



■ 全国高等职业院校烹饪类专业教材

西餐烹调工艺



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

西餐烹调工艺

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

西餐烹调工艺/董秀兰主编. —北京:中国劳动社会保障出版社, 2005
全国高等职业技术院校烹饪类专业教材

ISBN 7-5045-4868-5

I. 西… II. 董… III. 西餐-烹饪 IV. TS972.118

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 013308 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

北京印刷集团有限责任公司印刷二厂印刷 北京助学印刷厂装订

787 毫米×1092 毫米 16 开本 9.75 印张 242 千字

2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

印数: 3500 册

定价: 19.00 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

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：绪论、西餐烹饪原料、烹调中的理化变化，烹调原理。烹调前的准备、冷菜制作工艺、汤菜制作工艺、热菜制作工艺、早餐与快餐、西式面点制作工艺、厨房组织与菜单策划等。

本书也可用于高级烹饪技能人才的培训。

本书由董秀兰、张玉洁、史汉麟编写，董秀兰主编；李刚审稿。

目 录

第一章 绪论	(1)
§ 1—1 西餐的概念及发展概况	(1)
§ 1—2 西餐主要菜式及特点	(5)
§ 1—3 西餐工艺的特点	(9)
第二章 西餐烹饪原料	(12)
§ 2—1 家畜类原料	(12)
§ 2—2 家禽类原料	(14)
§ 2—3 水产品类原料	(16)
§ 2—4 蛋类和乳品类原料	(20)
§ 2—5 蔬菜类原料	(21)
§ 2—6 水果类原料	(27)
§ 2—7 调味品原料	(30)
§ 2—8 谷类原料	(33)
§ 2—9 烹调用酒	(34)
§ 2—10 西餐原料的品质鉴定与保管	(36)
第三章 烹调中的理化变化	(38)
§ 3—1 烹调过程中的热传递	(38)
§ 3—2 烹调过程中原料的理化变化	(40)
第四章 烹调原理	(46)
§ 4—1 味觉基本知识	(46)
§ 4—2 菜肴的香气	(52)
第五章 烹调前的准备	(57)
§ 5—1 刀工操作技术	(57)
§ 5—2 原料加工工艺	(59)
§ 5—3 菜肴制作准备	(69)
第六章 冷菜制作工艺	(75)

第七章 汤菜制作工艺	(82)
§ 7—1 奶油汤类	(82)
§ 7—2 菜蓉汤类	(83)
§ 7—3 蔬菜汤类	(84)
§ 7—4 冷汤类	(86)
§ 7—5 清汤类	(87)
第八章 热菜制作工艺	(89)
§ 8—1 炸及炸类菜肴	(89)
§ 8—2 煎及煎类菜肴	(91)
§ 8—3 炒及炒类菜肴	(93)
§ 8—4 煮及煮类菜肴	(94)
§ 8—5 蒸及蒸类菜肴	(96)
§ 8—6 烩及烩类菜肴	(97)
§ 8—7 焖及焖类菜肴	(98)
§ 8—8 铁扒及铁扒类菜肴	(99)
§ 8—9 烤及烤类菜肴	(101)
§ 8—10 焗及焗类菜肴	(103)
第九章 早餐与快餐	(105)
§ 9—1 早餐 (Breakfast)	(105)
§ 9—2 快餐 (Snack)	(107)
第十章 西式面点制作工艺	(109)
§ 10—1 西式面点的分类与特点	(109)
§ 10—2 面包制作工艺	(110)
§ 10—3 蛋糕制作工艺	(120)
§ 10—4 西式点心制作工艺	(126)
§ 10—5 巧克力制作工艺	(138)
第十一章 厨房组织与菜单策划	(141)
§ 11—1 厨房组织机构的设置	(141)
§ 11—2 厨房人员管理	(143)
§ 11—3 厨房生产管理	(144)
§ 11—4 菜单策划	(146)

第一章 绪 论

§ 1—1 西餐的概念及发展概况

一、西餐的含义

西餐 (Western Foods) 是我国人民和其他东方人对欧美各国菜点的总称。西餐通常以法国、意大利、美国、英国、俄罗斯等国家的菜肴为代表,同时,希腊、德国、西班牙、葡萄牙、荷兰、瑞典、丹麦、匈牙利、奥地利、波兰等国家的菜肴也都很著名,并有着自己的特色。

