

时尚新厨房

经典新川菜

热菜全图解

双福 朱太治 等编著

在浪漫的乡愁里，

美食承载我们的理想国……

超详细
10步图解

我们追捧舌尖上的美食，

是渴求美味还是思乡心切？

我们喜欢中国好味道，

是味蕾刺激还是不甘平庸？



全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

时尚新厨房

经典新川菜

热菜

全图解

双福 朱太治 等编著



化学工业出版社

· 北京 ·

川菜是我国八大菜系之一，其取材广泛，百菜百味，以善用麻辣著称，是大众最青睐的美味。

本书精心挑选了145道创新的川味热菜，按照畜肉、禽肉、河海鲜、蔬果、蛋与豆制品等食材进行分类，结构清晰，方便大众根据需要查找。

每道菜配有精美大图，以及原料、做法、妙招等文字、图片，超详细的步骤图片、通俗易懂的制作文字、一看就会的妙招，将川菜的制作技巧呈现在你面前。

本书不仅详尽介绍了川菜特点、川菜刀工、味型等知识，还对每道川菜热菜的制作时间、味型、制作难度做出标注，方便读者找到自己喜欢的川菜，是一本家庭必备的川菜热菜指导书。

图书在版编目（CIP）数据

经典新川菜·热菜全图解 / 双福，朱太治等编著. — 北京：
化学工业出版社，2013.1

（时尚新厨房）

ISBN 978-7-122-15643-3

I. ①经… II. ①双… ②朱… III. ①川菜—菜谱—图解
IV. ①TS972.182.71-64

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第248082号



责任编辑：李娜 马冰初

全案统筹：

摄影：

装帧设计：

双福 | SF 文化·出品
www.shuangfu.cn

责任校对：王素芹

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码 100011）

印 装：北京瑞禾彩色印刷有限公司

710mm × 1000mm 1/16 印张15 字数300千字

2013年2月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686）

售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：29.80元

版权所有 违者必究

目录

CONTENTS

Part 1

川香热菜基础

川菜的历史	2
川菜的特点	3
川菜中的常用调料	6
川菜的二十四种味型	9
色形俱美的川菜刀工	15
认识和掌握火候	17



Part 2

川香热菜一学就会

猪肉

火爆腰花	20
鱼香肉丝	22
东坡肉	24
回锅肉	25
泡椒脆肠	26
蚂蚁上树	28
姜丝肉	29
榨菜肉丝	30
干煸肥肠	31
合川肉片	32
咸烧白	34
麻辣里脊	36

青椒肉丝	37
酸辣肥肠	38
麻辣肚丝	40
辣子酱爆肉	42
水煮肉片	44
椒盐扳指	46
肉烧木耳	47
蒜薹肉丝	48
烟熏排骨	50
辣味蒸排骨	52
麻辣肉丁	53
酥肉煲南瓜	54
腊肠马蹄	56



烤猪排	57
腐竹焖肉	58
糯米排骨	59
香烤排骨	60
鱼香午餐肉	62
卵石腰片	63
鱼香腰花	64
水煮腰片	66
江津肉片	68
辣子脆肠	69
夹沙肉	70
盐煎肉	72
糖醋里脊	73
板栗红烧肉	74
酸辣蹄筋	76
毛血旺	78

牛羊肉

干煸牛肉丝	80
飘香嫩牛柳	81
酸菜牛腩	82
水煮牛肉	84
香辣毛肚	86
桂花羊肉	88
土豆烧牛腩	90
香辣羊肉	92
青椒炒牛肚	94

鸡肉

板栗烧鸡	95
宫保鸡丁	96
川椒辣子鸡	98
香辣鸡心花	100
七星芝麻鸡	101
糊辣鸡块	102
太白鸡	104
芋儿鸡	106

姜汁热窝鸡	107
创新麻婆鸡	108
翡翠鸡球	110
豆苗炒鸡片	111
家常鸡块	112
口蘑蒸鸡	113
锅仔怪香鸡	114
麦粒炒鸡脆	116
蚝油鸡胗	118

