超前性”的认识有待现代科学的继续发展、进步,甚至有可能要在遥远的将来,人们才能一步一步地认识到:它原来是非常科学的。

我国幅员辽阔,东、西、南、北、中各方的气候、温度、水质、空气湿度、土壤等差异很大,各地自然生长、生活的动植物也大相径庭,即便是同一种原材料,(无论是动物还是植物)其生长、生活的环境不同,生长生活期、成熟度也不同,其物性和工艺特性均有差异,在烹制过程中的工艺设计、安排与实施的方案也需要有相应的变化。这些对不同原料在整个烹饪过程中所采用的调节与控制技术,正是我们烹饪工作者,尤其是烹饪教育工作者需要潜心研究的内容。王作鰯、曾永福等老师所编写的《中餐制作技术》一书正是在这种启迪下所作的这样的努力。

我国传统的烹饪工艺技术需要传承与发展,我们希望有更多的烹饪工作者坚持中国烹饪的传统特色,在古与今、中与外、理论与实践、自然科学与社会科学的交汇处,建立起具有我国文化特色的烹饪科学大厦。只要我们真正地保持了传统的烹饪文化,它必然就能够走向世界,因为一切人类的先进文化本来就是世界的。



如果丢掉了中国特色,我国烹饪将无以贡献给世界,也无以走向世界。

在先睹王作鵬、曾永福等老师编写的《中餐制作技术》为快之时,有感于作者严谨的治学态度,贯穿全书图文并茂的布局和由浅入深、由易到难符合教育科学原理的结构安排。若全国同仁都有这种敬业精神,何愁中国烹饪教育不上新的台阶。

随感而发,拉杂数言,聊充为序。

2011年5月
于古城扬州翠柳苑

编写说明

《中餐制作技术》是中、高职烹饪专业的专业课实训教材之一。本书力求系统地、全面地阐述中餐制作基础理论、基础知识和基本技能;并结合冷、热菜的制作方法,举例讲解从选料加工到成菜装盘的全部工艺流程、制作方法和操作要领,举一反三,使学生得到启示,从而加深对烹调方法的理解和掌握。

本书由福州黎明职业技术学院的王作镛副教授和烹饪讲师、中餐烹调高级技师曾永福主编。由王作镛副教授编写第七章“原料初步熟处理”、第八章“火候”和第九章“制汤”;由曾永福老师编写第十章“调味”、第十一章“上浆、挂糊、勾芡、制汤”和第十二章“热菜制作方法”;由福州黎明职业技术学院冯飞老师编写第一章“概述”、第二章“刀工技术”和第三章“鲜活原料初步加工”;由福州黎明职业技术学院李迪老师编写第四章“部位取料与整料出骨”、第五章“干货原料涨发”、第六章“中式热菜的配菜”;由黄灵亮老师编写第十三章“冷菜制作工艺”与第十四章“菜肴的装盘与美化工艺”。

本书在编写中参阅了大量资料,但在书末参考文献中未能一一列明。在此对所有被参阅资料的作者或编者表示诚挚的谢意。

限于多种原因,本书难免存在缺点或欠妥之处,欢迎广大读者批评指正。

编者

2011年5月



目 录

第一章 概 述	(1)
第二章 刀工技术	(4)
第一节 刀工技术概述	(4)
第二节 刀法种类及操作方法	(5)
第三节 花形原料刀法	(18)
第四节 原料切配形状及应用	(20)
第三章 鲜活原料的初加工	(23)
第一节 植物性原料初加工	(23)
第二节 畜类原料的初加工	(25)
第三节 禽类原料的初加工	(27)
第四节 水产品原料的初加工	(29)
第四章 烹饪原料取料与整料出骨	(32)
第一节 常用水产品的出肉加工	(32)
第二节 烹饪整料出骨(实践)	(35)
第五章 干货原料涨发	(40)
第一节 干货原料的特点与存储方法	(40)
第二节 干货原料的品质鉴定与涨发方法	(42)
第三节 干货原料涨发实例	(50)
第六章 中式热菜的配菜	(58)
第一节 配菜的要求与意义	(58)
第二节 配菜的要求	(60)
第三节 配菜的方法	(63)
第七章 原料初步熟处理	(67)
第一节 焯水	(67)
第二节 过油	(69)
第三节 汽蒸	(71)
第四节 走红	(72)
第八章 火候	(74)
第一节 火候的概念	(74)
第二节 传热方式和传热介质	(76)
第三节 加热中原料的变化	(80)



