

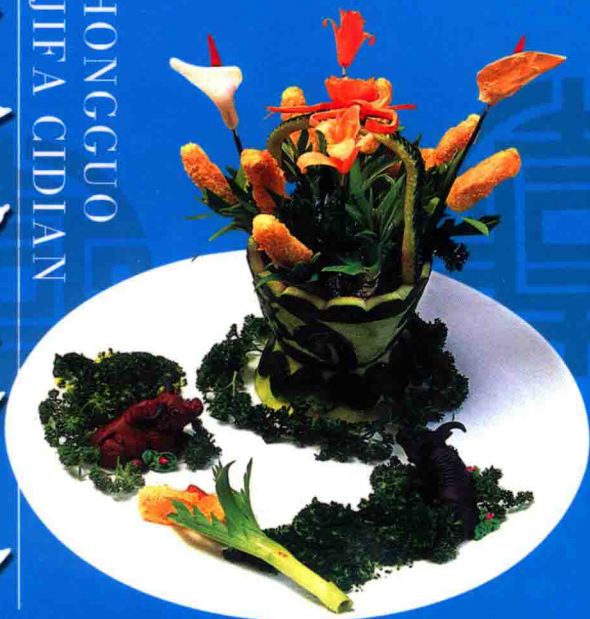
李朝霞 主编

中国



ZHONGGUO
PENGREN JIFA CIDIAN

烹饪技法辞典



山西出版传媒集团

山西科学技术出版社

李朝霞
主编

中国



烹饪技法辞典

ZHONGGUO
PENGREN JIFA CIDIAN



山西出版传媒集团

山西科学技术出版社

















《中国烹饪技法辞典》编写人员名单

主 编： 李朝霞

副 主 编： 谢占杰 李 阳

编写人员： （以姓氏笔画为序）

丁文庆	丁圆圆	王 飞	王建平	王荣香
王庆明	王守文	王先亮	王琼瑶	石静荣
石 磊	刘宗梅	刘宗花	刘英梅	闫吉荣
闫风云	李怡文	李怡斌	李 伟	李 阳
李廷荃	李朝霞	李泽鸿	李泽辰	张建旺
张 玉	张亚丽	张文姣	武文惠	武文益
孟丽芳	药 军	药红霞	聂 振	袁 青
蒋 子	谢占杰	谢占魁	谢学仁	谢 欣
董永丽	董池卿			

前 言

饭后，突发遐想：原来我们每天用筷子夹起来的饭菜，不仅仅是吃到嘴边的食物，夹起来的食物还联系到人类文化的起源，社会历史的起点，文明进程的起步……

众所周知，文化是人类认识和改造世界的反映，是历史演变的积累，是社会文明进步的综合体现。由此，我们想到了烹调，想到了我们编纂的《中国烹饪技法辞典》。

当初原始人类“茹毛饮血”的时候，烹调尚未出现。后来人类发现了火种，懂得了熟食，逐步学会了火烤、石灸、泥烹等烹调技术。再往后，随着烹调技术的日渐成熟、多样化，人类的饮食习惯不断发生着改变，生活也渐渐向上，社会也随之前进，人类的文明程度和幸福指数也犹如山花开放，越来越灿烂，越来越美好！

烹饪技术，可以说就是做饭、做菜的技术。烹调方法就是烹炒和调制味道。目前仍以手工工艺技术为主，虽然如此，但他却包含有广泛的技术、艺术和科学内涵，他是一门很深的学问，也包括灿烂的文化。我国已故著名烹调学者聂凤乔教授曾讲过：“中华烹调历史十分悠久，文化积淀也就十分深厚广博，为举世之所称道。”他还特别指出，“由烹调生产到饮食消费，连同其中间的餐饮部分（流通过程），共同构成为中国烹饪文化。烹调、饮食和餐饮都是文化，但是生产决定消费，孰重孰轻，不言自明。何况烹饪文化的创制者是烹调，不做，哪来的吃？”

我们编写《中国烹饪技法辞典》，正是本着这样的宗旨。全书从对中国烹饪技术的学习、继承、挖掘、整理、推广等五个方面着手，对我国丰富悠久的烹饪技术进行了系统规范，较为全面地向广大烹饪工作者、烹调爱好者介绍了烹饪技术、方法和知识，并以此向中国烹饪科学与艺