鸭肉

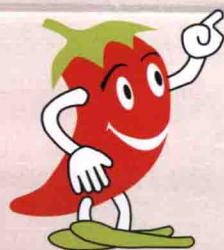
啤酒鸭	119
魔芋鸭肠	120
核桃仁炒鸭丁	121
翡翠鲜菇鸭掌	122
宫保鸭掌	124

乳鸽

烧乳鸽	126
蒸鸽子	128

河海鲜

水煮鱼	130
血旺鱼花	132
酸菜鱼	134
剁椒鱼头	136
冬菜臊子鱼	138
蒜瓣焖鳊段	140
木樨鱼条	141
家常泡菜鱼	142



四川糖醋鱼	144
沸腾鱼片	145
香烤鱼	146
清蒸过江鱼	147
干烧黄花鱼	148
葱酥鲫鱼	150
藿香鱼头	152
麻辣鱼	154
邮亭鲫鱼	156
豆花鱼	158
啤酒鱼	160
鲜椒鲈鱼	161
豆瓣鲫鱼	162
豉汁蟠龙鳗	164
飘香鱼	166
银丝顺风虾	168
芝麻鱼	169
香水鱼	170
干烧大虾	172
宫爆虾腰	174
薯干风味虾	176
干煸鱿鱼丝	177
泡椒乌鱼仔	178
辣子田螺	180
鱼香鲜贝	182
香辣虾	183

蔬菜、菌菇类

酸辣白菜	184
辣烧土豆条	186
开水白菜	187
栗子白菜	188
辣烧茄子	190
麻辣土豆丝	192
炆椒青笋尖	193
松仁香菇	194
鱼香黄瓜丁	196
盐煎青椒	197

干辣茶树菇	198
番茄炒山药	199
鲍汁芦荟	200
豆豉椒圈	201
蘑菇冬瓜丸	202
辣炒卷心菜	204
干煸辣椒苦瓜	205
鱼香茄子	206
干煸四季豆	208
家常笋	210

蛋&豆制品

妙手炒蛤蛋	212
鱼香荷包蛋	214
尖椒豆腐皮	215
海鲜日本豆腐	216
香椿烘蛋	217
家常豆腐	218
鱼香豆腐	220
油炸麻辣豆	221
荷包豆腐	222
三鲜豆腐	224
碎米豆腐	226
五香豌豆	227
金钱豆腐	228
椒盐蛋卷	230
纸包豆腐	232
肉末蒸蛋	233
干煸黄豆芽	234





Part 1

川香热菜基础

川菜是指以四川地区（包括重庆市在内）为地域，以麻、辣、鲜、香为主要风味的地方菜系，并且享有“食在中国，味在四川”的美名。无论是以往传统的“川粤鲁淮扬”四大菜系，还是当前通俗的“川粤鲁苏湘浙徽闽”八大菜系分类，川菜都以“一菜一格，百菜百味”的特点当之无愧地扮演着极其重要的角色。



川菜的历史

川菜是指以四川地区（包括重庆市在内）为地域，以麻、辣、鲜、香为主要风味的地方菜系，并且享有“食在中国，味在四川”的美名。无论是以往传统的“川粤鲁淮扬”四大菜系，还是当前通俗的“川粤鲁苏湘浙徽闽”八大菜系分类，川菜都以“一菜一格，百菜百味”的特点当之无愧地扮演着极其重要的角色。



川菜发源于我国古代的巴国和蜀国。它的发展经历了从“春秋至两晋的雏形期”“隋唐到五代的较大发展”“两宋出川传至各地”，至“清末民国初年形成菜系”四个阶段。其后，从辛亥革命到抗战，中国烹饪各派交融，给川菜带来深刻影响，使之更加丰富。新中国成立后，厨师地位提高，川菜人才辈出，得到进一步发展，逐渐流行在大江南北。探索川菜形成与发展的历史，有三点是至关重要的。