欧美国家的各个民族在其自身的发展过程中,形成了独特的饮食习惯和特点。这些习惯和特点通过饮食方式、菜肴、点心、小吃、饮料、烹饪方法等多方面表现出来。西方饮食文化和以中国为代表的东方饮食文化相比,存在着很大的差异。例如,在饮食方式上中餐采用共食制,而西餐采用分食制。中餐的主食中米饭、面食占有较大比重,而西餐的主食以面包为主,米饭和面食经常作为配菜放在盘子旁边,用量也较少。中餐在选料上非常广泛,几乎是无所不食,而西餐在选料上局限性较大,常用的原料有牛肉、羊肉、猪肉、禽类、乳类和蛋类等,对内脏的选择很少。中餐做菜一般是用圆底锅,明火灶,而西餐做菜是用平底锅,暗火灶,通常还要配备烤箱、扒板、面火炉等设备。另外,宗教文化对西方人民的文化生活和饮食习惯也有重大的影响。

二、西餐发展概况

1. 古代的西餐

根据资料记载,西餐的发展历史可追溯到古巴比伦时代。据说当时的权贵不但有酒喝,有乳酪可吃,而且已经开始使用青铜制的煎锅和原始的刀叉餐具。

公元前 3100 年埃及就形成了统一的国家,创造了灿烂的古埃及文明。当时埃及是由法老统治的王国,这些法老自以为是地球的主宰,其食物要经过精心制作,食物的种类十分丰富。法老每天进餐 5 次,每次喝 2 种奶、4 种啤酒、1 种无花果酒、4 种葡萄酒和 23 种佳肴。那时尼罗河流域土地肥沃,盛产粮食,面包和蛋糕得到了发展。从宫殿和陵墓的壁画中,我们可以看到公元前 1175 年底比斯城的宫廷焙烤场面。画中展示出几种面包和蛋糕的制作情景。据说,普通市民把面包和蛋糕做成动物形状,取代了用活的动物来祭神。当时一些富人还捐款作为基金,以奖励那些在烘焙品种方面有所创新的人。据统计,在当时面包和蛋糕的品种可达 16 种之多。

公元前 5 世纪,希腊受埃及文化的影响,食品制作有了较大的发展。日常食物已经有山羊肉、绵羊肉、牛肉、鱼类、奶酪、大麦面包、蜂蜜面包和芝麻面包等。同时还发明了水果

蛋糕和杏仁蛋糕塔，蜂蜜也得到了广泛的使用。据记载，古希腊是世界上最早在食物中使用甜味剂的国家。在烹调方法上古希腊也很讲究，煎、炸、烤、焖、蒸、煮、炙、熏等烹调方法均已出现，在当时技术高超的厨师很受社会的尊敬。那时，虽然奴隶制度仍然普遍存在，但是他们都有各自的具体工作，如购买粮食、烧饭、服侍等，这已经接近了今天厨房与餐厅分工的组织结构。

到公元 200 年，古罗马的文化和社会高度发达，西餐文化也创出了新的风格。当时罗马的烹调方式汲取了希腊烹调的精华，宫廷膳房分工很细，由面包、菜肴、果品、葡萄酒四个专业部分组成。厨师已不是奴隶，厨师总管的身份与贵族大臣相同，拥有一定的社会地位。在哈德连皇帝统治时期，罗马帝国在帕拉丁山建立了厨师学校，以发展西餐烹调艺术。据记载，在公元 4 世纪，罗马还成立有专门的烘焙协会。由于古罗马帝国的强盛，所以在吃的方面十分讲究排场，食物的耗费量、家具的豪华程度都是主人地位高低的标志。

古罗马人的食品原料相当丰富，有西班牙的泡菜、法国高卢的火腿、利比亚的石榴、英国的牡蛎、印尼的香料等，可以说是应有尽有，连蜗牛都是用牛奶喂养催肥的，一直使它钻不出壳为止。调味料及香料的用法已大有进步，许多王公贵族还在自己家中试做调味品，每种调味品都由多种原料复合而成。如由蛋黄、素油、柠檬、胡椒粉、芥末等调和而成的调味品，就是当今的马乃司。有的贵族还用家族的名字作为调味品的名称，以显示自己家族的权威。

