



■ 全国高等职业院校烹饪类专业教材

川菜制作工艺



中国劳动社会保障出版社

全国高等职业技术学院

川菜制作工艺

劳动和社会保障部教材办公室组织编写

中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

川菜制作工艺/龚兴德主编. —北京:中国劳动社会保障出版社, 2005
全国高等职业技术学院烹饪类专业教材

ISBN 7-5045-4794-8

I. 川… II. 龚… III. 烹饪-方法-四川省 IV. TS972.182.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 006922 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

出版人: 张梦欣

*

新华书店经销

北京地质印刷厂印刷 北京顺义河庄装订厂装订

787 毫米×1092 毫米 16 开本 8 印张 198 千字

2005 年 1 月第 1 版 2005 年 1 月第 1 次印刷

印数: 3200 册

定价: 18.00 元

读者服务部电话: 010-64929211

发行部电话: 010-64911190

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话: 010-64911344

前 言

为贯彻落实《国务院关于大力推进职业教育改革与发展的决定》，推进高等职业技术教育更好地适应经济结构调整、科技进步和劳动力市场的需要，推动高等职业院校实施职业资格证书制度，加快高技能人才的培养，劳动和社会保障部教材办公室在充分调研和论证的基础上，组织编写了高等职业院校系列教材。从2004年起，陆续推出数控类、电工类、模具设计与制造、电子商务、电子类、烹饪类专业教材，并将根据需要不断开发新的教材，逐步建立起覆盖高等职业院校主要专业的教材体系。

在高等职业院校系列教材的编写过程中，我们始终坚持了以下几个原则：一是坚持高技能人才的培养方向，从职业（岗位）分析入手，强调教材的实用性；二是紧密结合高职院校、技师学院、高级技校的教学实际情况，同时，坚持以国家职业资格标准为依据，力求使教材内容覆盖职业技能鉴定的各项要求；三是突出教材的时代感，力求较多地引进新知识、新技术、新工艺、新方法等方面的内容，较全面地反映行业的技术发展趋势；四是打破传统的教材编写模式，树立以学生为主体的教学理念，力求教材编写有所创新，使教材易教易学，为师生所乐用。

烹饪类专业教材主要包括《烹饪原料及初加工》《中餐烹调工艺》《西餐烹调工艺》《冷拼制作与食品雕刻》《筵席设计与菜点开发》《营养与食疗》《鲁菜制作工艺》《川菜制作工艺》《粤菜制作工艺》《淮扬菜制作工艺》《湘菜制作工艺》《潮州菜制作工艺》《宫廷菜制作工艺》《地方名小吃欣赏》等，可供高职院校、技师学院、高级技校烹饪类专业使用。

在上述教材编写过程中，我们得到有关省市劳动和社会保障部门、教育部门，以及高等职业院校、技师学院、高级技校的大力支持，在此表示衷心的感谢。同时，我们恳切希望广大读者对教材提出宝贵的意见和建议，以便修订时加以完善。

劳动和社会保障部教材办公室

2004年10月

简 介

本书为全国高等职业技术学校烹饪类专业教材，供各类高职院校、技师学院、高级技校烹饪专业使用。主要内容有：川菜的现状与发展趋势、调味、烹调方法、川菜精加工工艺、创新菜肴等。

本书也可用于高级烹饪技能人才的培训。

本书配有光盘。

本书由龚兴德主编，陈克生、李秀敏、张社昌、周宏、赵品洁、张文参加编写；周军亮审稿。

目 录

第一章 概述	(1)
§ 1—1 川菜的形成	(1)
§ 1—2 川菜的特征	(2)
§ 1—3 川菜的现状	(3)
§ 1—4 川菜的发展趋势	(4)
第二章 调味	(5)
§ 2—1 调味的意义和作用	(5)
§ 2—2 味和调味品	(6)
§ 2—3 复合调味品制作工艺	(12)
§ 2—4 调味方法	(15)
§ 2—5 调味的原则	(16)
§ 2—6 凉菜调味	(17)
§ 2—7 热菜调味	(30)
第三章 烹调方法	(48)
§ 3—1 烹调对菜肴的作用	(48)
§ 3—2 烹调基本操作知识	(49)
§ 3—3 凉菜烹调	(50)
§ 3—4 热菜烹调	(64)
第四章 川菜精加工工艺	(93)
§ 4—1 整料出骨	(93)
§ 4—2 制汤	(95)
§ 4—3 制糝	(97)
第五章 创新菜肴	(99)
§ 5—1 创新菜肴的意义和要求	(99)
§ 5—2 组成菜肴基本因素的变化	(99)
§ 5—3 创新菜肴实例	(102)