得天独厚的自然条件

四川自古以来就有“天府之国”的美称。境内江河纵横，四季常青，烹饪原料繁多。既有山区的山珍野味，又有江河的鱼虾蟹鳖；既有肥嫩味美的各类禽畜，又有四季不断的各种新鲜蔬菜和笋菌；还有品种繁多、质地优良的酿造调味品和种植调味品，如自贡井盐、内江白糖、阆中保宁醋、德阳酱油、郫县豆瓣、茂汶花椒、永川豆豉、涪陵榨菜、叙府芽菜、南充冬菜、新繁泡菜、成都辣椒等，都为各式川菜其变化无穷的烹饪，提供了良好的物质基础。



四川所产的与烹饪、筵宴有关的许多酒和茶，其品种质量之优异，也是闻名中外的，如宜宾的五粮液、泸州的老窖特曲、绵

竹的剑南春、成都的全兴大曲、古蔺的郎酒，以及重庆的沱茶等，它们对川菜的发展也有一定的促进作用。

受当地风俗习惯的影响

据史学家考证，古代巴蜀人早就有“尚滋味”“好辛香”的饮食习俗。贵族豪门嫁娶良辰、待客会友，无不大摆“厨膳”“野宴”“猎宴”“船宴”“游宴”等名目繁多、肴撰绮错的筵宴。到了清代，民间婚丧寿庆，也普遍筹办“家宴”“田席”“上马宴”“下马宴”等。讲究饮食的传统和川菜烹饪的发展与普及，造就了一大批精于烹饪的专门人才，使川菜烹饪技艺世代相传，长盛不衰。



受当地风俗习惯的影响

川菜的发展，不仅依靠其丰富的自然条件和传统习俗，而且还得益于广泛吸收外来经验。它无论对宫廷、官府、民族、民间菜肴，还是对教派寺庙的菜肴，都一概吸收消化，取其精华，充实自己。秦灭巴蜀，“辄徙”入川的显贵富豪，带进了中原的饮食习俗。其后历朝治蜀的外地人，也都把他们的饮食习尚与名撰佳肴带入四川。

特别是在清朝，外籍入川的人更多，以湖广为首，陕西、河南、山东、云南、贵州、安徽、江苏、浙江等省，也都有入籍的。这些自外地入川的人，既带进了他们原有的饮食习惯，同时又逐渐被四川的传统饮食习俗所同化。在这种情况下，川菜加速吸收各地之长，实行“南菜川味”“北菜川烹”，继承发扬传统，不断改进提高，形成风味独特、具有广泛群众基础的四川菜系。



川菜的特点

川菜的主要特点是味型多样，变化神奇。清、鲜、醇、浓并重，尤以清鲜见长，广集民间风味而重麻辣。其烹制多种多样，煎、炒、烧、煸、炖、煨等法有数十种之多。其选料范围广泛而多禽蛋鲜蔬。川菜善于用味而又突出主味，收汁浓味，保持原味，辅以佐味。根据不同的原料采用不同的加工方法，尽力使色、香、味、形俱佳。



富有鲜味，麻辣见长

人们普遍认为：“北味偏淡，南味偏甜、川味偏辣、粤味偏腥。”其实在整个川菜中麻辣味作为川菜味型的一种在川菜味形中毕竟只占30%左右，不带麻辣味的仍然占了大多数。并不是一些外地人所认为的川菜的特点就只是麻辣烫，其实这是片面的看法。

如筵席中久负盛名的干烧鱼翅、开水白菜，素雅宜人的竹荪鸽蛋，芬芳鲜嫩的盐水冬笋，金黄瑰丽的一品烧方，五彩缤



纷的五福鱼丸；又如普通的甜烧白、白油肝片、红烧肉、虾仁冬瓜等；以及小吃中玲珑小巧的龙眼包子，甜糯可口的珍珠圆子，鲜美的清汤抄手，还有许多色、香、味俱全的菜肴和小吃都与麻辣沾不上边。

川菜的厨师于是根据大众的口味需求，将麻辣味用在小吃、大众食品和筵席菜品上。如小吃中的河水豆花、川北凉粉、凉面、脆臊面、灯影牛肉；大众食品中的水煮肉片、水煮鳝鱼、麻辣肉丝；筵席中