第九章 制汤	(83)
第一节 制汤的意义和汤汁的分类	(83)
第二节 常见汤汁的制作	(85)
第十章 调味	(87)
第一节 调味的作用和特点	(87)
第二节 常用调味品	(89)
第三节 调味的方法和过程	(101)
第四节 常见菜肴的调味	(102)
第十一章 上浆、挂糊和勾芡	(118)
第一节 上浆、挂糊、勾芡的用料及其作用	(118)
第二节 上浆	(121)
第三节 挂糊	(124)
第四节 勾芡	(128)
第十二章 热菜制作方法	(134)
第一节 炒	(134)
第二节 煸	(144)
第三节 熘	(146)
第四节 爆	(152)
第五节 炸	(154)
第六节 烹	(163)
第七节 烧	(168)
第八节 扒	(172)
第九节 焖	(175)
第十节 煨	(178)
第十一节 炖	(180)
第十二节 煮	(184)
第十三节 涮(烫)	(186)
第十四节 氽	(189)
第十五节 烩	(192)
第十六节 蒸	(195)
第十七节 煎	(198)
第十八节 贴	(201)
第十九节 塌	(202)
第二十节 烤	(204)
第二十一节 盐焗	(208)
第二十二节 蜜汁	(210)
第二十三节 拔丝	(212)



第二十四节 挂霜·····	(215)
第二十五节 熏·····	(217)
第二十六节 微波烹调·····	(219)
第十三章 冷菜制作工艺·····	(222)
第一节 冷菜工艺概述·····	(222)
第二节 冷菜的加工制作·····	(225)
第三节 冷菜拼摆装盘·····	(242)
第四节 冷菜的卫生控制·····	(251)
第十四章 菜肴的造型与命名·····	(255)
第一节 菜肴的造型与菜肴装饰美化技术·····	(255)
第二节 中国菜肴的命名规律与原则·····	(257)
参考文献·····	(266)



第一章

概述

• 教学目标 •

认知目标:

1. 理解烹调的概念,懂得烹调的意义和作用。
2. 掌握中式烹调的特点。

情感目标:

使学生热爱烹饪事业,继承、发展、创新祖国的传统烹调技艺。

烹调是制作菜肴的一门技艺,它包含烹和调两个方面,两者既是统一的整体,又各自具有不同的内涵。

烹就是加热制熟,是指运用各种加热方法,使烹饪的原料由生到熟并形成一定的色泽、形状和质感的菜肴的过程。调就是调和滋味,是指运用各种烹饪调料和各种烹饪方法,使菜肴形成一定的滋味、香气和色彩的过程。调通常被理解为调和滋味、调配色泽、调配主辅料等。烹调就是将加工切配好的烹饪原料,通过加热或者不加热的方法制作菜肴的加工过程。

烹调的应用彻底改变了人类茹毛饮血的生活方式,它不但可以杀菌消毒、改善营养,为人类体力和智力的发展创造了有利条件;而且扩大了食物的食用范围,使人类迁向平原、岸边居住,脱离了与兽为伍的环境,生活起居走向文明。烹调的应用使食物得以储存,使人类逐渐养成了定时饮食的习惯,从而可以有更多的时间从事劳动生产,生产力得到了发展。烹调技艺的产生与发展,逐步提高了人们的生活质量,孕育并形成了灿烂的饮食文化。

烹调的作用如下:

1. 去腥除腻,杀菌消毒。很多烹调原料有或多或少的腥膻味,在烹调的过程中,可以采用多种方法去除原料含有的异味,如在烹调猪大肠的过程中加入料酒、胡椒粉等去除异味。而且生的食物原料,常有一些细菌和各种寄生虫,如不杀死,人食后易致病。菌虫多怕高温,一般在 80 度至 85 度左右就会被杀死,如在烹调海鲜的过程中最好将其加热,不然很容易得寄生虫病。