第一章 概述

§ 1—1 川菜的形成

我国幅员辽阔，人口众多，各地的气候、土壤、物产、民族及风俗习惯各有不同，各地的烹饪技术在其发展过程中，也就自然地形成了若干各具地方特色的菜系。川菜是我国的主要菜系之一，发源于古代的巴国和蜀国，自古以来就有“尚滋味”和“好辛香”的传统，在汉晋时期已初具轮廓，并形成了自己的特色。早在西汉时期，成都人杨雄的《蜀都赋》中，对川菜宴席的原料和烹饪技艺就已经作了详尽的描述；四川德阳出土的东汉庖厨画像砖表现出当时成都的烹饪技艺已达到相当高的水平；西晋左思的《蜀都赋》中，对四川高超的烹饪技术与宴饮盛况也有生动的描写。从这些古代文献中，大体可以看出川菜形成初期的概貌和规模。隋、唐、五代时期，川菜在原有的基础上有了较大的发展；两宋时期，川菜已跨越南巴蜀疆界，进入京都（汴京和临安），为当地人所瞩目；明末清初，辣椒传入我国，川菜运用辣椒调味，对巴蜀时期已形成的“尚滋味”“好辛香”的调味传统有了进一步的促进和发展；晚清以后，逐步形成地方风味浓郁，清香醇浓并重，善用麻辣调味的菜系。现在川菜不仅在长江中上游和滇、黔等地有相当大的影响，川菜风味的餐馆已遍及全国各个主要城市，甚至走出中国走向世界，扬名于海内外，川菜以调味著称的特点，已被国内外人士所公认，因而有“味在四川”之誉。

川菜菜系的形成、发展和不断完善，主要有以下三方面的原因：

一是地利。四川位于长江上游，西部为川西高原，东部为四川盆地。盆地四周高山环绕，长江横贯南部，北纳岷江、沱江、嘉陵江等，南纳乌江，江河纵横，丘陵起伏。成都附近的冲积平原有着名的都江堰水利工程，水利资源丰富，灌溉河渠密布，盆地地处温带，气候温和，雨量充沛，无霜期长，土壤肥沃，自然条件十分优越，历来是我国农林牧副渔综合发展的主要基地。有名的如郫县豆瓣、德阳酱油、永川豆豉、宜宾芽菜、涪陵榨菜、新繁泡菜、阆中保宁醋、自贡井盐、内江白糖、汉源花椒、双流牧马山二荆条辣椒等各种独具特色的调味品，为川菜调制众多味型、实现“一菜一格、百菜百味”提供了条件和保证。此外，与烹饪、饮宴密切相关的茶酒如峨眉山茶、成都花茶、青城绿茶、雅安蒙顶山茶，以及宜宾五粮液、泸州老窖特曲、绵竹剑南春、古蔺郎酒、成都全兴大曲、沱牌曲酒等都是名扬中外的佳品，为川菜锦上添花。以上种种得天独厚的物产，为川菜的形成和发展提供了特殊而优厚的物质条件。

二是饮食风尚。远在东晋，史学家常璩在《华阳国志·蜀志》中就指出，巴蜀之人的饮食风俗“尚滋味”“好辛香”，富豪“以富相尚”“以乐侑食”，野宴、猎宴、船宴、游宴

等不一而足，文人雅士乐于庖厨。四川人自古以来就讲究饮食质量，这也促进了川菜烹饪技术的普及和提高，并造就了一批精于烹饪技艺的人才，如蓝光鉴、张松云、范俊康、廖青延、孔道生、曾国华、张德善等近代的川菜烹饪大师。

三是兼收并蓄，博取众家之长。川菜在发展的过程中，一直都博采众家之长，不断丰富自己，以求发展，这种博采并不是单纯的模仿，而是在结合自己传统的基础上加以创新，为我所用，秦灭巴蜀后，为巴蜀带来了中原的饮食风俗。东汉末年，两晋之际，以及晚唐五代时期，巴蜀地区都较中原安定，很多官宦之家和老百姓移居此地；明末清初四川战乱频繁，十室九空，湖广等地移民更是大量涌入，均带来了当地的饮食风俗和名饌佳肴。至晚清，外省人人川籍者越来越多，土生土长的四川人越来越少。人口的大迁徙，加速了川菜吸取各地烹饪技艺之长，得以充实和发展，最终形成了独具特色的四川风味菜系。

§ 1—2 川菜的特征

川菜注重选料、讲究刀工，分色配菜，主次分明，花色品种丰富，其突出的特点在于：第一，继承并发扬了“尚滋味”的传统，重视调味，故味的变化大，味型多。第二，对于民间流行的和其他省市的烹制技法都博采兼收，经提炼、变化后，加以应用，故烹制技法较多。这两条是形成川菜独特风格的两大技术支柱。