的宫保腰块、干烧岩鲤、麻婆豆腐等都以偏向麻辣为其特点。

不过川菜中的麻辣菜虽然遮盖味倾向明显，但不是干辣、干麻，这些菜在麻辣之中提升了鲜味。川菜麻辣的分寸都需掌握相当的尺度，不以麻辣味压倒菜品的鲜味，而兼有麻、辣、咸、烫、嫩、鲜诸味。川菜其实非常强调五味调和。而川厨则善用辣，巧用麻。

味道多种多样，善于变化

根据初步的统计，川菜的味型总的分为基本味和复合味两大类。基本味有七种，咸味、甜味、酸味、辣味、香味、鲜味、苦味。复合味有二十三种，即家常味、鱼香味、荔枝味、酸辣味、麻辣味、糖醋味、芥末味、咸鲜味、陈皮味、五香味、怪味、姜汁味、烟香味、香糟味、椒麻味、蒜泥味、糊辣味、红油味、椒盐味、麻酱味、酱香味、甜香味、咸甜味。

川菜在烹制过程中，很注意讲究味的变化，其关键是在综合用味的基础上突出主味。就是说清鲜醇浓并重，将几种不同的味综合使用于一个菜品，将这几种味进行巧妙调和，主次分明，如怪味鸡丝、鱼香肉丝、豆瓣鱼、宫保鸡丁等，其风味特色就很明显。

高明的厨师常常是烹制一个川菜，将酸、甜、咸、麻、辣等调味品均放其间，然后掌握数量的多少，于是调配出许多种味道来。有经验的老厨师就认为：“五味调和百味出。”这句话既点明了川味的精髓所在，

又浅显易懂地道出了调味科学的真谛。

川菜非常讲究烹制过程的“入味”“收汁”“亮油”。如干烧鱼翅、红烧牛肉、板栗烧鸡、坛子肉、东坡肘



子等，味道均浓而不腻，恰到好处，既不清肠乏味，也不油腻闷人，达到了浓味收汁，“吃红不见红”，“吃油不见油”的高超的烹饪水平。

取材广泛，因时而异

高水平的烹调离不开精心的广泛取材。注意蔬菜的时令季节，不失时机地推出可口的时令蔬菜，是川菜的特点之一。川菜要根据时令蔬菜的老嫩程度和颜色的深浅不同，采用不同的品种和部位来烹制菜肴。如“鸡蒙菜菜”选用的冬寒菜、“金钩菜心”所选用的白菜心、“苔菜海参”所选用的苔菜等都是很有考究的，总之对正当时令的原料都要求具有醇香的鲜味，不能敷衍了事。



为了不失肉类原料的本味，对肉类原料的处理也是有严格的讲究，如去皮、抽筋、出骨、涨发、上浆等都必须按照通行的方法进行，才能使菜品色佳味美，不能失去材料的本味。

又如炖鸡要选用老母鸡，白斩鸡需选用童子鸡；江团宜作清蒸鱼，岩鲤宜干烧，鲤鱼宜作脆皮鱼，鲫鱼宜作葱烧鱼或豆瓣鱼等。灯影牛肉需选用牛的后腿，而炖或烧牛肉就需有牛筋并带牛油的保肋牛肉等。



制作精细，配料考究相宜

川菜的刀工细致，可称为一绝，既讲究规格式样，又尽力适应烹调的需要。不管是块、段，还是丝、片、条，都要求粗细、厚薄、长短、大小基本均匀，形色协调，相辅相成。如蒜泥白肉，虽然这是极普通的一道菜，但要求起来却也不一般。此菜不仅白肉要薄薄均匀，形如刨花，而且要皮带肉，肥连瘦，不脱不断，成张成片，这样才能入味爽口。

