



■ 全国高等职业院校烹饪类专业教材

淮扬菜制作工艺



中国劳动社会保障出版社

全国高等职业技术院校烹饪类专业教材

淮扬菜制作工艺

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

淮扬菜制作工艺/朱年主编. —北京:中国劳动社会保障出版社, 2004

全国高等职业技术院校烹饪类专业教材

ISBN 7-5045-4693-3

I. 淮… II. 朱… III. 烹饪-方法-专业学校-教材 IV. TS972.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 093211 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

北京印刷二厂印刷 北京京顺印刷有限公司装订

787 毫米×1092 毫米 16 开本 8.25 印张 204 千字

2005 年 3 月第 1 版 2005 年 3 月第 1 次印刷

印数: 3500 册

定价: 15.00 元(本书附赠光盘)

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，推动高等职业技术学院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技术学院系列教材。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技术学院主要专业的教材体系。

在高等职业技术学院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专业教材，供各类高职院校、技师学院、高级技校相关专业使用。本书重点介绍了卤、酱、熘、炸、熘、炒、煎、贴、烤、炖、焖、扒、烧、煮、烩、蒸、氽、挂霜、拔丝、蜜汁等淮扬菜的烹调方法。

本书也可用于高级技术人才培训。

本书由朱年主编，聂阳参加编写。

目 录

第一章 概述.....	(1)
第二章 卤、酱、燻.....	(4)
§ 2—1 卤.....	(4)
§ 2—2 酱.....	(8)
§ 2—3 燻.....	(13)
第三章 炸.....	(16)
第四章 焖.....	(30)
第五章 炒.....	(40)
第六章 煎、贴、烤.....	(55)
§ 6—1 煎.....	(55)
§ 6—2 贴.....	(58)
§ 6—3 烤.....	(61)
第七章 炖、焖.....	(68)
§ 7—1 炖.....	(68)
§ 7—2 焖.....	(73)
第八章 扒、烧.....	(79)
§ 8—1 扒.....	(79)
§ 8—2 烧.....	(82)
第九章 煮、烩.....	(91)
§ 9—1 煮.....	(91)
§ 9—2 烩.....	(95)
第十章 蒸.....	(99)
第十一章 氽.....	(111)
第十二章 挂霜、拔丝、蜜汁.....	(118)
§ 12—1 挂霜	(118)
§ 12—2 拔丝	(120)
§ 12—3 蜜汁	(122)

第一章 概述

中国烹饪源远流长，举世瞩目，与京剧、中医、武术一起被世人誉为中国传统文化的四大瑰宝。民以食为天，在众多菜系争芳斗艳、异彩纷呈的格局下，淮扬菜脱颖而出，以其悠久的历史、深广的影响、精湛的技艺、丰富的菜式、清淡的风味而成为东方饮食文化百花园中的一枝奇葩。

一、淮扬菜系的历史演变及形成

淮扬菜系与鲁、川、粤菜系并称，是我国四大菜系之一，它的形成和发展受到历史、地理、政治、经济、风俗等多方面的影响。它是生活在一定地理环境、社会环境中的人们，长期以来创造形成的稳固的体现本地区主体风味和饮食习俗并以菜肴为主的各类食品系统的总和。就其名称而言，除淮扬菜外，还有维扬菜、扬州菜、扬帮菜等。淮扬菜系的发展和形成取决于扬州的城市文化发展，扬州是国家首批公布的 24 座历史文化名城之一。商业经济的繁荣导致人口的密集，这给饮食消费市场和淮扬菜的发展提供了基础，并使扬州成为南北口味长期交流的地带。

淮扬菜作为一个体系发展，经历了周秦的源起、汉魏的奠基、唐宋的兴盛、明清的大成四个阶段。促使它形成现有饮食风味系统的原因大体有以下几个方面：

1. 物产丰富，得天独厚

扬州南临长江，北依淮河，东濒大海，京杭大运河纵贯其中，境内河网密布，气候温和，土地肥沃，雨量充沛，四季分明。自汉唐以来就是鱼米之乡，物产丰富。一年四季，水产禽蔬野味不绝于市，海鲜珍品、腌腊干货南北咸集，种类繁多，与带有地方特色的土特产相得益彰。这些都为淮扬菜的制作提供了丰富的物质基础。

