



顾问 梁诚威 程汝明
主编 朱永松 张仁庆

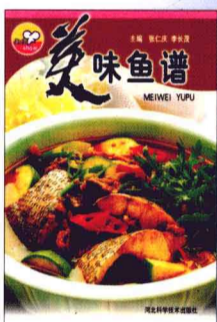
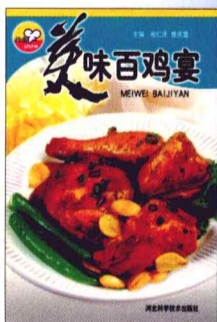
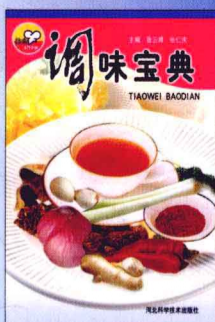
美味鲍翅燕

MEIWEI BAOCHI YAN

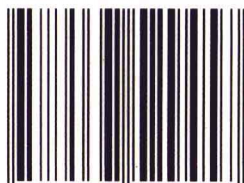


河北科学技术出版社

责任编辑 / 李向海 封面设计 / 李玉珍



ISBN 7-5375-2945-0



ISBN 7-5375-2945-0
TS · 123 定价: 18.00 元

9 787537 529457 >

美味

鲍翅燕

MEIWEI BAOCHIYAN



顾问 梁诚威 程汝明
主编 朱永松 张仁庆

内容提要

本书由鲍鱼篇、鱼翅篇、燕窝篇三部分组成,分别介绍了鲍鱼、鱼翅、燕窝的常识和选料、配料、原料初加工、烹调技巧、菜例等相关内容。书中配有彩色照片 70 余幅,内容丰富,图文并茂,适合于饭店、宾馆的中式烹调师、相关专业在校生以及烹饪爱好者珍藏和阅读,也可以用作烹饪教学的辅助教材。

图书在版编目(CIP)数据

美味鲍翅燕/朱永松,张仁庆主编. —石家庄:河北科学技术出版社,2003

ISBN 7-5375-2945-0

I. 美... II. ①朱... ②张... III. 海产品 - 菜谱
IV. TS972.126

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 104412 号

美味鲍翅燕

主编 朱永松 张仁庆

出版发行 河北科学技术出版社

地 址 石家庄市和平西路新文里 8 号(邮编:050071)

印 刷 河北新华印刷二厂

经 销 新华书店

开 本 889×1194 1/32

印 张 2.5

字 数 60000

版 次 2004 年 3 月第 1 版

2004 年 3 月第 1 次印刷

印 数 4000

定 价 18.00 元

<http://www.hkpress.com.cn>

《美味鲍翅燕》编委会

(排名不分先后)

特邀技术顾问：梁诚威 程汝明

编委：

梁诚威	程汝明	赵嘉祥	胡忠英	王正才	王其胜
黄克俭	杨介生	杨爱军	刘 君	朱永松	张帅林
吴玉龙	李东田	韩 兵	马全贵	高 山	王耀辉
张 强	王朝忠	梁 富	李 锋	孙文娴	宋忠胜
孙汉文	马 勇	刘 洋	金嘉昌	许李军	叶连方
张仁庆	赵庆华	王秀玲	闫秀芬	孙 光	张云国
赵 岭	张韶云	韩 明	陈新华	黄 尧	李 刚
靖汝德	张广民	宋广泉	吴连登	姚 杰	彭沛福
娄建国	牛铁柱	叶连方	李长茂	周 玲	



本书主编朱永松先生



本书主编张仁庆先生

中国流行鲍翅燕

进入21世纪,餐饮业的发展不再是大鱼吃小鱼,而是快鱼吃慢鱼,餐饮经营者应敢为人先,创造第一品牌占领市场。作为一名厨师,您可能会埋头苦干一生,但很难创造很大的利润,为什么?这是因为您没有机会或没有及时掌握顶级鲍翅燕。