经过刀工艺术处理的凤尾腰花、荔枝肚头、宫保肉花在烹制过程中，由于主料接触油后体积迅速增大，于是迅速起锅，才能形色俱佳，极有吸引力。又如雪里红鸡淖，鸡淖如一团白雪，番茄丁粉红，似含苞欲放的花朵，二者合一，咸鲜得宜，清香满桌。

川菜的荤素冷盘非常讲究色、香、味、形。川菜的冷碟有“迎客菜”之美称，有“筵席好不好，选看碟子巧不巧”的说法。冷碟考刀工，考配伍、考色调、考味道，是席桌的开场白。如果冷碟不考究，势必影响到食客的情趣。不少的冷碟还采用蔬菜或瓜果雕刻成各种花卉、雀鸟、走兽，增强席桌的色调和情趣，使菜品更有艺术性。



烹制方法繁多，极讲究火候

川菜是用多种烹制法进行制作。有炒、爆、熘、煎、炸、烘、炮、氽、烫、冲、炖、煮、烧、煨、烩、焖、煨、蒸、烤、卤、拌、泡、渍、糟、醉、冻、腌、糝、蒙、贴、瓢等多种烹制方法。当然这些烹制方法始终是依据材料的不同而采用。

在一般情况下，川菜以小煎、小炒、干煸、干烧为多。小炒不过油、不换锅、芡汁现兑，急火短炒，散籽亮油，一锅而成。干煸是中火热油，将所用主料入锅翻炒不断，使其迅速脱水成熟，然后加调料，用此法烹制的菜肴浓香无比。干烧是用中火慢烧，使浓厚的汤汁慢慢透进主料内，自然收汁。

人们称川菜中的回锅肉为“过门香”，鱼香肉片为“满门香”，响铃海参为“满桌香”，这些香气扑鼻的菜都是川菜厨师精心调配味道，准确掌握火候而烹制而成的。其他烹制法制作出来的菜肴也很成功，在此就不一一赘述。





川菜中的常用调料

以味取胜的正宗川味凉菜，与其所用的调味品有着密切的关系。如制作香辣凤爪，如果不用四川的泡椒，就很难领略到它的“正宗”味道。因此，要烹制正宗的川味凉菜，以下几种调味品绝对不可少。



葱

葱有大葱、小葱之分。生吃多用小葱，因其香气浓郁，辛辣味较轻。小葱一般切成葱花，用于调制各种口味的凉菜，如怪味、咸鲜味、麻辣味、椒辣味等味型。大葱主要用葱白做菜的辅料和调料，可切成开花葱，做川味凉菜使用。



大蒜

大蒜含有大量的蒜素，具有独特的气味和辛辣味，有去腥、解腻、增香的作用，是川味凉菜烹饪中不可缺少的调味品，以成都温江的独头蒜为佳。大蒜可制成泥状、汁状，可用于蒜泥白肉等。



姜



四川的姜品质优异，根块肥大，芳香和辛辣味较浓。川味菜肴一般使用的是子姜、生姜和干姜三种。子姜为时令鲜蔬，季

节性强，可做辅料或者腌渍成泡姜。生姜在川菜中，则是把它们加工成丝、片、末、汁来使用，拌川味凉菜时不可缺少。与子姜、干姜相比，生姜的运用范围是最广泛的。干姜在川菜中还可以用于制汤。

川盐

川盐在烹调上能定味、提鲜、解腻、去腥，是川味凉菜烹调的必需品之一。盐有海盐、池盐、岩盐、井盐之分。川菜烹饪常用的盐是井盐，其氯化钠含量高达99%，味纯正，无苦涩味，色白，结晶体小，疏松不结块。以四川自贡所生产的井盐为盐中最理想的调味品。



芝麻



芝麻是用于制作芝麻油（亦称香油）和芝麻酱的主要原料。在川菜中，多用黑芝麻。芝麻酱与其他调味品组合，能调制出风味独特的麻酱汁型。芝麻油在川味凉菜中，主要起到增香的作用。