2. 由生至熟,增加菜品的食用性。烹调可以使菜品原料在加热后发生变化,例如通过加热使蛋白质变性,由生的变成可以食用的熟食制品,各种食物原料大都需通过烹调才能成为美味可口的菜肴。

3. 促进营养成分分解,利于消化吸收。烹饪原料中都含有一定的营养成分,食物中的营养成分必须经过分解才便于人体吸收。烹调能促进食物原料中营养成分的分解,如:淀粉遇热会发生糊化,有利于淀粉的分解;蛋白质遇热,可变性凝固,变性后的蛋白质容易分解成氨基酸利于人体吸收;脂肪加热可水解成脂肪酸和甘油等。烹调不仅能减轻人体消化的负担,而且能使食物的营养成分更加利于人体消化。



4. 调配色泽、增加美感。烹调可以使原料色泽更加美观,如蔬菜类菜肴在焯水过程中加入几滴食用油,既能保持原料的营养不流失,又能让原料色泽更加美观;瘦肉过油会变白等。再如配上各种调、配料,色彩更多样美观。还有些原料,如草鱼通过花刀改刀成菊花鱼,使其呈现更加漂亮的形状,给人以美的享受。

5. 调和滋味,促进食欲。某些生的食物原料都各有一些特殊的味道,有的味道是不适合人的口味的,尤其是鱼、羊的腥膻味,更为某些人所讨厌。而通过烹调,调味品在加热中互相“扩散”、“渗透”、相互影响,会使一些腥膻异味或许多单一味变为人们所喜欢的复合美味,从而促进食欲,如“水煮活鱼”、“风吞菇”等。

6. 调和汁液,使菜肴更加丰润。食物原料在加热中,会有一部分水分溢出被蒸发,使主、辅料变为不饱和状态。而在烹制中加入鲜汤和调味品,就容易因吸入主、辅料内而使菜肴口味更加鲜美。当然要科学地掌握菜肴在烹制过程中添加鲜汤和调味的最佳时间。

中式烹调技艺在漫长的历史发展过程中,经历了长期的继承、发扬与创新,融合了各民族的智慧与文化,从而具有鲜明的民族特色和地域特征,同时也形成了风格迥异的风味流派。中式烹调主要有以下几个特点:

1. 取材广泛,选料讲究。中式烹调在原料选择上丰富多样,烹调选料除了要讲究鲜活外,还要注重产地、季节、品种、部位、质地等,以适应不同的烹调方法和地方风味,如甲鱼、鲥鱼、桃花虾在桃花盛开的季节为最肥;黄海、渤海产量较多的梭子蟹,在中秋节时肉饱满;火腿以金华、宣威为最好;鳊鱼以湖北樊口质量好;在山东,苍山大蒜、莱芜生姜、烟台苹果、莱阳的梨、微山湖鳊鱼、泰山赤鳞鱼等质量上乘;家畜各个部分的肉质量不同,不同的菜肴要选用不同位置的肉,如“红烧肉”、“米粉肉”讲究带皮五花肉,“油爆肚仁”一定要用肚头;羊身上各个部位的肉老嫩不一,应分别选用相应的烹调技法,可以做出“全羊席”;用鸡做菜一般要用当年小嫩鸡,吊汤要用老鸡;盐水鸭用老鸭滋味好、补益性强,烤鸭则用饲养三个多月的幼鸭,脂厚肉嫩。

2. 刀工精湛,配料巧妙。中式烹调讲究刀工,在世界上也是绝无仅有的。为了加热、造型、消化和文明饮食的需要,可将原料加工成整齐划一的条、丝、丁、片、块、段、米、粒、末、茸等形状,通过混合刀法,还可以加工麦穗、荔枝、蓑衣、梳子、菊花等花刀,以达到美化菜肴的目的。中国人擅用筷子,也主要得益于刀工后原料体形的小巧。