2. 帝王巡幸，南北交流

古扬州是江淮流域的经济中心，唐宋时即为“淮左名都”，淮扬菜的发展是与之密不可分的。隋炀帝三下扬州，将北方烹饪技艺带至扬州，由于沿途献食，使各地厨师刻意求工，争奇斗妍。唐天宝年间的安史之乱，使唐皇室大批南下，推动了南北菜肴和烹饪技艺的广泛交流。宋高宗赵构将宗庙、社稷、六宫、朝臣迁往扬州，称扬州为“行左”，使扬州一度畸形繁华。明朱元璋偏爱淮扬菜，在南京登基时钦命扬厨专司内膳。永乐皇帝朱棣迁都北京，淮扬菜又在京师生根，对淮扬菜的发展推动很大。明代正德皇帝朱厚照，清代康熙、乾隆皇帝均多次南巡，扬州官府屡次接驾，致使大宴连城，挥金如土，山珍海味，力求精治。这些都对淮扬菜的发展完善起到了极大的推动作用。

3. 名家总结，形成体系

扬州是具有近 2 500 年历史的文化名城，加之政治、经济和地理上的特殊地位，吸引了历代文人名流。对于饮食之道，不乏名士的总结与推广，如王昌龄、孟浩然、杜甫、岑参、

高适、刘禹锡、白居易、杜牧、李商隐、欧阳修、苏东坡、李渔、曹寅、郑板桥、秦少游等，他们的诗词文集中留下了许多描写扬州饮食的墨迹。西汉时期的《神农本草经》和清代袁枚所著《随园食单》中都介绍了几十种扬州菜点。李斗所撰的《扬州画舫录》中记载了50余家扬州餐馆的经营特色和擅长的品种，以及多名家厨擅长菜品的介绍。扬州盐商童岳荐所写《童氏食规》是一部以记录扬州菜肴为主的专著，被收入《调鼎集》中。众多文人名士的烹饪实践和总结推动了淮扬菜烹饪技艺的发展和升华。

悠久的历史文化，重要的经济地位，丰富的自然资源，频繁的南北交流，特殊的社会需要及文人名家的总结，使淮扬菜形成了自己的特色和完整的体系。

二、淮扬菜系的构成及发展趋势

中国是一个地域辽阔、民族众多的国家。由于历史经济、地理物产、文化信仰及烹调技法的差异，菜肴的风味形成了众多的流派。淮扬菜系的构成就区域而言，不仅是指现今的扬州，而是泛指扬子江流域和淮河流域以扬州为中心的更大的范围，是沿用了《尚书·禹贡》中“淮海惟扬州”的历史典故而得出的广泛概念。“扬”释为“卅界多水，水扬波”。古代“惟”“维”通用，文人墨客在描述和歌咏扬州时常用维扬代称扬州，相沿成习，维扬便成了扬州的别称了。又据《淮南子·地形》记载，古代中国设置九个州，而扬州则包括淮河以南至东海之滨的广大地区。至隋朝开皇九年，扬州设总管府在长江、运河交汇处的江都，曾由隋炀帝以晋王的身份出任总管，城称“扬州”。地处长江、运河两岸的扬州、南京、镇江、苏州、无锡、常州、泰州、南通、淮阴、淮安、盐城等地的菜肴在口味上咸甜适中，咸淡适宜，适应面广，历史上又称为淮扬风味，并对周边许多地区的菜肴产生了极大的影响，远及福建、安徽、浙江等地区，所以淮扬菜系的覆盖面极广，历史上被誉为“东南第一佳味”。