辣椒

川菜辣椒包括有干辣椒、辣椒粉和红油泡辣椒等。先说干辣椒，它是用新鲜辣椒晾晒而成的。



外表呈鲜红色或红棕色，

有光泽，内有籽。干辣椒气味特殊，辛辣如灼。川菜调味使用干辣椒的原则是辣而不死，辣而不燥。成都及其附近所产的二金条辣椒和威远的七星椒，皆属于此类品种，为辣椒中的上品。干辣椒可切节使用和磨粉使用。切节使用主要用于煸辣味型。辣椒粉常用的办法有两种，一是直接入菜，起到增色的作用；二是制成红油辣椒，做红油、麻辣等味型的调味品，广泛用于川味凉菜，如红油笋片、口水鸡等菜肴。除干辣椒外，还有一种在川菜调味中起重要作用的泡辣椒。它是用新鲜的红辣椒泡制而成的。由于在泡制的过程中产生了乳酸，就会使菜肴具有独特的香气和味道，是川味凉菜的重要调味品。

花椒



四川所产的花椒颗粒最大，色红油润，味麻籽少，清香浓郁，为花椒中的上品。茂汶花椒普遍质量不错，汉源花椒则为

花椒中的上上品。作为调味品，川厨主要是用它的麻味和香气。麻味是花椒所含的挥发油产生的。川菜常用的麻辣、椒麻、烟香、五香、怪味、陈皮味型都有花椒的作用。花椒在调制川味时运用得十分广泛，既可整粒

使用，也可磨成粉状，还可炼制成花椒油。花椒油则多用于冷菜。作为创新川菜的火锅，大量使用青花椒，也是川菜的创新。

糖



白糖、冰糖、红糖、饴糖、蜂糖等可用做川菜烹饪，但以白糖、冰糖用得最多。川菜所用的白糖，不是用甜菜制作的，

而是用甘蔗的茎汁，经精制而成的乳白色结晶体。在烹调上有提味、增色、除腥和使菜肴滋味甜美等作用。冰糖是用白糖煎炼成的，呈不规则块形，晶莹透明，甜味纯正。糖色是将冰糖放入盛有少量菜油的锅中，煎炒为深红色后再使用，主要用于菜肴增色、和味。

豆瓣酱

主要有郫县豆瓣和金钩豆瓣两种，郫县豆瓣以鲜辣椒、上等蚕豆和面粉味原料酿制而成，以四川省郫县豆瓣厂生产的



为佳。这种豆瓣色泽红褐、油润光亮、味鲜辣、瓣粒酥脆，并有浓烈的酱香和清香味。是烹制家常、麻辣等味型的主要调味品。烹制时，一般都要剁细使用。还有一种以蘸食为主的豆瓣，以重庆酿造厂生产的金钩豆瓣酱为佳。它是以蚕豆为主，金钩、香油等为辅酿制的。这种豆瓣酱呈深棕褐色，光亮油润，味鲜回甜，咸淡适口，略带辣味，酯香浓郁。



陈皮

亦称“橘皮”。

使用成熟了的橘子皮，阴干或晒干制成。表皮呈鲜橙红色、黄棕色或棕褐色，质脆，易折断。以皮薄而大、色红、香气浓郁者为佳。在川菜中，陈皮味型就是以陈皮味主要的调味品调制的。陈皮在凉菜中运用广泛，如陈皮兔丁、陈皮牛肉、陈皮鸡等。



豆豉



以黄豆为主要原料，经选择、浸渍、蒸煮，用少量面粉拌和，并加米曲霉菌种酿制后，取出风干而成的。具有色泽黑褐，光滑油润，味鲜回甜，香气浓郁，颗粒完整，松散化渣的特点。以永川豆豉和潼州豆豉为上品。

芥末

芥末即芥子研成的末，味辛辣，并有强烈的刺激作用，多用于凉菜，如芥末嫩肚丝、芥末鸭掌、芥末白菜等。



榨菜

榨菜在烹饪中可直接做咸菜上席，也可用做菜肴的辅料和调味品，对菜肴能起提味、增鲜的作用。榨菜以四川涪陵生产的涪陵榨菜最为有名。它是选用青菜头或者菱角菜（亦称羊角菜）的嫩茎部分，用盐、辣椒、酒等腌后，榨除汁液呈微干状态而成。以其色红置脆、块头均匀、味道鲜美、咸淡适口、香气浓郁的特点，誉满全国，名扬海外。用它烹制菜肴，不仅营养丰富，而且还具有爽口开胃、增进食欲的作用。榨菜在菜肴中，能同时充当辅料和调味品。