术境界的更高层次掘进，为弘扬祖国的烹饪文化作出一点应有的贡献。

参与编写辞典的人员，专家并不多，有的还是烹饪工作的门外汉，所以学习便成了我们头等重要的事情。我们需要一面学习，一面写作。要继承祖国历代烹调技术，继承优秀传统方法和实用经验，既挖掘古人留下的宝贵遗产，又要总结整理近代和当代烹饪工作者的实践经验和创新技术，把那些分散的、零碎的烹调技术和方法，进行初步的归纳，并按照辞书规范要求，整理成词目，作出注释，较为系统、规范地向广大读者展现中国烹饪方方面面的技术和方法。

按照烹调操作的顺序和烹调习惯，本辞典分为：刀具、刀技、刀法；食材初加工技法；菜肴烹调技法；中西式面点制作技法；菜肴点心搭配技法；地方特色名菜点制作技法；调味及调味配制技法；古代面点菜肴制作技法；民族风味菜点技法；杂粮花样配制技法；鲜美汤羹配制技法；酱蘸汁调制新技法及附录共十三部分，近 2500 条词目。

《中国烹饪技法辞典》同已经出版的《中国烹饪辞典》、《中国名菜辞典》、《中国面点辞典》、《中国食材辞典》一样，是一本专供烹饪工作者使用的烹饪工具书，几部书编排体例大体一致。每部辞书分大类、小类、词目三级，每类词目按首字笔画，由少到多顺序排序，以方便读者查找词目和内容。

中国烹饪技术源远流长，内容丰富，博大精深。本辞书编写者虽然竭尽全力，但也仅是收集了中国烹饪技法的一部分而已，可以说内容有挂一漏万之嫌，每个词目大多是资料整理，有的技法距实际操作可能还有一定距离，有的还可能有错误，以此可知本辞典的不足和失误之处。欢迎读者在实践中学习操作，在操作中弥补本辞典的不足。对本辞典文字上的疏漏，一并欢迎读者批评指正。

编者

凡 例

一、《中国烹饪技法辞典》是一部向广大烹饪工作者、烹调爱好者介绍烹饪技术、方法和知识的综合性辞书。按照烹调操作的一般顺序和烹调习惯，辞书内容分为：刀具、刀技、刀法；食材初加工技法；菜肴烹调技法；中西式面点制作技法；菜肴点心搭配技法；地方特色名菜点制作技法；调味及调味配制技法；古代面点菜肴制作技法；民族风味菜点技法；杂粮花样配制技法；鲜美汤羹配制技法；酱蘸汁调制新技术及附录，共十三个部分，近2500条词目。读者可参照本辞书的分类，查阅有关词目内容。

二、本辞书的每条词目较简明扼要地介绍有关烹调技术和方法，读者可从中了解这项技术的操作顺序、方法和要领。为便于实习，有的词目下还附以“实例”1、2等，详细地介绍了一些菜点的食材数量和制作方法，读者可如法炮制。

三、本辞书按内容分为大类，有的大类又分成几个小类，类下设词目。每条词目按首字笔画，由少到多顺序排列。读者可依据所查找内容的类别、词目首字笔画的多少，阅读其相关内容。

四、词目中的数量词，以公制单位表示，质量单位有千克、克、毫克；长度单位有米、厘米、毫米等，涉及古代面点菜肴的少数词目，仍沿用传统的计量方法，并附对照说明。

五、本辞书中有几个大类词目中的（法）是编者加上的，其意在强调该词目的实用方法与技法。

六、附录中摘录了国家食品卫生、安全和食品添加剂的有关规定与知识，供读者参考。

词 目 表

凡例	1
前言	1

一、刀具、刀技、刀法

刀工的意义	3	平口刀	13
刀工的要求	3	对刀花形刀法	14
刀工的作用	4	龙凤呈祥雕刻	14
刀工技术	4	白菜菊花雕刻法	14
刀工技术基本要求	4	乌龟宝塔食雕	15
刀工操作五字诀	5	仙鹤双飞食雕	15
刀法	6	巧用刀切食物	15
刀工操作姿势	6	片的成型法	15
刀具	6	丝的成型法	16
刀的保养	7	多十字花刀法	16
刀捶法	7	尖口刀	16
刀工系统方法	7	红辣椒的切法	16
刀工形状施火法	9	吉祥蝙蝠刻法	16
十字花形刀法	9	瓜刻	17
丁的成型法	9	块的成型法	18
三套鸭的刀工处理法	9	条的成型法	18
双皮刀鱼的刀工处理法	10	麦穗鱿鱼刀法	18
切法应用	10	钉字花型刀法	18
凤尾形刀法	11	鸡冠花型刀法	18
五福捧寿刻法	11	麦穗形刀法	19
五福和合刻法	11	韧刮油爆墨鱼筒	19
平刀五法	11	寿字三种刻法	19
平刀推批和拉批法	13	豆腐食雕法	19
平刮菊花法	13	花刀刀法	19