中国的菜系是按其风味来划分的，而四大菜系当属中国风味中的第一层次；第二层次是各省、市、自治区的风味；第三层次是各省、市、自治区内的地方风味，当然还有第四、第五层次。如此，淮扬菜当属第三层次的风味，但不能仅以淮扬菜或扬州菜来简单确定它就是地方风味的层次。淮扬菜系应是包含着第二层次的第一层次的风味系统。如“扬州三把刀”早已闻名全国，作为三刀之首的厨刀，更是风靡全国，“扬州蛋炒饭”“扬州狮子头”“扬州富春包子”更是世人皆知，名扬世界。开国大典在北京饭店宴请宾客的“开国第一宴”中就选用了淮扬菜。北京的钓鱼台国宾馆、人民大会堂历来都将淮扬菜作为主供风味之一。时至今日，淮扬菜更是广布各地，成为人们追求一尝的对象。如今扬州已是中国烹饪协会在全国首批认定的“淮扬菜之乡”。淮扬菜出现了前所未有的繁荣景象。

三、淮扬菜的风格特征

1. 选料严格，制作精细

淮扬菜在选料上注重时令、力求鲜嫩。青菜取其心，豆苗取其嫩，冬笋取其尖，虾蟹取其鲜。在制作上注重因材施教，物尽其用。如根据鳊鱼的大小以及部位老嫩的特点，中段制作“炒蝴蝶片”“烧马鞍桥”，尾部制作“炆虎尾”，鳊脊肉制作“炒软兜”，鳊腹肉制作“煨脐门”。淮扬名菜“狮子头”也随时令配制，春配芽笋、河蚌，夏配鲥鱼，秋配蟹粉，冬配风鸡。

2. 注重火工，擅长炖焖

淮扬菜根据古人提出的“以火为纪”的烹饪纲领，“鼎中之变精妙微纤”。具体操作时，根据烹饪原料的质地和经刀工处理后形状准确地运用火候，以达到“酥烂脱骨而不失其形，

滑嫩爽脆而不失其味”的烹调目的。通过火工的调节来体现菜肴的鲜、香、脆、嫩、酥、糯、韧、烂等不同特点。

3. 清淡入味，咸甜适中

由于扬州地处长江中下游，是南北交通要地，而淮扬菜在历史上多次南北烹饪技艺的交流中，既吸收了南方菜清鲜脆嫩的特色，又融化了北方菜味重、色浓的特点，形成了自己甜咸适中，咸中微甜，咸淡适宜的风格。成菜常有汤清见底，淡而不薄，浓则乳白，稠而不腻，稍麻、微辣、清鲜、味醇等特点。高级清汤的制作尤为讲究，有效地保证了高级菜品制作的质量。制清汤时选料讲究，用料重，制作精，汤汁清，口味醇。

4. 长于刀工，造型优美

淮扬菜除了讲究选料、火工、调味以外，还以刀工精细，注重造型和色泽著称。菜肴配色，春季俏丽，夏季浅淡，秋季多彩，冬季厚重。刀工处理上更是炉火纯青，一块厚 1.5 cm 的豆腐干可切成薄片 20 余片，再切成宛如棉线的细丝。厨师还擅长食品雕刻，清乾隆时扬州就出现了以“镂空人物花卉鱼虫之戏”的西瓜灯，作为宴席的点缀。如今瓜灯的刻制更是多层次立体的画面，上下灯环，环环相扣，浮雕图案古色古香，整体更是典雅俊逸。用各种果蔬刻制的各式花卉，更是惟妙惟肖。这种饮食的艺术品，在宴席上常使客人不忍下箸，充分显示了淮扬菜厨师在食品造型艺术方面所具备的深厚功底。

综上所述，淮扬菜的基本风格特征可以概括为“选料严格，刀工精细，主料突出，注重本味，讲究火工，擅长炖焖，汤清味醇，浓而不腻，咸中微甜，造型别致，鲜淡平和，南北皆宜，适应性强”。

第二章 卤、酱、煊

§ 2—1 卤

一、卤的概念

卤就是将经初熟制备后的原料，放入配有多种调味品的卤汁中，用大火烧沸，再用小火煮熟，使卤汁的香鲜滋味渗透到原料内部的一种烹调方法。卤制成熟后多把原料浸泡在卤汁中，食用时随时取用。也有的卤制后立即捞出，稍晾后在原料表面涂抹上一层油脂，防止菜品表面干燥发硬和变色。