在古罗马，吃不仅是为了满足生理上的需求，而且也是为了满足社交、自尊等精神方面的需求。罗马有呕吐池，专供人呕吐之用。一些艺术作品上，也表现出罗马人躺着吃饭的情景。贪吃的罗马皇帝克劳第阿斯专门有一位奴隶用羽毛搔他的喉咙，使他吐出已经吃进的食物，以便能继续进餐。而恺撒的助手安东尼将军由于十分满意为埃及女王克里奥佩特拉举行的一次宴会，而赏给厨师一座城市。一般的奴隶主平日没有技艺精湛的厨师，只有在举办大型宴会时，才聘请高级厨师进行烹调，此举被认为是极为荣耀的事情。

罗马帝国疆域广阔，从面对地中海的北非到小亚细亚，以及现在的法国和西班牙都包括在内。因此，各种烹调方法，连葡萄和小麦的栽种技术等也在帝国内流传与融合。尤其是地中海沿岸地区遍植橄榄树，因此，以橄榄入菜大为盛行。公元 5 世纪，罗马帝国的衰亡导致罗马饮食文化跟着没落。取代美食烹调食物的是各种保存食物的方法，如烟熏及盐腌的猪肉和鱼肉、内脏加工、制作乳酪和面包等。欧洲各地的修道院在此时发挥了极大的影响力，不仅栽种蔬菜、饲养家畜，而且还发展酿制葡萄酒和制作奶酪的技术。另外，古罗马人还发明制作了最早的奶酪蛋糕。当今世界上最好的奶酪蛋糕仍出自意大利。

2. 中世纪的西餐

1066 年，诺曼底人侵占了大英帝国，由于他们的征服和占领，使当时说英语的人们在生活习惯、语言、烹调方法等方面都受到法国人长期的影响。如英语的小牛肉、牛肉和猪肉等词都是从法语演变过来的。查理六世还雇用了有“法王的伟大厨师”之称的泰优凡，后者用法文写了第一本烹饪书。书里记载了许多珍贵的食谱，菜肴丰富，且使用了各式香料，使英国人打破了传统的和单一的烹调方法。1183 年，伦敦出现了第一家小餐馆，小餐馆出售以鱼类、牛肉、鹿肉、家禽为原料的西餐菜肴。

15 世纪中叶是欧洲文艺复兴时期，西餐同文艺一样，以意大利为中心发展起来，在贵族举行的宴会上涌现出各种名菜、细点，至今驰名中外的空心面就是那时出现的。1533 年，

意大利佛罗伦萨贵族，梅德契家族的卡德丽娜公主嫁给法国的亨利二世，这是西餐历史的一大转折点。当时法国宫廷非常奢华，晚餐多达十几道菜，但是进食仍停留在用手抓的阶段，餐桌上的餐具还不完备，餐刀、餐叉、汤匙、餐巾等都没有出现。卡德丽娜公主从意大利带了许多随行人员，包括厨师、仆人、种菜及饲养家畜的农人、设计炉灶的工匠等，将经过文艺复兴时期洗礼的饮食文化带入法国。从此，法国宫廷开始使用刀叉，餐宴也不再只限于男性参与，冰淇淋等新口味也出现在餐桌上。法国艺术家达·芬奇的油画杰作《最后的晚餐》，如实地描绘了基督教徒欢度复活节的圣餐场面，在餐桌上摆有面包、仔牛肉、冷盘、葡萄酒以及餐刀和玻璃杯等物。

自从1492年哥伦布发现美洲大陆以来，新大陆的香料、番茄、玉米等食物被带到西班牙，其中还包括从墨西哥带回的巧克力。当时的巧克力被当作饮料饮用，相当珍贵。但是，1660年西班牙的玛莉亚德瑞莎公主嫁给法王路易十四，将固态的巧克力当作嫁妆带到巴黎，巧克力因而渐渐在法国流传开来。玛莉亚德瑞莎之子菲利五世，为了继承西班牙王室，在1759年从法国回到西班牙。这次却是西班牙上流阶层的生活习惯受到法国王室的影响，逐渐喜欢上法国的宫廷菜。