1. “百菜百味”，调味多样是川菜最重要的特点

川菜之美，主要是个味字，它以麻、辣、甜、酸、咸、鲜、香七种基本味为主调，巧妙搭配，变化灵活，以味的丰富、独特、醇和鲜美享誉食坛。川菜常用的味型有：咸鲜微辣的家常味型；咸、甜、酸、辣兼备的鱼香味型；咸、甜、麻辣、酸、鲜、香皆具的怪味型；不同层次，不同风格的红油味型、麻辣味型、酸辣味型、糊辣味型、陈皮味型、椒麻味型、椒盐味型等。地方色彩浓郁，各种味型在调制时变化精微。一方面，它可以因人而异、因时而异、因料而异、因地而异、因席而异。大众便餐以麻辣为主，调辣味时，使用青椒、干红辣椒、糊辣椒、泡辣椒、辣椒油、豆瓣等，每道菜辣得不同，风味别致。宴席菜肴，以清鲜为主，五味调和，入席名菜近千种，麻辣味仅占 1/10，所以认为“川菜就是麻辣”是一种误解。另一方面，川菜的味感层次分明，恰如其分，荤素之间注重协调，品尝时麻、辣、咸、甜、酸、香各味呈现高低起伏，有爽口舒适之美感。川菜能够立足于我国四大著名风味菜系之列就在于其味型多、广而厚，清鲜醇浓并重，又以清鲜为主，广集民间风味，善调麻辣著称。

2. “一菜一格”，烹饪技法多样是川菜又一特点

川菜的烹饪技艺是体现川菜特征的技术支柱，众多的川味菜式是用多种烹饪技法烹制出来的。常用的烹制方法有 30 多种、如炒、爆、熘、炆、煨、烧、烩、焖、煨、烫、冲、蒸、烤、烘、炸、煎、烤、腌、熏、卤、渍、拌等。一种烹调方法内又往往包含细分的制法，以炒为例，炒又分生炒、熟炒、软炒等。各种技法在川菜烹饪中各显神通。其中最能体现特色的小煎、小炒、干煸、干烧更是独具一格的烹饪技法。如用小炒制作的鱼香肉丝，不过油，不换锅，急火短炒，一锅成菜，装盘上桌，香气四溢；干煸法制作的干煸系列菜肴，采用中

火热油将原料不断翻炒，使之脱水成熟，酥软干香，回味无穷；而用干烧法制作的干烧类菜肴，则是采用微火妙功，细烧慢煨、自然收汁，火中抢宝，使浓郁的香鲜味逐渐渗透到原料里面，香味扑鼻，诱人食欲。总之，川菜正是以它丰富多彩的烹饪技术，变化精微的调味风格而闻名于世。

§ 1—3 川菜的现状

改革开放以来，我国经济的快速发展，加之社会化的大生产，使人们的工作、学习、生活节奏加快。逐渐富裕起来的人们越来越多地到饭店、酒楼、餐馆就餐。餐饮市场迅速兴旺繁荣起来。各种档次、各种风格的餐厅、酒店如雨后春笋，应运而生。针对不同的消费层次，不同的就餐目的，目前已形成了一个比较完整的川菜风味体系，这一独具特色的川菜体系，主要由传统的低、中、高档宴席，大众便餐，风味小吃，火锅系列和新派川菜五个部分组成。

1. 传统低、中、高档宴席

传统的川菜宴席继承了千百年来流传下来的烹饪技法，积淀了深厚的文化内涵，深受中老年顾客及偏爱传统饮食顾客的喜爱，其中，川菜的中、高级宴席，充分体现了四川的烹饪文化和烹饪技艺水平，烹饪原料选料严格，多用山珍海味，配以时令蔬菜鲜果，菜式品种丰富，制作考究。此外，在菜点搭配，口味调剂，色泽配合，餐具陪衬选择，以及菜点上席时的顺序等，都有严格的规定。冷热荤素及味型组合次序讲究节奏感。因其中头菜不同，又有燕窝席、鲍鱼席、鱼翅席、烧烤席等区分，宴席上都配有制作精巧的工艺菜或彩盘以烘托气氛。

2. 大众便餐

大众便餐以烹制快速，经济实惠，适应不同食客需要为特点，菜品以家常风味为主。一般常备一些蒸、炖、烧的菜肴供客人点用，烹调操作多以速度快的炒、爆、熘、拌等为主；在烹饪原料的选择上，以猪、牛等家畜为主要原料，并配以适当的时令鲜蔬、豆制品、鸡、鸭、普通鱼类和少量海鲜。菜品讲究实惠，偏重油荤，花样繁多，为广大的工薪阶层所接受。

3. 风味小吃

目前的四川小吃品种非常丰富，各色面食，糕团汤圆，凉拌冷食，热饮羹汤，锅煎油烙，蒸煮烘烤等，堪称花色品种琳琅满目，甜咸酸辣各味俱全。四川小吃供应方式灵活，方便食客，并且价廉物美，是川菜的重要组成部分，其浓郁的地方色彩体现出四川民风民俗。川味小吃选料严谨，制作精细，注重色香味形的配合，不仅可以作正餐食用，也是川菜宴席不可缺少的组成部分，例如赖汤圆、龙抄手、灯影牛肉、夫妻肺片等，早已是名扬国内外的精品川菜小吃。