按调味品的不同，卤可分为红卤和白卤两种。红卤的主要调味品有酱油、红曲米、糖色、精盐、白糖、绍酒以及多种香料；白卤不用有色调味品，一般也不放糖，两种卤制方法基本相同。

二、卤的操作要领

1. 要严格进行初加工和初熟制备操作，保证原料的良好品质。特别是动物性原料的焯水应控制在断生为宜，不能过熟，防止鲜香味过度流失。

2. 卤制过程中所加入的香料及红曲米等应装入干净的纱布袋中扎好。一是防止散放影响卤水的清洁；二是便于更换香料等。

3. 卤制的原料个体体积不宜过大，以菜品在所需的成熟度（质感）时，原料能入味为宜。同时根据不同原料或菜品质感的需要，在原料刚熟、熟透、软熟等状态下适时停止加热或将原料捞起。

4. 卤制时要经常撇去浮沫，保证卤水的清洁，不污染菜肴，卤制时其火力保持卤水沸而不腾为宜，并加盖卤制，这样既不使卤水蒸发过快、香味散逸，同时又加快了卤制速度。

5. 白卤尽可能不使用含鞣质多的香料，如大茴香、小茴香、桂皮等。因其会使卤水变色，影响菜品色泽，所以可用草果、白芷、丁香、三奈、砂仁、豆蔻等代替。

6. 卤制成熟后的原料，应用专用清洁器具捞取，不可用手或其他不洁工具直接接触卤水，防止卤水污染变质。

7. 卤水使用次数越多越好，由于浸出物积累较多，故卤制成品风味更佳。因此，要妥善保存好老卤，一是要定期加热烧沸、撇去浮油、滤去渣滓；二是在使用时，要适时、适量地添加各种调味品和香料。

三、卤菜的特点

香鲜醇厚、软熟滋润、色泽美观。

四、卤菜实例

1. 盐 水 鸭

(1) 原料

主辅料：嫩光鸭 1 只（约 1 500 g）。

调味料：葱 15 g、姜片 15 g、绍酒 15 g、精盐 100 g、八角 5 g、花椒 3 g、老卤 5 000 g。

(2) 工艺流程

光鸭初加工→腌渍→老卤浸渍→吹干→卤制成熟。

(3) 制作过程

1) 将光鸭割去爪和小翅，在右翅下肋部划开一长约 6 cm 的刀口，再从刀口处取出内脏，疏通肛门，然后放入清水中浸泡，洗净血水，沥干待用。炒锅上火，放入精盐、花椒略炒，然后离火，装入碗中待用。

2) 将鸭子放在案板上，用热花椒盐擦遍鸭身及头颈刀口处，余盐放入肚腹内擦匀，再把鸭头插入翅下刀口内，放入盘中腌渍 1 h 后，再放入老卤内浸渍 4 h 左右，取出沥尽盐卤，挂起吹干，把葱 5 g、姜 5 g、八角塞入鸭肚内，用长 10 cm 的空心小竹管插入鸭肛门内待用。

3) 锅上火，放入清水，加葱 10 g、姜 10 g、绍酒烧沸，将鸭子放入锅中，加盖烧沸，用小火焖约 20 min 后，提起鸭腿将腹中汤沥入锅中，再将鸭子放入锅中烧沸，小火焖约 20 min 取出，抽去小竹管沥去汤汁，冷却即成。