3. 近代和现代西餐

1650年，英国的牛津出现了第一家咖啡厅以后，到1700年仅伦敦就有200余家。1765年伯郎格在法国巴黎开设了第一家真正的法国餐厅，这家餐厅已经和我们现在经营的西餐厅很相似。1789年的法国大革命，使得奢华无度的宫廷文化终于落幕。王宫贵族雇用的厨师失去工作，为了生活而陆续在市区开设餐厅。在这之前，餐厅还不是什么高级的去处，但由于这些厨师的出现，使餐厅的品质逐渐提升。另一方面，法国新兴势力的资产阶级及欧洲列强的王室，难以忘怀昔日的美食，于是纷纷雇用优秀的法籍厨师。例如，俄皇雇用安得南卡雷姆，德皇雇用欧吉斯特艾斯可非为御厨，这两人写了很多烹饪书籍，一直流传至今，成为集近代法国菜大成的伟大厨师。

从18世纪到19世纪，西餐发展到一个崭新阶段。用于餐桌的瓷器餐具遍布欧洲，供餐形式是每人一份，餐桌上的规矩与现在大致相同，有着严格的摆放及使用方法。直到19世纪末和20世纪初，法国菜在欧吉斯特艾斯可非的努力下才得到简化，因此，他被誉为20世纪烹饪之父，其最大贡献是对传统菜品的简化和厨房的重新组织。

此外，18世纪在法国还出现了世界上第一个饮食鉴赏家让·安塞尔姆·布里亚·萨瓦里。他在《品尝解说》著作中，对各种菜肴做了评价，并以百科全书的形式综述了菜肴与饮料。1855年巴黎举行了万国博览会，当时出现了许多招待外国宾客的知名饭店和餐厅。1900年法国出版《米其林指南》，这本书专门介绍重要的法国餐厅和饭店。1920年，美国开始了汽车窗口饮食服务，1950年以后，西餐快餐业首先在美国发展起来，之后遍及世界。当今的西餐更加讲究营养、卫生和实用性。

20世纪是西餐发展的鼎盛时期。1970年，以法国保罗伯吉斯与乔耶罗宾逊等多位代表现代西餐技艺的厨师开始新饮食运动，他们舍弃传统注重酱汁风味，改为展现食物原味。自此厨师们不受传统束缚，将烹饪视为艺术，自由地创作与革新。从此，现代西餐从回归传统与追求创新两方面着手，顺应时代的新兴美味逐渐成为主流。同时，西餐开始从作坊式的生产步入到现代化的工业生产。

今天，快餐业异军突起，快餐连锁集团如雨后春笋般在世界各地出现并发展起来。据

《美国餐厅新闻》报道，仅美国最大的 100 家快餐连锁集团的销售额就占了整个美国所有餐厅销售额的 80% 以上。不仅如此，这些快餐连锁集团还大举向海外进军。受美国的影响，西方其他国家的快餐业也逐渐发展起来。

三、西餐在中国的传播与发展

我国人民与西方人民的交往由来已久。远在两千年前，波斯古国和西亚各地的灿烂文化就通过“丝绸之路”传入中国，其中就包括膳食。在 13 世纪，意大利旅行家马可·波罗到中国旅行，也曾将某些欧洲菜点的制作方法传到中国。但在漫长的封建社会里，我国执行的是闭关锁国的政策，所以，当时在食品方面只限于一些物产的相互交流。到了 17 世纪中叶，西方资本主义的出现，到我国经商的船只也逐渐增多，一些传教士和外交官也不断到我国内地传播西方文化，同时也将西餐技艺带到了中国。据记载，明代天启二年，德国传教士汤若望在京居住期间，曾用“蜜面和鸡卵”制成“西洋饼”来招待中国官员，食者皆“诧为殊味”。到了清代初期，中国宫廷、王府官吏与洋人交往频繁，逐渐对西餐产生兴趣，偶尔也食用一些西餐。但当时这些简单的西餐也只能在家庭餐桌上出现，我国的西餐行业还没有形成。