4. 火锅系列

火锅在目前的整个餐饮行业中占有重要的地位，以成都为例，据统计，火锅经营收入占到了整个餐饮行业的1/4左右，这主要是由于火锅具有其独特的个性。无论是进餐方式，还

是口味特征，都与其他形式的川菜风格不同，特别是略带夸张的麻辣火锅，给人一种强烈的味觉冲击，让人对火锅的口味产生深刻的印象。

5. 新派川菜

20 世纪 90 年代以来，伴随我国经济的大发展，全国各地人口的流动逐渐增加，带来了各地餐饮文化的大汇流、大融合。川菜厨师为了适应人们对于新奇、时尚餐饮的需求，不断吸取全国其他地方菜肴的优点，在结合本地特色的基础上有所创新，既保持本身传统的风味特色，又有广泛的适应性，越来越受到广大的食客，特别是追求新潮文化的青年人的喜爱。但现阶段的新派川菜，客观地讲还处在探索、起步的阶段，无论是在烹调方法、原料选择、味型组合上，还是在饮食文化的引导上，都还有需要改进的地方。

§ 1—4 川菜的发展趋势

进入 21 世纪，我国经济迎来了高速发展的时代，人们的思想观念也在发展进步。“民以食为天”，餐饮是一个永不衰落的主题，人们生活水平提高的同时，现代人的饮食需求不再是满足一日三餐的生理需求，更提出了吃出健康，吃出享受，吃出文化的多样性综合要求，饮食更趋向营养化，卫生化、艺术化、快速化。具体归纳起来，未来的川菜将向以下三个方向全面发展：

1. 选料的绿色化

现在，人们对食物的选择方面，越来越崇尚自然，相应地，川菜厨师对烹饪原料的选用也会随之而发生变化。传统川菜在选择上更注重外观和口感，如熏制过的干货、碱发的水产品、化肥培育的肥嫩蔬菜等，这些原料虽然在外观和质感上给人以愉悦，但违背健康膳食、营养卫生原则。所以，无污染、无添加剂的无公害原料将是未来川菜烹饪的首选。

2. 烹调方法、味型的多样化

随着社会的发展，人们的日常交往日渐频繁，而不同地域的人对菜品口味的要求各异，川菜要想适应全国，甚至全球餐饮市场的需求，还必须以博大的胸怀和不断创新的改革精神，博采众家之长，不断完善自己，在继承优良传统的基础上进行创新，丰富烹调方法与菜肴味型，把“南菜川味”“北菜川烹”“洋为中用”的尝试发挥到更高境界，秉承“食无定味、适口者珍”的传统。

3. 规范化、产业化发展方向

近年来，川菜在餐饮市场上日渐活跃，但要实现新的突破，还必须要有大的发展。川菜要发展，离不开整个餐饮行业的带动。未来川菜餐饮行业要发展到更大的规模一定要走产业化、规范化的发展道路，适当地借鉴国外的先进餐饮发展模式、管理方式，从传统的经验管理过渡到科学管理。在这一进程中，人才的培养、餐饮文化的培育、现代化管理制度的建立等显得尤为重要，这也是川菜发展在未来几年内必须要解决的课题。

第二章 调 味

§ 2—1 调味的意义和作用

调味就是运用各种调味品和调味手段在原料加热前、加热过程中或加热后对原料的影响，除去异味，增加美味，使成菜具有多样口味和风味特色的一种操作技术。

调味技术难度大，操作手段复杂，是成菜质量的重要标志（环节）。要调好味，首先要熟悉、了解调味原料的产地、产季、性质、特点和用途。掌握其在烹调中的用量，火候、色泽、油温、油量、投放先后时机及菜肴成菜风格特点。

一、调味的意义

调味是达到饮食目的的主要手段，是体现菜肴口味、质量、特色的关键操作技术。在调味时，根据不同的烹调方法，不同的原料和形体，以及菜肴各自的成菜点，相应采取不同的调味方法和手段，以达到除去原料中的异味，增加美味和松软菜肴组织，成为人们需要的可口食品，刺激人们的食欲，维持人们正常的生理机能。

川菜历来重视调味，在“味”字上研究很深，菜肴在烹制中，对调味品的使用调配变化多端，在世界烹坛上独树一帜，以味的多、广、厚著称。近年来，川菜在继承传统的调味方法和手段基础上，创新制出很多类别的复合调味原料：如行业上俗称的“老油”等自制密调的复合调味原料，并创新出很多深受广大群众喜爱的菜品，从而丰富和满足了社会经济发展的需求。