(4) 成品特点

皮色乳白，肉质红润，皮肥骨香，肉嫩鲜美。

(5) 制作要领

1) 盐水鸭宜批量生产加工。

2) 腌制鸭时要擦匀擦透，掌握好腌渍时间。

3) 用老卤浸渍后要吹干。

4) 盐水鸭在卤制时，应用小火焖焐至熟。

(6) 菜肴变化

主料变化：扬州盐水鹅。

2. 卤 鳊 鱼

(1) 原料

主辅料：粗大活鳊鱼 1 000 g。

调味料：葱 50 g、姜块 50 g、绍酒 20 g、酱油 50 g、白糖 25 g、八角 5 g、芝麻油 15 g、精炼油 500 g（约耗 75 g）。

(2) 工艺流程

鳊鱼宰杀初加工→去骨→剖刀→腌渍油炸→调味卤制→收汁→装盘。

(3) 制作过程

1) 鳊鱼宰杀，剖腹去除内脏，再剔去脊骨，去除头尾洗净。在鳊鱼肉面剖上荔枝花刀，

改刀成长 4 cm 的段。然后用葱 25 g、姜块 25 g、绍酒 5 g、酱油 20 g 拌匀，腌渍 30 min。

2) 炒锅上火，放入精炼油，烧至 200℃ 时，放入鳝段，炸至金黄色，倒入漏勺沥油，原锅上火，放入鳝鱼，加适量清水、葱 25 g、姜块 25 g、绍酒 15 g、酱油 30 g、白糖、八角烧沸，用小火卤透，捞出排放盘中，浇上卤汁，淋上芝麻油即成。

(4) 成品特点

香味浓郁，酥香不腻。

(5) 制作要领

1) 宜选用大鳝鱼，剔骨要净。

2) 鳝肉须刮花刀，炸制不可过老。

3. 卤 香 菇

(1) 原料

主辅料：水发香菇 250 g。

调味料：酱油 5 g、精盐 3 g、白糖 5 g、虾子 2 g、芝麻油 40 g。

(2) 工艺流程

香菇去蒂洗净→加水蒸制→入锅调味卤制→收汁→改刀装盘。

(3) 制作过程

1) 将水发香菇剪去根蒂，洗净。放入碗中，加虾子和适量水，上笼蒸约 10 min 取出。

2) 炒锅上火，将蒸好的香菇连同汤汁一起倒入锅内，加酱油、精盐、白糖烧透入味，用大火收稠卤汁，淋入芝麻油起锅，冷却后改刀装盘，浇上卤汁即成。

(4) 成品特点

色泽棕褐，质软嫩，味鲜香。

(5) 制作要领

1) 水发香菇要泡透，不能有硬心。

2) 去除根蒂后要洗净泥沙。

(6) 菜肴变化

主料、调料变化：卤鲜蘑。

4. 卤 仔 鸽

(1) 原料

主辅料：光仔鸽 2 只（约 500 g）。

调味料：葱 10 g、姜片 10 g、绍酒 40 g、酱油 50 g、精盐 4 g、白糖 25 g、桂皮 5 g、八角 5 g、香叶 2 g、芝麻油 20 g、精炼油 750 g（约耗 100 g）。

(2) 工艺流程

鸽腹开去内脏→抹酱油→炸制上色→入锅调味、卤制→冷却→改刀装盘。

(3) 制作过程

1) 用刀从光鸽腹部划一刀口，取出内脏，洗净，用洁布擦干表面水分，再用酱油 5 g

均匀地抹在鸽子皮上。

2) 炒锅上火,放入精炼油,烧至 210℃ 时,放入鸽子,炸至皮呈金黄色,倒入漏勺沥油。原锅上火,放精炼油 50 g,再放入葱、姜、桂皮、八角、香叶略煸,加适量清水,放入鸽子、酱油 45 g、白糖、精盐烧沸,撇去浮沫,加入绍酒,用小火焖至七成烂时,用大火收稠汤汁,加入芝麻油,离火冷却后取出鸽子,改刀装盘,浇上卤汁即成。

(4) 成品特点

色泽红润光亮,鸽肉鲜细,香浓味醇,咸中带甜。

(5) 制作要领

1) 宜选用肥壮的仔鸽制作此菜。

2) 焖制不宜过烂。否则,改刀易碎,影响装盘。

5. 卤 篮 花 干

(1) 原料

主辅料:豆腐方干 6 块(约 400 g)