刮刀法	20	食雕浮雕法	30
刻刀刀法	20	食雕艺术三要素	31
刻花	20	食品阳雕	32
直剖菊花法	20	食雕浮雕三种表现法	32
直切刀法	20	食品冰雕雕刻技术	33
拉刀切法	21	食品雕刻法	33
斩切刀法	21	食剪	36
剃刀法	21	食剪法	36
鱼鳃形刀法	21	食材花形法	37
卷筒花形刀法	22	玲珑玉瓶食雕	37
松软剖花酿鳊鱼	22	活剖生爆鳝卷	37
松软剖爆腰花	22	姜与蒜的切法	38
软剖糖头蓑衣干	22	剖刀法	38
砍刀切法	22	剔刀法	38
油爆肚花刀法	23	剖刀法	38
削刻刀法	23	剃刀法	38
削刀法	23	砧墩	38
刷刀法	23	案板	39
茸泥剁法	23	脆剖香脆萝卜	39
荔枝肫肝法	23	脆剖爆肚尖	39
荔枝形刀法	23	高浮雕与浅浮雕	39
柳叶花刀法	23	核桃腰子刀法	39
眉毛花形刀法	23	透珑鸡肫刀法	39
食雕的灵感	23	绿水楼阁食雕	39
食品雕刻减法成型法	24	菊花花刀法	40
食品雕刻加法成型法	25	粒的成型法	40
食品雕刻花样成型法	25	铡刀切法	40
食品雕刻组合成型法	26	斜剖菊花法	40
食雕整雕法	26	菊花形刀法	40
食品整雕操作步骤	26	排刀法	40
食品整雕多面雕法	27	旋刀法	40
食品雕刻三个基本功	27	梳子形肝刀法	41
食雕作品动与静	27	菊花通脊刀法	41
食雕技术顺序	28	推切刀法	41
食雕刀法顺序	29	斜切刀法	41
食雕先难后易的技法	29	球珠刀法	41
食雕技法中个性与共性	29	黄油雕雕刻技术	42

淮扬菜刀工法	42	福在眼前刻法	46
常式刀工五字法	43	福寿如意刻法	46
插刀	44	福分无疆刻法	46
葡萄鱼刀法	44	福寿绵长刻法	46
葱的切法	44	模型刀	46
滚刀切法	45	镊子	46
蓑衣花形刀法	45	整鱼刀工处理技法	46
锯切刀法	45	磨刀石	47
锲刀法	45	磨刀的方法	47
福寿双全刻法	46	糖雕制法	47
福、禄、寿刻法	46	戳刀法	48
福海寿山刻法	46	翻刀切法	48

二、食材初加工技法

干货食材涨发	51	鸡、鸭剖腹技法	64
山珍涨发	51	鸡、鸭内脏加工法	65
干鱿鱼的涨制法	52	鱼类初加工法	65
干墨鱼涨发法	52	鱼杂加工方法	66
火锅主料牛杂加工技法	53	鱼肴除腥味法	67
火锅主料猪杂加工技法	54	鱼类初加工技法	67
牛部位取料技法	54	鱼骨涨发法	67
牛筋涨发法	55	鱼翅涨发技法	68
凤爪脱骨六步法	55	鱼翅煲煨发制技法	68
凤爪脱骨新技法	56	油发猪蹄筋法	69
六种食材巧去皮法	57	油发干货三步法	69
水产干制品涨发法	58	明骨涨发技法	71
牛肉下水加工法	59	食材初步加工原则	72
龙虾加工方法	60	食材初步加工法	72
羊部位取料技法	60	虾蟹加工法	73
羊肉粗加工法	61	带子初加工技法	73
羊肉祛膻四法	61	狮子头的加工处理法	73
鸡、鸭宰杀法	62	活蛇宰杀法	74
鸡、鸭剔骨法	62	家禽部位取料技法	74
鸡、鸭开膛法	63	家畜内脏食材加工法	74
鸡、鸭褪毛技法	64	家畜分档取料技法	75