新世纪中国餐饮市场最突出的现象即是大众化餐饮的连锁发展和规模经营及开立了众多专业制作鲍翅燕的高档食府。前者是大众化、平民化,是“下里巴人”;后者是高档化、极品化,是“阳春白雪”。鲍鱼王府、翅都、鱼翅捞饭店等,鲍翅燕专营店一家接一家开张,许多星级饭店也聘请专业大厨推出鲍翅燕经典美食。其中曾创造了8名厨师一天做10万元流水的惊人业绩,这是经营大众化餐馆所无法比拟的。

鲍翅店所聘请的专业大厨身价很高,如果是名牌店的大厨,例如“阿一鲍鱼店”大厨月薪均在10000元以上,而一般专业做鲍翅燕的厨师,其月薪也在7000元以上。这与普通厨师长月薪2000~5000元形成很大反差。在不久的将来,鲍翅店将逐渐在全国各大中城市流行,制作鲍翅的大厨也会倍受时代的验证和选择,鲍翅一族的经营者和制作者(大厨)将成为日趋发展的餐饮市场中的新贵。而目前真正精通和了解鲍翅制作原理且有实践经验的厨师实在不多。为了提高鲍翅燕经营者及广大厨师的实际水平和专业制作技能,以适应竞争环境,使专业鲍翅店经营货真价实的鲍翅品种并不断提高流水,我们编著了《美味鲍翅燕》一书。

为了发挥首都名店、名厨集中的优势,我们联络一些五星级饭店、宾馆的大厨以及对鲍翅燕有研究的金牌厨师,将制作鲍翅燕的原理、实际操作经验和日常制作鲍翅燕的点滴心得都归纳为文字材料,配以精美的彩色图片,汇集成册。本书力求突出其权威性及可操作性,使普通厨师或读者读后都有收获。从而让您由鲍翅的外行逐渐成为内行,成为鲍翅燕专家。

我们将携手并进,去开创餐饮领域的一片新天地并不断拓宽自己生存和发展的空间。

目 录

MULU



鲍 鱼 篇

- | | | | |
|--------------|--------|-------------|--------|
| 一、鲍鱼的常识及食用方法 | (2) | 12. 珍珠澳鲍 | (19) |
| 1. 鲍鱼的营养 | (2) | 13. 浪花鲍鱼 | (20) |
| 2. 鲍鱼的种类 | (2) | 14. 华山鲍翅 | (20) |
| 3. 鲍鱼的贩售形式 | (3) | 15. 金龙鲍翅 | (21) |
| 4. 鲍鱼的选购 | (5) | 16. 四海会 | (21) |
| 5. 鲍鱼的保存 | (6) | 17. 双色鲍鱼 | (22) |
| 6. 鲍鱼的加工与烹调 | (7) | 18. 双味鲍鱼 | (22) |
| 7. 品尝鲍鱼注意事项 | (9) | 19. 蚝皇菜胆扒网鲍 | (23) |
| 二、鲍鱼菜谱 | (10) | 20. 明珠鸭舌鲍鱼 | (23) |
| 1. 蚝皇原只网鲍 | (10) | 21. 蟹黄鲍鱼 | (24) |
| 2. 南非干鲍配辽参 | (11) | 22. 一品鲍鱼 | (24) |
| 3. 蚝皇特大青边鲍 | (12) | 23. 花胶极品鲍 | (25) |
| 4. 红烧原只鲍 | (12) | 24. 凤凰鲍鱼 | (25) |
| 5. 水晶兰花鲍 | (13) | 25. 焗鲍鱼 | (26) |
| 6. 蚝皇鹅掌辽参 | (14) | 26. 孔雀鲜鲍 | (26) |
| 7. 银盏鲍鱼粒 | (15) | 27. 鱼翅花盆鲍 | (27) |
| 8. 蚝皇南非干鲍配鹅掌 | (16) | 28. 鲍脯芭蕉扇 | (27) |
| 9. 原只吉品鲍 | (17) | 29. 鲍汁扒鹅掌 | (28) |
| 10. 蚝皇原只干鲍 | (18) | 30. 鲍汁白灵菇 | (28) |
| 11. 鲍鱼扒海参 | (19) | 31. 鲍汁花菇辽参 | (28) |