调味料:酱油 25 g、精盐 4 g、白糖 10 g、虾子 1 g、八角 5 g、花椒 2 g、芝麻油 15 g、精炼油 750 g(约耗 100 g)。

(2) 工艺流程

方干略煮晾凉→剖花刀→晒干→油炸→卤制成熟→改刀装盘。

(3) 制作过程

1) 将方干放入冷水锅中,上火烧沸后,捞起晾凉。用直刀法在方干的两面剖上相互平行的刀纹,两面刀纹深度均为干子厚度的 2/3,但两面刀纹要形成一个较小的夹角。将剖好刀纹的方干逐块拉开呈篮眼花状,放在太阳下略晒或风吹干,成篮花干生坯。

2) 炒锅上火,放入精炼油,烧至 240℃ 时,投入篮花干生坯,两手持筷子插入干子两头刀纹中,将干子拉开,炸至淡黄色时,倒入漏勺沥油。将干子放入锅内,加酱油、糖、盐、虾子、八角、花椒,加入清水淹没干子,上火烧沸,改用小火焖至入味,淋入芝麻油,起锅改刀装盘即成。

(4) 成品特点

刀工精细,拉开不断,形似篮花,香软咸鲜。

(5) 制作要领

1) 宜选用质量好的黄豆方干,块形不要太大。

2) 剖刀时要掌握好深度及两刀纹相交形成的角度,否则不易拉开。

3) 干子生坯油炸不宜过老,否则,成菜口感较硬。

6. 水 晶 肴 蹄

(1) 原料

主辅料:猪蹄膀 10 只(每只约 2 000 g)、硝水 300 g。

调味料:精盐 1 350 g、绍酒 250 g、葱 75 g、姜块 75 g、八角 30 g、花椒 10 g、明

矾 2 g。

(2) 工艺流程

猪蹄膀剔骨→除毛刮洗干净→用硝水、盐腌制→漂水洗净→入锅煮制→放平盘内压实→冷却凝固→切片装盘。

(3) 制作过程

1) 将猪蹄膀逐只放菜墩上，用刀沿蹄膀中间平剖至腿骨（不要剖偏），掀开拆去骨，除净毛，后蹄需抽去蹄筋。蹄膀皮朝下平摊案板上，用铁杆在瘦肉处戳若干下，然后均匀地洒上硝水、盐 950 g，均匀擦透。平放缸内腌约 3 天（冬季 7 天）。出缸后，放冷水内浸泡 4 h，去涩味。取出刮除皮面污物，再用温水漂洗干净。

2) 锅内放清水约 5 000 g（以浸没蹄肉为度），加盐 400 g 烧沸。将蹄肉皮朝上放入锅内，逐层相叠，最上面一层皮朝下。旺火烧沸后撇去浮沫，将葱、姜块、花椒、八角装入纱布袋内，投入锅中，加绍酒，上压盖盘压紧蹄肉。盖上锅盖，用小火煮约 1.5 h 后，将蹄肉上下翻换，皮全部朝上，再煮约 1.5 h 至八成烂出锅，捞去葱姜、香料袋，汤留用。

3) 取长约 40 cm、宽约 30 cm、边高约 5 cm 的平盆 5 只，每只盆内平放蹄肉 2 只（皮朝下两蹄紧靠），5 盆相叠，上压空盆 1 只。待 20 min 后，逐盆移至锅边，舀原汤卤浇入盆内，将油卤冲于锅中。