中式烹调讲究合理配料,主要体现在形状、质地、色泽、口味、营养、食疗方面。在配色方面讲究顺色配和俏色配,目的是为了协调色泽、突出主料;在形状方面一般是丝配丝、条配条、丁配丁、片配片,辅料不能大于主料;在质地上,讲究脆配脆、软配软等;在味道上讲究原料本味,同时辅料要突出、烘托主料的味,中餐大部分菜肴当中常用的笋片和火腿就起到了这样的作用;在营养上讲究荤素搭配,为人们提供合理全面的营养素,保持人体内的酸碱平衡。

3. 调和重味,味型丰富。味是菜肴的灵魂。食无定味,适口者珍,原料的天赋之味并非样样迷人,只有依赖调味手段,根据各种调料的化学性质,巧妙地进行组合,才能驱除腥膻臊臭,突出原有的美味。中餐中常用的葱、姜、蒜、醋、料酒、糖、盐以及各种香料都具有去异增味的作用。

世界上公认中国菜好吃的主要原因之一便是其味型多样,主料、辅料、调料都含有成分不同的呈味成分,以酸、甜、苦、辣、咸、鲜、香、麻为基本味,经过不同方法的烹制,在不同阶段合理投料,可以调和出无数种味型,如鱼香、麻辣、荔枝、糖醋、红油、家常、怪味、蒜香、咸鲜、辣咸、香辣、姜汁、酱香、麻酱、椒麻等。

4. 注重火候,技法多样。在烹调的过程中注意掌握和调节给原料加热的火候,注意加热时间和火力大小是一道菜肴成菜的关键。在中式烹调技艺中,有的用旺火短时间加热,有的用慢火长时间烹调菜肴,还有的用大中微火交替进行,以使菜肴形成滑、酥、脆、嫩等不同的口感。



中式烹调的技法多样,主要源于对热能的调节运用和调味的多样化。不同地区都有自己独特的烹调技法,如广东的“盐焗”、四川的“水煮”、福建的“白炒”等。

5. 菜品繁多,讲究盛器。中国地域广、民族多,再加上历史悠久,文化、习俗各异,使我国形成了多种不同的风味流派,地方风味名菜有五千多种,花色菜则在万种以上,是世界上任何其他国家所无法比拟的。

美食和美器同样重要,精美典雅的盛器能使好菜肴锦上添花。用烹饪原料做造型文章,其雕琢的空间毕竟是有限的,结合原料的自然形色,巧用各式各样的美器,很能表情达意。多种多样的盛器与众多美食之间大体构成这样的关系:整禽、整鱼宜用腰盘,煎炒爆熘宜用圆碟,汤羹甜菜宜用海碗,精炖焖煨宜陶砂,粉蒸酵点连笼上,涮煮羊鱼宜火锅,酱菜醋姜宜白盏,参翅燕鲍宜华皿。宜大则大,宜小则小,或全席之皿,尽成一色,或满桌之皿,杂色多形,皆成天趣。食与器的完美结合,充分体现了我国独特的饮食文化特色。

6. 中西结合,借鉴求新。中式烹调在继承优秀传统文化的同时,还善于结合本民族的饮食特点,借鉴西餐烹调的一些优点,主要表现在原料的选择、调料的使用、加热方法的改进及工艺的革新等方面。如咖喱粉、吉士粉、西红柿酱、可乐、火鸡、鸵鸟肉、铁板烧等西餐材料在中餐中已经常用了,有的把中餐的调味品用于西餐烹调技法中,有的在中式烹调技法中添加西餐调味品,这方面上海、广东的饮食企业在保持民族特色的基础上做得比较好。同时,借鉴求新还表现在不同地区中式烹调之间的交流。社会的发展繁荣与人类的广泛交往,是中式烹调创新的真正动力。



思考与练习

1. 什么是烹? 什么是调? 什么是烹调?
2. 烹调的意义和作用有哪些?
3. 中式烹调的特点是什么?