鱼 翅 篇

- | | | | |
|--------------|--------|----------|--------|
| 一、鱼翅的常识及食用方法 | (30) | 6. 鱼翅的食法 | (34) |
| 1. 鱼翅的营养 | (30) | 7. 鱼翅捞饭 | (35) |
| 2. 鱼翅的分类 | (30) | 二、鱼翅菜谱 | (37) |
| 3. 鱼翅真假辨别 | (32) | 1. 高汤海虎翅 | (37) |
| 4. 鱼翅的加工 | (32) | 2. 黄焖鱼翅 | (38) |
| 5. 鱼翅的烹调 | (33) | 3. 浓汤天九翅 | (38) |

- | | | | |
|-------------|------|-------------|------|
| 4. 瓜皇炖金山勾翅 | (39) | 27. 锦绣大鲍翅 | (52) |
| 5. 南瓜飞龙炖翅 | (40) | 28. 神仙大鲍翅 | (53) |
| 6. 珊瑚海虎翅 | (40) | 29. 上汤煲仔翅 | (53) |
| 7. 金汤蚧肉翅 | (41) | 30. 牡丹扒鱼翅 | (54) |
| 8. 红烧金山勾翅 | (42) | 31. 皇牌浓汤翅 | (54) |
| 9. 红烧大鲍翅 | (42) | 32. 红醋鱼翅 | (55) |
| 10. 锦绣大鲍翅 | (43) | 33. 蟹黄干丝翅 | (55) |
| 11. 红烧鸡丝翅 | (44) | 34. 八珍燕窝鱼翅 | (56) |
| 12. 红烧海虎大鲍翅 | (45) | 35. 莲藕鱼翅 | (56) |
| 13. 荷包鱼翅 | (45) | 36. 红烧碗仔翅 | (57) |
| 14. 明月牡丹翅 | (46) | 37. 浓汤鸡煲翅 | (57) |
| 15. 葵花宝典翅 | (46) | 38. 至尊金山勾翅 | (57) |
| 16. 翅针羹 | (47) | 39. 金鱼牡丹群翅 | (57) |
| 17. 春白酸辣鱼翅羹 | (47) | 40. 高汤鲜参云吞翅 | (58) |
| 18. 红扒鱼翅 | (48) | 41. 牡丹大包翅 | (58) |
| 19. 蟹盏鱼翅 | (48) | 42. 白玉藏金针 | (58) |
| 20. 金钱鹰翅 | (49) | 43. 金银炒生翅 | (59) |
| 21. 红云吉祥鱼翅 | (49) | 44. 香煎琵琶翅 | (59) |
| 22. 一品海鲜 | (50) | 45. 龙虾蟹黄烧鲍翅 | (59) |
| 23. 杞红鱼翅 | (50) | 46. 翠荷大群翅 | (59) |
| 24. 养生鱼翅 | (51) | 47. 翡翠珊瑚大群翅 | (60) |
| 25. 蟹黄扒鱼翅 | (51) | 48. 牡丹大群翅 | (60) |
| 26. 熊猫鱼翅 | (52) | 49. 纱窗艳影 | (60) |