冬菜

冬菜是四川的著名特产之一。主产于南充、资中等市。冬菜是用青菜的嫩尖部分，加上盐、香料等调味品装坛密封，经数年腌制而成。冬菜以南充生产的顺庆冬尖和资中生产的细嫩冬尖为上品，有色黑发亮、细嫩清香、味道鲜美的特点。冬菜既是烹制川菜的重要辅料，也是重要的调味品。





川菜的四十二种味型

川菜“一菜一格，百菜百味”，川菜的丰富多彩在于味型的多种多样上。

味型就是指用几种调味品调和而成的，具有各自的本质特征的风味类别。川人结合在风格多变的川菜上，与百味相融，由此便生出层出不穷的千香百味来，最基本的有二十四种，这就是川菜的四十二种味型。

川菜常用的这二十四种味型都互有差异，各具特色，并形成了川菜菜系的独特风格，更能灵活地适应不同地区的味道并相应地作出变化。



咸鲜味型

——本味鲜美，清新爽口，咸鲜清香



咸鲜清香的特点使咸鲜味型在冷、热菜式中运用得十分广泛，常以川盐、味精调制而成，因不同菜肴的风味需要，也可用酱油、白糖、香油及

姜、盐、胡椒调制。调制时，需注意掌握咸味适度，突出鲜味，并努力保持以蔬菜为烹饪原料本身具有的清新味，白糖只起增鲜作用，需控制用量，不能露出甜味来，香油亦仅仅是为增香，需控制用量，勿使过头。

煊辣味型

——香辣咸鲜，回味略甜

煊辣味型的菜肴具有香辣咸鲜，回味略甜的特点，其辣香，因是以干辣椒节在油锅里炸，使之成为煊辣壳而产生的味道，火候不到或火候过头都会影响其味。煊辣味型的



菜都用炆炒一法，取其辣椒的干香与煊辣，以大火把辣味炆入新鲜的原料中，这是将极度的枯焦与新鲜结合在一起，深得造化相克相生的炒趣。

传说中源于清末名臣丁宝桢的宫保鸡丁，即是将干辣椒和花生米炒入鸡丁里，形成了这一甜、酸、辣味混合、风格突出的川中名菜，并由此生发出许多以宫保为名的菜肴，如宫保豆腐等。

麻辣味型

——麻、辣、咸、鲜、烫兼备



辣椒之辣与川菜传统的麻味相结合，便形成了这麻辣味型，咸鲜而香的独特味型。

麻辣味型的菜肴在川菜中阵容最为强



大，从传统川菜中的水煮牛肉、麻婆豆腐，到新派川菜中的水煮鱼、麻辣田螺、麻辣小龙虾等，无不是麻辣味型的代表。麻辣味型的菜品主要由辣椒、花椒、川盐、味精、料酒等调制而成，花椒和辣椒的运用则因菜而异，好的厨师烹制麻辣味型的菜品，必要做到麻而不木、辣而不燥，辣中显鲜、辣中显味，辣有尽而味无穷。

家常味型

——咸鲜微辣，或回味略甜，或回味略有醋香

此味型以“家常”命名，乃取“居家常有”之意，其特点是咸鲜微辣，因菜式所需，或回味略甜，或回味略有醋香，在热菜中的应用最为广泛。家常味型的菜肴一般以郫县豆瓣酱、川盐、酱油调制而成，也可酌量加元红豆瓣或泡红辣椒、料酒、豆豉、甜酱及味精。