二、调味的作用

调味的作用就是运用各种操作技术将调味品调制成某一特定的味道，其作用有以下六个方面：

1. 除异解腻

所谓异味，是指某些原料本身具有的使人生厌、影响食欲的特殊味道。如牛肉、羊肉、水产品等，往往都具有较重的腥膻异味，一部分蔬菜及其他原料也有一些不良气味，这些异味的存在会影响人们的食欲，所以在加工制作中必须除去。常用的方法：一是在原料初加工及初步熟处理过程中进行；二是在调味中加入适当的调料，如姜、葱、醋、料酒、香料等来进行有效转化，抵消和矫正这些异味。有些肉类原料有较重的肥腻感，在调味时加入适当的调味品，可以起到解腻增香的作用，使菜肴鲜美可口，肥而不腻，如“甜烧白”成菜后撒入白糖。

2. 确定菜肴的口味

菜肴品种繁多，口味多样，每份菜肴口味的形成主要依靠烹调时的调味来决定，同样的

原料佐以不同的调料，就形成不同的口味。如鱼在烹制时佐以豆瓣为主的调味原料，就成为豆瓣鱼；若佐以盐、糖、醋等为主的调味品，它就是糖醋鱼。

3. 增加美味

有些烹饪原料本身的味道很淡薄、单调，而有些原料鲜香滋味较好，在烹调中取长补短加以配合，可使烹调后的菜肴滋味更加鲜美。例如：鱼翅、海参等原料，虽然口感好，营养价值高，但它本身并没有什么滋味，必须依靠调味品、高汤或本味鲜香的原料来互相渗透、配合，才能使菜肴色、香、味更加完美。

4. 美化菜肴色泽

烹饪原料通过调味品的作用，可以起到增加菜肴色泽的作用，例如：酱油使菜肴呈酱红色，豆瓣、番茄酱使菜肴呈鲜红色等。

5. 突出地方菜肴风味的主要标志

调味是构成各种地方风味的主要因素之一，人们一提起麻辣味厚、鱼香味浓的菜肴，就会立刻想到川菜。因此，调味在各地方菜的不同运用中，既有共性和普遍性，更有其个性和特殊性，它是形成地方菜肴风味的重要标志。

6. 增强食欲

烹调菜肴就是要使菜肴色泽鲜艳，形状美观，味型丰富，以增进人们的食欲，增加消化液的分泌，增强消化吸收功能。

§ 2—2 味和调味品

味觉就是食物进入口腔、消化道所引起的感觉。这种味觉包括心理味觉、物理味觉和化学味觉。狭义的味觉指某种物质刺激人们舌面味蕾所引起的各种感觉，它仅指化学味觉。

一、味的相互作用

味的相互作用是指某些调味品混合后相互影响、相互作用，在味的强度上发生改变和转化的效果。主要体现以下几个方面：

1. 味的对比

把两种或两种以上不同呈味物质以恰当的浓度混合在一起，以使其中一种呈味物质的味道更加突出的做法叫做味的对比。

例如，在日常生活中，蔗糖溶液加入少量食盐，这种混合后的溶液甜度会比纯蔗糖更甜。在鸡汤中加入适量精盐，汤味更加鲜美。

2. 味的相乘

把同一味觉的两种以上呈味物质混合在一起，使味觉猛增做法叫做味的相乘。

例如，甘草酸铵本身甜度为蔗糖的 50 倍，但与蔗糖按一定比例混合后，甜度可猛增到 100 倍。味精与肌苷酸按一定比例混合后，鲜味相当于原来的 6 倍。在制汤时，把鲜香味较足的原料融合后，一起制出的汤味更加鲜香醇厚。

3. 味的掩盖

把两种或两种以上的不同味觉的呈味物质，以适当的浓度混合后，可使某一种味觉比其

单独存在时有所减弱的做法称为味的掩盖。

例如，我们在菜肴或面食调味时，不慎调味过酸或过咸时，往往加入适量的白糖，以达到降低酸味或咸味的目的，若味道太辣，则可适当加醋和白糖，以减弱太强的辣味。

4. 味的转化

味的转化就是受某一种味觉的呈味物质的影响，使得另一种呈味物质原有的味道发生了改变。

例如，喝了浓盐水后，再喝普通的清水也觉得带有甜味；吃了墨鱼干再吃蜜柑会感觉到有苦味等。

二、基本味

基本味就是单一原味，即咸、甜、酸、辣、麻、鲜、香、苦味等。菜肴的口味千变万化，调味的方法手段非常复杂，但都是由以上几种基本味调制而成的。有些地方将基本味称为“母味”。

1. 咸味

咸味主要来源于食盐（氯化钠），它是基本味中的主味，也是各种复合味的基础，它可以独立成味。俗话说“珍馐美味离不开盐”，“无盐不成味”，这都说明了咸味在调味中的重要地位和作用。