燕 窝 篇

- | | | | |
|--------------|------|-------------|------|
| 一、燕窝的常识及食用方法 | (62) | 7. 清汤芙蓉燕菜 | (70) |
| 1. 燕窝的营养 | (62) | 8. 珍珠烩官燕 | (71) |
| 2. 燕窝的产地 | (62) | 9. 冰花太极燕菜 | (71) |
| 3. 燕窝的真假识别 | (63) | 10. 凤凰杏汁官燕 | (72) |
| 4. 燕窝的涨发 | (64) | 11. 椰子云腿炖官燕 | (72) |
| 5. 燕窝的烹制技巧 | (65) | 12. 燕窝蟹肉冬茸羹 | (72) |
| 二、燕窝菜谱 | (66) | 13. 南瓜官燕羹 | (73) |
| 1. 杏汁官燕 | (66) | 14. 官燕鱼茸粥 | (73) |
| 2. 红烧一品官燕 | (67) | 15. 燕窝鸡茸羹 | (73) |
| 3. 干捞官燕 | (68) | 16. 淮杞炖官燕 | (74) |
| 4. 紫荆双燕 | (69) | 17. 莲子炖官燕 | (74) |
| 5. 龙皇夜燕 | (69) | 18. 官燕炖秋梨 | (74) |
| 6. 金龟送宝 | (70) | | |

美味鲍翅燕

鲍鱼篇





一、 鲍鱼的常识及食用方法

鲍鱼古称蝾鱼，腹足纲，鲍科，为海产贝类，多生活于浅海，中国沿海均产。其壳为中药材。其肉可食，为海味珍品，多为九孔鲍或盘大鲍的肉。鲍鱼与鱼翅、燕窝并列为三大高级食材，乃大海赏赐给人们的奇珍，鲍鱼的生长速度非常缓慢，平均5~10年才可长成。

◆◆ 1. 鲍鱼的营养

鲍鱼是高蛋白、低脂肪、低胆固醇食品，是昂贵的食材。每百克鲍鱼肉含蛋白质18克、脂肪0.1克、碳水化合物2.7克、胆固醇59毫克、锌0.9毫克、镁35毫克、磷95毫克、钙16毫克、铁0.5毫克、钠182毫克、钾229毫克、维生素B₁ 0.01毫克、维生素B₂ 0.27毫克、维生素B₆ 0.07毫克、维生素B₁₂ 4.93微克、维生素E 0.62毫克、叶酸8.0微克。

鲍鱼其味甘性平，具有滋阴、清热、益精、明目的功效。《随息居饮食谱》中指出，鲍鱼具有“补肝肾、益精明目、开胃营养、已带蜀崩淋、愈骨蒸劳极”的功效，适宜久病体虚者食用。

◆◆ 2. 鲍鱼的种类

鲍鱼的种类很多。按产地的不同可分为澳洲鲍鱼、日本鲍鱼、墨西哥鲍鱼等。按鲍鱼的颜色可以分为青边鲍鱼、黑边鲍鱼、棕边鲍鱼等。按販售形式又可以分为新鲜鲍鱼、干鲍鱼、冷冻鲍鱼、罐头鲍鱼等。

目前，世界上鲍鱼的品种多达100多种，依产量多寡分别生产于澳大利亚、日本、新西兰、南非、中国、墨西哥、美国、加拿大以及欧洲和中东地区部分国家。而由于各地环境的差异性，形成了不同的品种。

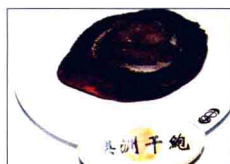
(1) 澳洲鲍鱼：澳大利亚是世界上最大的鲍鱼出产国，每年约捕捉5000吨活鲍，有四种重要的鲍鱼种类：①唇边呈绿色，肉质细嫩、味



道浓郁的青边鲍；②唇边呈黑色的黑边鲍；③唇边呈棕色的棕边鲍；④幼鲍。



澳大利亚鲍鱼(干鲍和鲍鱼壳)