4) 锅内汤卤烧沸，撇去浮油，加入明矾、清水 250 g 烧沸，撇去浮沫，舀汤浇入蹄盆填满空隙，放阴凉处冷冻（天热时，凉透入冰箱冷冻），即成水晶肴蹄。

(4) 成品特点

肉色鲜红，皮白明亮，冻如水晶，酥烂香鲜，回味无穷。

(5) 制作要领

1) 猪蹄膀要除净毛，刮净皮面的污垢。

2) 猪蹄膀腌制时要反复揉擦，且隔天上下翻动一次为宜。

3) 腌制后的蹄膀肉需反复换水浸泡，去除咸涩味。

4) 宜用原有煮肴蹄的卤汁煮制，味更香美。

(6) 菜肴变化

主料变化：水晶肴爪。

制作工艺变化：盐水捆蹄。

§ 2—2 酱

一、酱的概念

酱就是将经腌制或初熟制备后的原料，放入酱汁锅中烧沸，并改用小火煮熟至酥软捞出，再将酱汁收稠浇淋在酱熟的原料上，或原料与酱汁一起在锅内收稠的烹调方法。酱的制作方法跟卤基本相似，在有些地区往往不加区别。酱的特点是：卤汁较稠，大部分裹覆在原料的外表，所以酱一般不留老卤；颜色较深，有鲜红色、玫瑰色、酱红色等；口味比卤浓厚。

二、酱的操作要领

1. 酱制的原料多以畜类、禽类等动物性原料为主。因其富含胶质，利于卤汁稠浓，为防止粘锅焦底，可在锅底垫方竹箅。

2. 酱制的卤汁最后需收稠，因此，酱制时不可加入过多的汤水，大火烧沸后即用小火保持微沸，中途应将原料上下翻动几次，以保证原料成熟度一致，且上色均匀。

3. 根据酱制原料的质地和大小，掌握好烹调时间，待原料至七成熟时，即可撇去油脂和浮沫，用大火收稠卤汁，使原料上色。

4. 收稠卤汁时，须晃动锅中原料，防止锅边卤汁焦糊或粘锅底。

三、酱菜的特点

香气浓郁，酥烂味厚，色泽红润。

四、酱菜实例

1. 茄汁熏鱼

(1) 原料

主辅料：青鱼中段 500 g。

调味料：葱末 5 g、姜末 5 g、葱段 10 g、姜片 10 g、绍酒 35 g、精盐 4 g、酱油 10 g、白糖 35 g、番茄酱 25 g、白醋 5 g、芝麻油 10 g、精炼油 1 000 g（约耗 100 g）。

(2) 工艺流程

鱼段斜批成厚块→腌渍→油炸→入锅调味烧制→收汁→装盘。

(3) 制作过程

1) 将青鱼中段洗净，沿脊背骨批开成两片，再斜刀批切成厚瓦块状，放入碗中，加葱段、姜片、精盐 2 g、绍酒 15 g，拌和腌渍 30 min。

2) 炒锅上火烧热，放入精炼油，烧至 240℃ 时，投入鱼块，炸至色呈金黄略浮油面时倒入漏勺沥油。

3) 原锅上火，放入葱末、姜末煸炒出香味，加入清水 250 g、酱油、精盐 2 g、白糖、白醋、绍酒 20 g、番茄酱烧沸，放入鱼块，用中火烧约 10 min，再用大火收稠卤汁，淋入芝麻油，起锅装盘即成。

(4) 成品特点

色泽红润，鱼肉酥香，咸甜微酸。

(5) 制作要领

1) 油炸鱼块时，要分散投入油锅，防止互相粘连。

2) 鱼块在油炸、烧制时，尽量少用手勺翻动，保证鱼块完整不碎。

3) 收汁时应晃锅，防止原料粘底焦糊。

(6) 菜肴变化

调料变化：五香熏鱼。

2. 酱 鸭

(1) 原料

主辅料：当年光鸭 1 只（约 1 750 g）。

调味料：葱 40 g、姜片 20 g、绍酒 50 g、酱油 100 g、精盐 5 g、冰糖 75 g、甜面酱 100 g、桂皮 10 g、八角 6 g、芝麻油 25 g、精炼油 1 500 g（约耗 100 g）。

(2) 工艺流程

光鸭初加工→油炸上色→入锅调味焖烂→加甜面酱收汁→起锅冷却→改刀装盘。

(3) 制作过程

1) 光鸭由腋下切开，取出内脏洗净，擦干鸭皮表面水分，用少许酱油抹遍鸭身。锅上火，放入精炼油，烧至 210℃ 时，放入鸭子炸至外表呈金黄色时捞起。将炸好的鸭子放入锅内，加入适量的清水、桂皮、八角、盐、酱油、冰糖、葱、姜、绍酒，上火烧沸，用小火焖至八成烂取出。