在烹调中，咸味不仅能起定味的作用，而且能突出原料本身的鲜香滋味，并有除去原料中部分异味和解腻提鲜的作用。但在烹调时，也应准确地按照“咸而不减”“淡而不薄”的原则，根据成菜特色的要求，恰当使用。

2. 甜味

甜味是除咸味外，唯一能独立成味的基础味。甜味在实际应用中仅次于咸味。我国各个地区的菜肴中，使用甜味都较为广泛。甜味的原料有天然和人工合成两类。人工合成原料的使用剂量应严格按照食品卫生法的要求使用。

甜味在烹调中，除了用于确定甜味菜肴的甜味外，还有调和诸味、提鲜、解腻、抑制原料苦、涩味的作用。但在烹调中如果用量过多，也会压抑、抵消其他味道，破坏菜肴本身的鲜味，甚至抑制食欲。运用中还必须注意，用于纯甜菜肴调味，要甜味适度。若用于其他味型调味，如荔枝味、鱼香味，则应按复合味的特点，准确地体现甜味程度。若用于调和诸味，则要以放糖不觉甜为准则，在烹调使用时须掌握“甘而不浓”的原则。

3. 酸味

酸味是部分菜肴中不可缺少的味道。根据来源可分为天然酸和人工制造酸两种。天然酸存在于食物中的有机酸，如柠檬酸、苹果酸等。人工生产的酸味原料有乳酸、醋酸、延胡索酸、葡萄糖酸等。酸味可以促进食物中的钙质和氨基酸类物质的分解，减少维生素 C 的破坏。酸味能给味觉以爽快的刺激，促进消化，尤其在烹调鱼类菜肴时更为重要，对菜肴有增鲜、除腥、解腻的作用。

在烹调中，酸味一定要在咸味的基础上才能表现出来，俗话说“盐咸醋才酸”就是这个道理。在烹调时，酸味的用量要恰当，符合“酸而不酷”的原则。

酸味遇碱会起中和反应，生成盐和水而失去酸味，醋在高温下也易挥发而失去酸味，这些在烹调中都应注意。

4. 辣味

辣味具有强烈的刺激性和独特的芳香，具有增香、解腻、压异味、刺激食欲和帮助消化的作用，但应注意的是，辣味用量过大会压抑鲜香味。在使用时应遵循“辛而不烈”的原则，用量上因人、因季而异，恰当掌握，做到辣而不燥，富于鲜香。

辣味分香辣和辛辣两种。辣椒及其制品属香辣。其辣味主要来自于辣椒中所含的辣椒碱。姜含有姜辛素，胡椒含有胡椒脂碱，葱、蒜中分别含有葱辣素和蒜辣素，芥末含有芥末油，都属辛辣。

辣味在烹调中具有使复合味浓厚的作用，最宜与麻味配合，掌握好辣味的程度，以达到辣味的最佳刺激效果。

5. 麻味

麻味是川菜中特有的味道，麻味主要来自花椒。花椒味麻，能解毒、杀虫、健胃、促进食欲、帮助消化。它含有挥发精油，气味清香、鲜麻。在烹调上有除异味、解腥、去腻、刺激食欲的作用。

花椒与辣椒经常配合使用，川厨善于使用花椒和辣椒，对调配各种特色麻辣味有其独到之处。但花椒在使用上因人而异，应掌握好用量。

6. 鲜味

鲜味的调味品主要有味精、鸡精、虾酱及各种高汤等，主要用于增加菜肴鲜味，但要注意鲜味只有在咸味的基础上才能突显出来。

菜肴中的鲜美滋味主要来自两方面：一方面是原料本身所含鲜味物质，在加热过程中，溶解于汤汁中或分解于原料中；另一方面是鲜味调味品，有些鲜味调味品不宜在高温下长时间加热，在酸碱度较大的情况下易失去鲜味。

7. 香味

香味的种类很多，常有的有醪糟汁、姜、葱、蒜、胡椒、芝麻、芝麻酱、香油、花生油、猪油、桂皮、草果、八角、丁香、小茴香、陈皮等，这些都是天然之香。另外，还有人工合成的各种食用香精及通过调味加热所产生的复合香味。

香味调味品能增加菜肴的香味，还具有去腥、压异、解腻的作用。虽然香味主要作用于嗅觉，但对味的影响还是很大的。因此在使用香料时，要注意与鲜味、清香味原料用量的比例关系，使其更好地发挥作用。

8. 苦味

苦味是一种特殊的味道，在烹调中，一般没有菜肴需要刻意体现苦味。食物的苦味主要来自各种药材、苦瓜、杏仁、苦笋、陈皮、菜叶等。在调味时，取其长、去其苦。烹调时，应去掉或减少食物中的苦味，突出其固有的特殊芳香气味，以达到调味的目的。