澳洲干鲍

(2)日本鲍鱼：日本是亚洲鲍鱼的主要出口国之一。品种有：①产自日本青森县的窝麻鲍；②吉品鲍；又称吉滨鲍；③产于日本千叶县、青森县的网鲍等。



日本吉品鲍



日本网鲍

(3)墨西哥鲍鱼：墨西哥是罐头鲍鱼的故乡，所生产的鲍鱼肉质柔软鲜嫩，色泽金黄，品质优异。



墨西哥罐装车轮鲍



墨西哥罐装吉祥鲍

(4)中国鲍鱼：我国湛江、大连、青岛、烟台、海南与台湾等地亦有鲍鱼产出。

◆◆3. 鲍鱼的贩售形式

由于鲍鱼在捕捞上岸后，很难完全以新鲜的方式供应，因此相继发

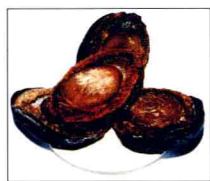


展出以冷冻、风干或装罐等方法来储存,为鲍鱼提供了多元的用途。

(1) **新鲜鲍鱼**: 新鲜鲍鱼即指鲜活、带壳的鲍鱼,是以存活的状态来直接烹调食用,由于其必须保持在生鲜的状态,因此一般仅在产地附近才有販售。

(2) **冷冻鲍鱼**: 冷冻鲍鱼是将新鲜鲍鱼处理后,经急速冷冻制作而成。但目前市面上的冷冻鲍鱼多半都以已死亡的鲍鱼来制作,而且化冰后使其肉质组织被破坏及重量减少,因此在选购时品质上较难掌握。

(3) **干鲍鱼**: 为延长所采集鲍鱼的保存期限,以干燥的形式来保存,即为干鲍鱼。它的处理方法为:在活鲍鱼捕捞上岸后,立刻由人工将鲍鱼肉自壳中完整取出,放入盐水中浸泡约2天的时间,接着以冷、热水反覆清洗,再加入盐水煮上数小时;之后便以炭火烘烤至半干,再置于太阳下曝晒,达到一定程度后移至阴凉处风干,就此反复进行至少1个月的时间才能完成。由此可见,制作干鲍鱼的重点是在于去壳、清洗、煮熟与曝晒等过程,而这些也直接且深刻地影响着干鲍的品质。



干鲍鱼



小型干鲍鱼



菲律宾干鲍

(4) **罐头鲍鱼**: 好的罐头鲍鱼是将新鲜活鲍鱼立即装罐以保持稳定的品质。其须经洗涤、清洁、加入盐水、真空装罐再高温杀菌烹煮等加工工序而成,因为罐头中有汤汁,因此又称做汤鲍。有些罐头鲍鱼在食用前不需要烹煮,只需稍稍加热即可,相当方便,深受一般家庭主妇的喜爱。目前市面上亦有一种与罐头鲍鱼相似的真空塑料包装鲍鱼,在长温中保存期限可达2年。其包装透明,可让消费者清楚地看见鲍鱼。由于科技的进步,目前罐头鲍鱼与真空塑料包装鲍鱼均逐渐成为消费者最简便最经济的选购种类。



◆◆ 4. 鲍鱼的选购

身为海中极品的鲍鱼，其价值高昂众人皆知。消费者在选购时，当然希望能以最低的价格购买到品质绝佳的鲍鱼，因此一些选购的技巧与方法显得格外重要，不可轻视。

(1) 选购鲍鱼的技巧与常识：选购鲍鱼最直接的方法便是先以外型来判断，虽然有新鲜、冷冻、罐头与干鲍等种类的差异，但在挑选时仍然有几个共同的基本方法可遵循。

① **外型完整：**可先将外型有缺口、裂痕者摒除，挑选出完好无缺、品质较佳的鲍鱼。

② **肉质肥美：**通常有肥厚肉质的品质会比干瘪者优良；而底部宽阔的则要比瘦长者佳。

③ **形状一致：**各式品质优良的鲍鱼通常形状类似，因此在挑选时需注意，不要被一些状似马蹄形的次等鲍鱼所蒙蔽。

④ **颜色正常：**鲜鲍的色泽与死亡时间的长短有关，色泽愈黯淡表示死亡的时间愈久、新鲜度也愈差，因此不宜选购；而有些干鲍鱼会出现有一点点的小黑点，主要是因风干过程不够彻底，以致外干内湿所造成，我们在挑选时也应避免。