第二章

刀工技术

● 教学目标 ●

认知目标:

通过对刀具种类的认识以及不同刀法的运用的学习,使学生能够理解与掌握使用厨刀的各种方法,以及常见刀法的操作技术,能够掌握各种料形规格的成形技术。

技能目标:

1. 通过实验室课堂现场讲解,使学生认识各种刀具的作用,掌握各种刀法的操作要领。
2. 通过实践练习,使学生掌握基本刀工技术,熟悉各种规格的原材料的成形要求。

情感目标:

1. 培养学生对专业的积极求知的兴趣。
2. 培养学生能够根据成菜要求熟练运用各种刀法并将原材料切配成形的能力。

第一节 刀工技术概述

一、刀工的目的和意义

刀工是每一个烹饪工作者必须掌握的一项基本功。各种烹饪原料,必须加工成一定的形状,才能符合烹调的要求。刀工就是根据烹调和食用的需要,使用不同的刀具与刀法,将各种烹饪原料加工成一定的形状,使之符合成菜要求的基本形状的操作过程。

刀工的目的就是对完整的原材料进行切配,使之达到菜肴组配需求的基本形态,使之便于烹调与食用。

刀工能够决定菜肴的基本外形,原材料在经过不同的刀工技术处理后,能够更加方便地进行烹调制作,同时也能够对菜肴进行不同程度的美化,还能够对菜肴进行创新,让中餐菜肴制作技术不断进步、不断更新。

二、刀工的基本要求

刀工的最终目的是为菜肴成菜服务的,因此在处理好刀工技术的时候需要做到以下几点:



1. 选用正确的刀具设备,配合不同的烹调方法,不同的菜肴成菜要求需要用到不同的刀具。
2. 操作要求,运刀注意料形规格的整齐。
3. 熟悉原材料的性质,并根据成菜要求,运用不同的刀法,将原材料切配出不同的形状。
4. 注意菜肴主辅料刀工的搭配,一般主辅料料形应该一致,坚持丁配丁、条配条、丝配丝等的搭配原则;注意主辅料的量的搭配。
5. 合理使用原料,物尽其用。
6. 注意操作卫生,严格按照《食品法》规定搭配菜肴。

第二节 刀法种类及操作方法

一、刀工工具及用途

(一)片刀

刀重约 500 克,长约 20 厘米,宽约 10 厘米,重约 250 克。刀刃较长,刀体较薄。用于加工质地脆嫩、形体较小的动植物原料,如对片、丝、丁等形状的加工。

(二)桑刀

刀重约 600~700 克,长约 15~20 厘米,宽约 10~14 厘米。刀身较重,刀刃较长,刀刃锋利,刀体较薄。用于加工质地较硬或带骨的动物性原料,如对片、丝、丁、块、条等形状的加工。

(三)砍刀

刀约重 1 千克,刀身较重,刀刃较厚钝。用于加工带骨或质地坚硬的原料,如剁、砍等刀法。

(四)专用刀具

此类刀具用途不广,但功能专一,针对某种或者某一原料的特殊加工,如削皮刀、刮刀、烤肉切刀、牛角尖刀等。

二、磨刀及刀具保养

(一)磨刀及刀具保养

1. 磨刀工具

磨刀石是磨刀的工具,磨刀石有粗磨刀石、细磨刀石和油磨刀石之分。粗磨刀石主要是指黄沙石,质地较粗,常用来开刃或磨有缺口的刀,或磨刀面。细磨刀石主要由青沙石制成,质地较细,磨出的刀刃锋利不伤刀口,一般磨刀是先用粗磨刀石磨,然后用细磨刀石结合磨刀。油磨



刀石是人工合成的,采用金刚砂人工制成,成本较高,粗细皆有,一般用于磨硬度较高的刀具。

2. 刀具的保养

刀具使用完成后,需要进行合适的保养,如擦干表面的污物,防止刀具生锈;不经常用的刀在刀身两面涂一层植物油,防止生锈。

(二)砧板的种类、使用及保养

1. 砧板的种类

砧板又称菜墩,是对原料进行刀工操作时的衬垫工具。砧板按材料可分为:木制砧板和塑料砧板。行业中多用木制砧板。木制砧板的材料有:橄榄木、银杏木、楠木、柳木、榆木、椴木、杨木、栗木、皂角树、铁木等。