三、调味品种类

根据调味原料各自主要呈现出味的类别不同。调味品可分为咸味类、甜味类、酸味类、辣味类、麻味类、鲜味类、香味类七大类。

1. 咸味类

咸味被称为“百味之王”。咸味调味原料很多，但常用的咸味调味品主要有食盐和酱油等。

(1) 食盐

它是用途最多最广的调味品。它在烹调中能起到确定菜肴咸味、提鲜味、除腥膻、解

腻、杀菌、增进食欲、保持某些植物性原料的脆嫩等作用。食盐按盐源来分，可分为井盐、河盐、海盐、湖盐等。食盐以色泽洁白、杂质少、晶体是粉状、不结块、咸味纯正为优质品。使用时应注意用量、防潮、防污染。

(2) 酱油

在烹调中的使用仅次于食盐，是以大豆或豆饼、面粉、麸子、食盐等为主要原料经发酵酿造而成的液体调味品。它具有辅助定咸味、增添菜肴色泽、增鲜香等作用。四川著名的品种有德阳精酿酱油、成都的雄狮大王酱油等。酱油的品质以色泽红褐、鲜艳透明、香气浓郁、滋味鲜美醇厚、无沉淀和浮膜为佳品。在使用中应注意色泽和咸味，掌握用量。

2. 甜味类

烹调中常用的品种有：白砂糖、冰糖、红糖、蜂糖、饴糖等。

(1) 白砂糖

烹调中用途最广的食糖。它具有甜味纯正、色泽洁白、颗粒如细沙、大小均匀易溶化等特点。用于确定菜肴甜味、拔丝、挂霜等。品质以色洁白、无杂质、不结块、颗粒细而均匀，甜味纯正为佳。使用时应注意用量和投放时机。

(2) 冰糖

白糖的再制品。它具有甜味纯净、晶体透明、不易溶解等特点，在烹调中主要用于中高档甜菜等的调味。品质以色白略带鹅黄、晶体透明、无杂质、甜味纯正为佳。使用时应注意其不易快速溶解的特点。

(3) 红糖

传统土法生产的食糖。它具有甜度较大，甜味不纯，颜色以赤红、红褐、黄褐色等为主，杂质较多，易吸水潮解等特点。品质以色泽红而鲜明、味甜而浓厚、无异味为佳。烹调中用于制糖色、蒸菜等。使用时应注意其品质和用量。

(4) 蜂糖

蜜蜂采花粉酿制而成。通常是透明或半透明的黏性液体，味甜带有花香味。主要作为营养滋补品，药用和加工蜜饯食品及酿造蜜酒等。品质以色泽白黄、半透明、味纯甜为佳。

(5) 饴糖

由粮食类淀粉水解而成，主要成分为麦芽糖和糊精。呈半流体、半透明、黏性强、味甜香。在烹调中主要用于烧烤类菜肴、小吃点心等，使用时应注意其用量和品质。

3. 酸味类

在味型中不能独立成味，必须与其他味配合使用。主要调味品有食醋、番茄酱、柠檬等。

(1) 食醋

以含糖或淀粉丰富的粮食为主要原料，经糖化、发酵等工序制成。它具有确定菜肴酸味、调和滋味、增加香味、去异味、增进食欲、杀菌、帮助消化等作用。四川著名的醋有“保宁醋”“三汇米醋”等。使用时应注意其用量、色泽和投放时机。

(2) 番茄酱

新鲜成熟的番茄去皮、籽后，磨制而成的酱状物。其色泽鲜红、味酸鲜香，品质以色红亮、质细腻、味纯正、无杂质为佳。烹调中主要用于色泽美观、味带甜酸类菜肴，如“菊花鱼”“茄汁大虾”等。使用时应注意其用量及炒制的火候。

(3) 柠檬酸

酸味强烈而无色，呈晶体状，使用前加水稀释。主要用于保持本色类、甜酸味类菜肴等，如“珊珊雪莲”“珊珊雪卷”等。使用时应注意其酸味强烈、刺激性强，应掌握好用量，加水稀释后使用。

4. 辣味类

辣味具有很强的刺激性，并带有辛香味。辣味在味型中不能独立成味，需与其他味调配使用，在川菜中与咸味、麻味等配合调制而成的麻辣味世界著名。例如：麻婆豆腐、水煮肉片等。

根据辣味性质，又可分为香辣和辛辣两类。香辣类调味原料有辣椒及其制品，如干辣椒、辣椒面、辣椒油、辣椒酱、泡辣椒等。辛辣类调味原料有生姜、大蒜、葱、胡椒、芥末粉等。下面主要简介干辣椒、辣椒油、泡辣椒、郫县豆瓣、胡椒、芥末粉、咖喱粉等几种。