除此之外，干鲍鱼通常是以每500克的头数来计算，如9个头，即表示每500克有9只鲍鱼。因此，头数愈少，每只鲍鱼愈大，价钱愈高昂，品质也更加上等，不过所谓的二头鲍、三头鲍等，相当珍贵。



南非干鲍鱼



中东鲍鱼



假鲍鱼

(2) 除以上各项外，挑选干鲍鱼时还应注意：

① **鲍鱼身型：**鲍鱼身型应完整，底背部圆滑且肥润，鲍边均匀，无刀伤破痕为好，反之则逊色。



② 爽为好，潮身为差；对光照耀通透的为好，反之为差；身沉附干为好，反之为差；鲍鱼味浓为好，反之为差；同类品种中，个头大为好，即所谓“千金难买两头鲍”。

③ 新鲍鱼与旧鲍鱼之分：晒干制好后，立即售出称为新鲍鱼，存放一二年以上的称为旧鲍鱼。新鲍鱼色泽较浅，味不够浓，起糖心不太好；旧鲍鱼色泽较深，如存放得当，鲍鱼味会更浓，起糖心更好。正常而言，旧鱼胜于新鱼，生晒鲍鱼比鲍鱼死亡后再晒要好。

(3) 挑选冰鲜鲍的注意事项：在众多酒楼中，干鲍的购买量不大，主要原因是价格较高。笔者接触的很多鲍翅生意好的酒楼冰鲜鲍的购买量很大，可达1~2吨。冰鲜鲍主要采用的是青边鲍。

需要注意，市场上常见的黑边鲍、棕边鲍因肉质松散无弹性，不宜选购；有断裂、掉边的鲍鱼，不宜选购。不要买青边鲍中颜色发黄的一种，那是因鲍鱼在捞前已死亡所致，其肉质较软。很多不法售卖商，为了赚钱，在鲍鱼上冻了很多冰，以赚取份量，购买时一定要小心。

◆◆ 5. 鲍鱼的保存

鲍鱼种类不同，其保存方法也不同，需要注意的事项亦各异。

(1) 新鲜鲍鱼：新鲜鲍鱼价格高昂、品质绝佳，取得不易，由于在产地附近才有供应，因此购买回来后应立即立刻烹调食用，不宜保存。

(2) 干鲍：干鲍的价格也相当昂贵，因此采取适当的保存方法更是重要。干鲍鱼购回后应在和煦阳光下晒约3~4小时，趁其暖身时即放入玻璃瓶或密实陶器中存放，令鲍身干爽收缩，不受虫咬，鲍鱼味会更浓。而当我们涨发、煲煮后，若无法一次烹调、使用完毕时，则可先分别一个个以塑料袋装好，再用铝箔纸完全密封住，同样置于冰箱冷冻，待要使用时要取出解冻，约可保存3个月的时间不会变质。

(3) 冷冻鲍鱼：冷冻鲍鱼需储于冷冻库中，且冷冻后即不能化冰，因此从冰箱中取出后即应于当餐食用完毕，否则必须冷藏存放并于3日内食用完毕，才不会让鲍鱼的原味流失。

(4) 罐头鲍鱼：罐头鲍鱼在购买时应注意它的制造日期，并应在保存期限内食用完毕。而在开罐后不要将汤汁全部倒掉，并用塑料袋罩住罐口，以避免开罐的鲍鱼因风干使肉质老化；若开罐后无法一次食用完



毕，也应以塑料袋罩住罐口、绑紧，置于冰箱冷藏室中保存，但保存的时间最好不要超过5天，以保持最初的风味。

◆◆ 6. 鲍鱼的加工与烹调

素有“海味之冠”美誉的鲍鱼，是海鲜里相当名贵的食材。鲍鱼依种类的不同，处理与烹调的方法也各异，只要掌握了处理技巧，您也可制作出初度适中、有弹性，令人回味无穷的鲜美鲍鱼来。