2) 炒锅上火，放入鸭卤和甜面酱，再放入鸭子烧沸，大火收稠卤汁，加入芝麻油起锅，待完全冷却后剁块装盘。

(4) 成品特点

色泽酱红，肉酥香甜味浓。

(5) 制作要领

1) 酱鸭焖制不可过烂，否则改刀时易碎。

2) 卤汁要全部裹在鸭身上。

3. 腐乳赤烧肉

(1) 原料

主辅料：净猪夹心肉 600 g、硝水 20 g。

调味料：酱油 25 g、精盐 6 g、白糖 75 g、醋 15 g、绍酒 25 g、葱段 10 g、姜片 10 g、桂皮 10 g、八角 6 g、香腐乳 2 块、精炼油 1 000 g（约耗 100 g）。

(2) 工艺流程

猪肉切块、腌渍、油炸→香腐乳拓成泥→入锅调味烧熟→冷却改刀→装盘→浇原卤汁。

(3) 制作过程

1) 猪肉切成大方块，用铁钎在肉上戳若干下，再用盐和硝水腌渍约 5 h。香腐乳用刀拓成泥。

2) 炒锅上火，放入精炼油，烧至 180℃ 时，取出腌渍的猪肉，用洁布擦干浮水，投入油锅炸至肉色发红，倒入漏勺沥油。将肉放入锅内，加酱油、糖、醋、绍酒、桂皮、八角、葱段、姜片、腐乳泥和适量清水烧沸，移至中火烧约 45 min 至八成熟，收稠汤汁，起锅冷却后改刀成小片装盘，浇上原卤即成。

(4) 成品特点

色泽红润，入口酥烂，甜咸香鲜。

(5) 制作要领

- 1) 猪肉腌渍前要用铁钎戳若干下，以利于腌渍入味和起色。
- 2) 油炸时油温不要太高。
- 3) 烧制不可过烂，防止改刀时散碎。

(6) 菜肴变化

调料变化：赤烧肉。

4. 清 蒸 排 骨

(1) 原料

主辅料：猪小排骨 500 g、熟芝麻 10 g、硝水 20 g。

调味料：葱末 5 g、姜末 5 g、绍酒 50 g、精盐 2 g、酱油 30 g、醋 40 g、白糖 60 g、芝麻油 20 g、精炼油 500 g（约耗 75 g）。

(2) 工艺流程

排骨剁块→腌渍→油炸→入锅调味烧制→加醋收汁→淋芝麻油。

(3) 制作过程

1) 将排骨洗净，剁成长 3.5 cm 的块状，放入大碗中，加精盐、硝水拌和，腌渍 2 h。

2) 炒锅上火，放入精炼油，烧至 210℃ 时，将排骨沥去水，入油锅炸至断生，倒入漏勺沥油。原锅上火，放入葱末、姜末煸出香味，放入排骨和适量清水，烧沸后撇去浮沫，加入绍酒、酱油、糖、醋 20 g，用小火烧至八成熟时，再加入醋 20 g，用大火收稠卤汁，撒入熟芝麻，淋入芝麻油起锅装盘即成。

(4) 成品特点

色泽红润红亮，肉酥脱骨，香醇甜酸。

(5) 制作要领

- 1) 排骨剁块要大小均匀，并一刀剁断，防止产生碎骨。
- 2) 排骨油炸不宜过老。否则，口感干老，不酥烂。
- 3) 要收稠汁，使之完全裹在排骨上。

(6) 菜肴变化

辅料变化：梅香排骨。

5. 酱 香 春 笋

(1) 原料

主辅料：鲜春笋 750 g。

调味料：甜面酱 75 g、虾子 1 g、酱油 10 g、精盐 2 g、白糖 25 g、鸡清汤 250 g、芝麻油 25 g、精炼油 500 g（约耗 75 g）。

(2) 工艺流程

春笋去根、壳洗净→切成条段→焯水→焐油→入锅调味烧制→收汁装盘。

(3) 制作过程