(1) 香辣类：

1) 干辣椒

由鲜红辣果实干制而成。辣椒品种较多，辣味强度各不相同，烹调时主要用于麻辣火锅、炸收、炒、炆、烧等，辣椒品质以色泽深红、肉肥厚油亮、质干无虫、形体完整、无杂质异味、辣中带香为佳。使用应注意因人而异，控制用量。

2) 辣椒油

由辣椒粉与食用植物油等烫制而成。它具有色泽红亮、味香辣而不燥等特点。烹调中主要用于面点、小吃、凉拌菜、辅助调味增色等。品质以色红油稠、香辣不燥为佳，使用时应注意用量，因人而异，不能急制急用。

3) 泡辣椒

属四川特产。将鲜红椒放入泡菜坛中，加调味品泡制而成。它具有去腥、解腻、提鲜、增香、增色、岔色等作用。主要用于炒、熘、爆等菜肴。品质以色鲜红、肉厚籽少、滋润柔软、味咸鲜、鲜辣微酸、形体完整为佳。使用时应注意去籽。

4) 郫县豆瓣

属四川特产。用蚕豆、辣椒、食盐、面粉等酿制而成的酱状复合调味原料，在川菜中运用广泛。它是四川部分名菜点中的主要调味原料，具有咸鲜微辣、香味扑鼻、醇厚等特点。烹调中用于炒、烧、炸、蒸、拌等类菜肴。品质以色红褐油亮、香浓味厚、微辣为佳。使用时应注意豆瓣中的咸味，炒制油温、油量、时间等。

(2) 辛辣类：

1) 胡椒

根据表皮色泽可分为黑胡椒和白胡椒。它具有味辛辣芳香、性热、去腥异、增香、除寒气，烹调中用于炒、烧、炖、制汤等，白胡椒运用较多，品质以色白洁净、颗粒饱满、均匀、干燥为佳。使用时应注意用量，因其性热，有些病人不宜食用。

2) 芥末粉

由芥末籽磨细而成，味刺鼻带辛辣。性温，温中开胃、化痰利气、刺激食欲。烹调中多用于拌菜、面点小吃、味碟蘸食。品质以色呈淡黄，粉细干爽、结块，冲味强烈为佳。使用时应注意用量，调制方法正确，确保冲辣辛香。

3) 咖喱粉

以姜黄粉为主，加入白胡椒粉、芫荽籽、小茴香、姜片等香料配制而成，味辛辣而香，除腥、解腻、增进食欲。品质以色深黄，粉细干爽、不结块，味辛辣而香为上品。使用时应注意品质用量及加热炒制的火候。

5. 麻味类

调味原料为花椒。它具有强烈持久的香麻气味，除腥、解腻、增香、促进食欲，在烹调中常与辣椒配合使用。品质以色泽棕红、外壳油腺点突出，籽少、开口，干燥均匀，香麻持久为佳。使用时应注意因人而异，严格控制用量。

6. 鲜味类

鲜味不能独立成味，只有在咸味的基础上才能突显出来，烹调中使用的鲜味调味原料很多，常用的有味精、鸡精、高汤等。

(1) 味精

由大豆、小麦、面筋及其他含蛋白质较高的物质经水解、发酵而制成。味精是一种由蛋白质分解出来的氨基酸成分，能为人体直接吸收，对改变人体细胞的营养状况，防止儿童发育不良，治疗神经衰弱等有一定作用。在烹调中，主要用于增加菜肴鲜味及“和味”。品质以色泽洁白、晶莹透明、谷氨酸钠含量较高者为佳。使用中应注意用量、投放时机，且不要在酸碱高温条件下使用。

(2) 鸡精

由干鸡肉粉、蛋类、麦芽糊精、食盐、肌苷酸钠、植物蛋白等原料精致而成。鸡精中含有谷氨酸和呈味核苷酸二钠，它们都具有鲜味，二者配合产生的鲜味是以“味的相乘”效应体现的，所以鸡精比味精更加鲜美。烹调中用于炒、烧、炖、烩、熘、蒸、火锅等，品质以色泽白而淡黄、质干呈颗粒状、咸味适度、解香醇厚为佳。用时应注意用量、投放时机和防潮。

(3) 高汤

由本味较好的、鲜香味较足的原料经焯水后熬制而成。烹调中常用的高汤有奶汤和特制清汤，它们有共同的特点是口味鲜美醇厚绵长，是其他调味品不能代替的，烹调中主要用于炒、烧、烩及高档菜肴用汤调味。奶汤色白如奶味、解香浓厚，特制清汤清澈微黄、鲜味美醇厚，使用时应注意节约。

7. 香味类

烹调中使用带香味的调味品很多（基本味中已作介绍），但使用较为普遍的还是香油。

香油

将芝麻淘洗干净后，用小火炒香，磨制提取而成。色微黄、香味醇正自然，主要用于菜肴增香，并有滋润菜肴的作用。使用时应控制用量，不宜过大，避免压抑菜肴的鲜香味，通常在成菜后放入。