(1) 干鲍鱼的加工：干鲍鱼因出水后经过了生晒风干的过程，所以在烹调前的处理较其他种类鲍鱼繁复，也较需技术。要先将干鲍鱼用水涨发，然后再加热进行煲发。

① 干鲍鱼的涨发：选个头大小均匀的干鲍鱼，用水洗一下，放在干净盆里，用温水先泡1~2天，注意每天换一次水（不要让泡发的鲍鱼掺入杂物），泡发至用手感觉鲍鱼没有硬心即可。换水时，取出鲍鱼，将覆于其周围与蒂头边的石灰刷洗干净，否则会影响到鲍鱼的口感与品质。

② 鲍鱼的煲发：准备一只不锈钢大桶，准备好煲制鲍鱼的配料：火腿、精猪瘦肉、老鸡、猪排骨、凤爪、猪皮、冰糖、陈皮、姜、水。将原料切成块，用沸水焯透，在大桶底部放上竹网，把煲制配料和涨发好的鲍鱼（或鲜鲍鱼）逐层放入（盐分重的应稍后放入），加入适量的水，用旺火烧开再改小火煲制，加入少许老抽，慢煮8~10小时就可以出锅了；如果鲍鱼较大，可以多煲几个小时。在出锅前2小时加入李锦记蚝油、冰糖少许。等鲍鱼挑完后，过滤收原鲍汁。

如果是鲍翅专门店，鲍汁用处非常大，为了保证走菜的速度，一般都先调一盆鲍汁出来。开火上炒锅，下鲍汁放泰国鱼露、双桥味粉、鸡粉、蚝油，老抽。味道不要一下调好，调到一半就可以，用油筐隔油，过滤待用就可。鲍汁在顶级菜式用的比较多，已形成了鲍汁系列菜品。

注意：①煲制鲍鱼前不宜先下盐分太浓的火腿等原料，以免使鲍鱼肉质收缩影响鲍鱼质量，火腿、蚝油等原料应在鲍鱼八成熟的时候再下，可增加香浓的效果。②煲鲍鱼时加入鸡油、猪皮可增鲜增香，使鲍鱼平添一种腴滑感，入口味道更好。③煲好的鲍鱼可以带汤放入沙煲，需用时可收汁勾芡。



煲制鲍鱼要非常注意火力的大小，火力不宜太大，否则水分蒸发太快，且易烂边。煲至后期，应有专人看管，时常转动鲍鱼，因后期鲍鱼汤汁稠浓，胶质加重，容易焦底。如需中途加水，要加开水或上汤。鲍鱼出锅后感觉颜色不够，可以在外面多放一会儿，让鲍鱼多接触空气，颜色会上的重些。鲍鱼出锅前，用竹签扎一下鲍鱼，看有没有过硬的现象，手感应较顺。鲍鱼在出锅时不能有烂边的现象，烂边是火候太大造成的。没有煲好的鲍鱼可以放到火上再煲几小时。烂边和品相不好的鲍鱼宜切成鲍鱼丝或鲍鱼片食用。

鲍鱼煲制好后，逐个从桶中挑出凉透，放入少许鲍鱼原汁浸泡，冰冻保存即可，需用时再上火蒸制。

鲍鱼的封存有2种制法：一种是鲍汁封存，鲍鱼较易入味，但时间不能过长（一般不超过1个月）；另一种方法是用油封存，即用上好的色拉油在冰箱冰冻封存，鲍鱼可保存几个月时间。

(2) 冰鲜鲍鱼的加工：将购买的冰鲜鲍鱼化冻后开始第一道工序——刷鲍鱼。要用力将鲍鱼的底边刷干净。用流水冲10分钟。将刷洗干净的鲍鱼投入40℃的热水中焯一下，目的是定型，然后煲制入味，煲制的方法与干鲍鱼相同。