2. 砧板的保养

新砧板要加工定形,修整边缘,再用盐水浸泡、蒸煮,使木质紧缩、组织细密,树皮损坏时要用金属加固,防止干裂。日常使用时要旋转使用,防止因固定使用某一处而出现凹凸不平;若出现,应及时修整或者刨平后再使用。砧板长期不用时,应清洗干净,竖立放稳;也可用洁布盖住,放在通风处晾干,防止发霉、变质。

(三)刀工操作要求

1. 操作者要有健康的体格,有较好的臂力、体力、耐力和腕力。

2. 集中注意力,注意多方面的身体配合,熟练掌握各种刀法。

3. 操作时,两脚分开呈八字,自然站稳,腹部与砧板保持一个拳头的距离,挺胸收腹,自然放松,注意保持良好的姿势,以免造成职业病。

4. 运刀和握刀。一般是右手握刀,手心紧贴刀柄,拇指与食指捏住刀箍处,运用手腕灵活运刀。切记不能采用不正确的运刀方法,如一直用手臂运刀,会让人感到疲劳,长期甚至会酸软,这是初学者大多采用的运刀方法,正确运刀方法是运用手腕的前后或者上下灵活运刀。

5. 按料手法。一般是左手按料,自己掌握进刀的厚薄度,中指突出,利用第一关节处顶住刀面,然后按住原料,微往里缩,以免手指被刀伤到,然后随刀移动。

三、刀法种类

刀法就是根据成菜要求,将原材料切成不同形状的运刀方法。刀法根据原料性质、形状以及烹调成菜要求和刀与砧板接触所组成的角度来划分,可以分为直刀法、平刀法、斜刀法以及混合刀法。

直刀法分为:直切、推切、拉切、铡切、锯切、滚刀切、翻刀切、直刀砍、跟刀砍、拍刀砍、剝(排刀)刀根排、刀背排等。

平刀法分为:平刀片、推刀片、拉刀片、锯片、波浪片、旋料片。

斜刀法分为:正斜刀片、反斜刀片。

刀工技术实训一 直刀法训练

实训(一):直切

1. 实训目的:培养学生正确的刀工操作姿势和握刀方法,以及正确使用直切刀法。



2. 实训方法:观察、实训。

3. 加工对象:质地脆嫩的植物原料,如蔬菜、水果等。

4. 实训准备:

(1)原料:白萝卜(可选用面团、土豆进行练习)。

(2)设备:操作台、切刀、砧板、生料盘、毛巾。

5. 操作方法:

(1)操作姿势:双脚自然分开呈八字形或者丁字形,腹部与砧板保持一个拳头的距离(大约10厘米),挺胸收腹。

(2)握刀方法:一般是右手握刀,手心紧贴刀柄,拇指与食指捏住刀箍处,运用手腕灵活运刀。

(3)按料手法:一般是左手按料,自己掌握进刀的厚薄度,中指突出,利用第一关节处顶住刀面,然后按住原料,微往里缩,以免手指被刀伤到,然后随刀移动。

(4)直切法实训:将白萝卜放在砧板上,右手握刀,左手按住白萝卜,中指第一关节顶住刀面,右手运刀垂直向下,切成规则的薄片。连续或者快速地切断原料的称为跳切。

6. 操作关键:

(1)左右手要密切地配合,原料不能随意晃动,右手下刀要平稳,以防伤到手指。

(2)刀刀切断,做到原料不黏连。练习熟悉后,使用面团多加练习。



直刀切(1)



直刀切(2)



直刀切(3)

7. 评价标准:

站立姿势 (10分)	握刀方法 (10分)	运刀方法 (20分)	按料方法 (10分)	移料方法 (10分)	断料程度 (10分)	成品规则度 (30分)

实训(二):推切

1. 实训目的:培养学生正确的刀工操作姿势和握刀方法,以及正确使用推切刀法。

2. 实训方法:观察、实训。

3. 加工对象:质地脆嫩及薄嫩的原料,如猪肝、豆腐干等。

4. 实训准备:

(1)原料:猪肝(运用白萝卜进行练习)。

(2)设备:操作台、切刀、砧板、生料盘、毛巾。

5. 操作方法:

(1)操作姿势:双脚自然分开呈八字形或者丁字形,腹部与砧板保持一个拳头的距离(大约10厘米),挺胸收腹。



推切