怪味味型

——咸、甜、麻、辣、酸、鲜、香并重而协调



因集众味于一体，各味平衡而又十分和谐，故以“怪”字褒其味妙。怪味味型多用于凉菜，以川盐（参见P6页）、酱油、红油、花椒面、麻酱、白糖、

醋、熟芝麻、香油、味精调制而成，也可加入姜米、蒜米、葱花，从而形成了咸、甜、麻、辣、酸、鲜、香并重而协调的特点。

调制怪味时，这么多不同的调味品混在一起，必须注意比例搭配恰当，使各种味道之间互不压抑，相得益彰。怪味凉粉就是川菜中怪味味型菜肴的杰作。

鱼香味型

——咸甜酸辣兼备，姜葱蒜香气浓郁

鱼香味型因源于四川民间独具特色的烹鱼调味方法而得名。烹制鱼香味的菜肴，要用蒜片或者蒜粒与泡辣椒、葱节、姜片在油中炒出香



味，然后加入主料炒熟，再以酱油、醋、白糖、料酒、鸡精、精盐、水豆粉调制的汁入锅收芡，便可装盘成菜。

咸甜味型

——咸甜并重，兼有鲜香

咸甜味型的特点是咸甜并重，兼有鲜香，多用于热菜，以川盐、白糖、胡椒粉、料酒调制而成。因不同菜肴的风味需要，可酌加姜、葱、花椒、冰糖、糖



色、五香粉、醪糟汁、鸡油。调制时，咸甜二味可有所侧重，或咸略重于甜，或甜略重于咸。

蒜泥味型

蒜泥味型的菜肴主要以蒜泥、红酱油、香油、味精、红油调制而成，在红油味的基础上重用蒜，有蒜在其中去生涩，添辛香，才能有口味中的起伏曲折。蒜泥入味，主要用于凉菜中。



做此类菜肴，其他调料一定不能太重，否则，压了蒜泥的香味，喧宾夺主，就是烹饪中的南辕北辙了。另外，做蒜泥凉菜，一定要现做现吃，蒜泥凉拌的菜肴，放久之后，不仅会失去鲜香，还会使蒜泥产生一种刺鼻难闻的味道，所以，蒜泥味型的菜肴都不能过夜。

五香味型

——浓香咸鲜，天然辛香



所谓“五香”，乃是以数种香料烧煮食物的传统说法，其所用香料通常有山柰、八角、丁香、小茴、甘草、砂仁、老蔻、肉桂、草

果、花椒等。根据菜肴需要酌情选用，远不止五种。

五香味型的特点是浓香咸鲜，以上述香料加盐、料酒、老姜、葱等，可腌渍食物、烹制或卤制各种冷、热菜肴，如五香牛肉等，利用天然香料的辛香味可使菜肴在咸鲜中更添几分香浓美味。

烟香味型

——烟香突出，气味芳香，鲜美可口

烟香味型主要用于熏制以肉类为原料的菜肴，以稻草、柏枝、茶味、樟叶、花生壳、糠壳、锯木屑为熏制材料，利用其不全燃烧时产生的浓

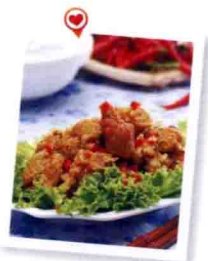


烟，使腌渍上味的原料再吸收或黏附一种特殊香味，形成咸鲜醇浓、香味独特的风味特征。烟香味型广泛用于冷、热菜式，应根据不同菜肴风味的需要，选用不同的调味料和熏制材料。

椒盐味型

——香麻而咸

椒盐味型的特点是香麻而咸，多用于热菜，以川盐、花椒调制而成。调制时盐需炒干水分，舂为极细粉状，花椒需炕香，亦舂为细末。花椒末与盐按1:4的比例配制，现制现用，不宜久放，以防止其香味挥发，影响口感。



椒麻味型

——椒麻辛香，咸鲜适口

椒麻是川菜独有的风味，以川盐、花椒、小葱叶、酱油、冷鸡汤、味精、香油调制而成，花椒的麻香和小葱的清香相得益彰，清爽中不失辛辣，多用于凉菜，尤适宜