注意：鲜鲍在煲制前应剪去嘴蒂部，把边洗干净；煲沸后转用小火，水量要适当，水太多香浓味会降低；煲至后期，因汤水变稠浓，胶质加重，要防止焦底。

(3) 罐头鲍鱼的加工：罐头鲍也是广大厨师应用广泛的鲍鱼，其品种繁多，价格差异也大，一般好的品牌有车轮牌、海王牌、财神牌，我们日常用的一般都是澳洲的罐鲍。其产地处于澳洲的南端，邻近南极，水流清澈，毫无污染，所以此地的鲍鱼更为肥美，肉质鲜美，鲍味浓郁。

澳洲罐鲍主要特点：每一条鲍鱼在入罐时都是活生生的鲍鱼加工而成。所以鲍鱼味十分浓郁；鲍鱼肉质仍有很大的弹性；可以即开即食，味道甜美。

罐头鲍鱼的加工制法：将罐头鲍鱼连罐放入蒸箱蒸4~5小时，取出用凉水冲洗，凉后开罐，倒出鲍鱼，放入大桶中进行煲发即可，方法与干鲍鱼的煲发相同。

(4) 鲍鱼的烹调：干鲍鱼经过涨发、煲发，鲜鲍鱼和罐头鲍鱼经过



煲发后，即可用于烹调。鲍鱼类菜肴的烹调方法有两种：一是将煲发好的鲍鱼加热后与其他原料一起烹饪，常见菜肴有南非干鲍配辽参、蚝皇原只网鲍等；二是用煲发鲍鱼时的鲍汁作为芡汁，用于菜肴调味，常见的菜肴有鲍汁扒鹅掌、鲍汁花菇辽参等。

埋芡的处理：鲍鱼上碟，必定有芡，这是味道的源泉。芡汁的种类，大致有原汁加蚝油、高汤加鲍鱼酱和原汁混合火腿汁3种。

① 原汁加蚝油：原汁加蚝油作芡，多是由于加上汤煲发的一类，取其原汁原味，再以蚝油调起鲜味的食法。

② 高汤加鲍鱼酱：鲍鱼煲后，不以原汁埋芡，换以高汤调味，加鲍鱼酱增加鲜美味。

③ 原汁混合火腿汁：大头的鲍鱼，食味很足，煲发之后，原汁鲜浓，加火腿汁调味，浓鲜而香郁，非常可口。

勾芡和找色是烹制鲍鱼的关键，所用的调料必须是正品或较好的。注意：烹制高档菜肴，调料也是成功的关键，只有顶级调味品，才能调制出高品质的鲍鱼。

◆◆ 7. 品尝鲍鱼注意事项

品尝鲍鱼，首重黏软适度：太黏如同食豆腐，暴殄天物，十分可惜；太硬则费力咀嚼，且无法发挥出鲍鱼的真味；最好能软硬适中，嚼来稍有弹牙之感，更要有鱼味，色泽金黄，入口软滑，咬开有糖心。

烹调好的鲍鱼最宜即制即食。食鲍鱼，在宴会上讲究仪态，故用刀叉切小片或小粒入口较为方便。私人用膳而齿力强的，用筷子挟起用牙咬食，更感滋味带劲。事实上，有些食家认为刀叉之铁器味会破坏鲍鱼的原味，故应用筷子。如鲍鱼太大，用筷子刺着中央部位入口咬就可以了。

吃鲍鱼应该“打长切”，顺应鲍针纤维，纹理更细嫩，从鲍鱼边皮吃至中心，由外而内令人回味无穷。至于吃时蘸些辣椒酱、芥末及豉油，是懂吃又暴殄天物的做法。冬天吃鲍味浓，加鹅掌使其有点腻口为佳，夏天则宜加蔬菜，有爽口之效。