西餐真正传入中国是在 1840 年鸦片战争以后。到了清朝的后期，西方人在中国的一些大城市如上海、北京等地建造了不少西餐厅（当时叫番菜馆），经营各式西餐，从此，我国有了西餐行业。据清末史料记载，最早的番菜馆是上海福州路的“一品香”，继之为“海天春”“一家春”“江南春”等。在北京最早出现的是“醉琼林”“裕珍园”等。1900 年两个法国人在北京创办了北京饭店，1903 年建立了得利面包房，此后，西班牙人又创办了三星饭店，德国人开设了宝珠饭店，希腊人开设了正昌面包房，俄国人开设了石根牛奶厂等。从 20 世纪 20 年代初起，上海西餐也得到了迅速发展，出现了几家大型的西式饭店，如礼查饭店（现浦江饭店）、汇中饭店（现和平饭店南楼）、大华饭店等。进入 20 世纪 30 年代，又相继建起了国际饭店、华反饭店、都城饭店、上海大厦等。这些饭店除接待住宿以外，都以经营西餐为主。此外，广州的哥伦布餐厅，天津的维克多利，哈尔滨的马地尔等也都很有名气。在当时，许多饭店和餐馆的厨师长都由外国人担任，同时也雇用我国厨师，这样，西餐技术就逐渐为我国厨师所掌握。到了 20 世纪三四十年代，西餐在中国已有较大的发展，以上海为例，大饭店和西餐馆到处可见。总之，20 世纪二三十年代是西餐在中国传播和发展的最快时期。

1949 年新中国成立后，西餐又有了新的发展。在北京的莫斯科餐厅、友谊宾馆、新侨饭店及北京饭店西楼等都设有西餐厅。当时与前苏联及东欧国家交往密切，20 世纪 50 年代和 60 年代我国西餐主要发展了俄式菜。

改革开放前，我国的国际交往以前苏联和东欧为主，我国的西餐只有俄式和东欧一些菜肴。改革开放后，我国对外交往扩大，合资酒店相继在各大城市建立，外国著名的饭店管理集团管理着国内的许多酒店。他们进入中国后，带来了新的西餐技术及现代化的管理，使中国的西餐行业迅速与国际接轨，并且培养了一大批技术和管理骨干力量，这些骨干力量大部分在合资酒店和国内经营的著名酒店做西餐管理工作。近几年，在北京、上海、广州、深圳和天津等大中城市相继出现一些西餐厅，经营着具有世界各种文化和口味的现代西餐，使西餐越来越多样化和国际化，从而满足了不同消费者的需求。

20 世纪 80 年代后，随着我国对外开放政策的实施，经济的发展，旅游业的崛起，西餐

在我国的发展进入了一个新的时期。在北京、上海、广州等地相继兴起了一批设备齐全的现代化饭店，世界著名的希尔顿、喜来登、假日饭店等新型的饭店集团，也相继在中国设立了连锁店。这些饭店大都是聘用了西方厨师，带来了现代化的西餐技术。同时，一些老饭店也不断更新设备和技术，菜系也出现了以法式为主，英、美、意、俄等菜式全面发展的格局。

近年来，在我国还相继出现了肯德基、麦当劳、必胜客等西式快餐。在北京、上海、广州、天津和深圳等地区的咖啡厅和西餐厅的总数已有数百家，西餐菜肴的种类和质量也不断增加和提高。当今我国的西餐发展已形成一定的格局，例如，以北京为代表的多国菜肴，以天津为代表的英式菜，南方以上海为代表的法式菜，以哈尔滨为代表的俄罗斯菜。我们相信，随着我国改革开放越来越深入，步伐进一步加快，引进外资工作会进一步增长，2008年奥运会申办成功和中国加入WTO，给我国西餐业的发展创造了很好的条件。

四、西餐与西方人的饮食习惯

西餐烹饪文化是西方文化的重要组成部分，在西方人的生活中占有重要地位，它充分体现了西方饮食文化的特色和西方人的饮食习惯。

作为主食的面包在西方人的一日三餐中几乎每餐都有。由于西方生活的快节奏，人们的午餐十分简单，夹有蔬菜、鸡蛋、奶酪或红肠的面包即三明治，成了不少人午餐的主要食品。这种三明治在餐馆、点心铺、超市中均有出售。

喝午茶是西方人，特别是英国人传统的生活习惯。在英国，18世纪就开始形成饮茶的风气，饮茶似乎成了一项国家的娱乐活动，并沿袭至今。传统的午茶时间大约在下午4点，与午茶相伴的有各种花式糕点。

世界上许多国家都有为节日和喜庆制作蛋糕的习惯，就像我国的“端阳”粽子，“中秋”月饼一样。在西方，不同的节日有相应的节日糕点，其中最重要的是圣诞节，其次是复活节。

圣诞节是基督教各派信徒纪念耶稣诞辰的日子。在主要信奉基督教的国家和地区，人们在圣诞节期间，习惯合家欢聚，用圣诞蛋糕、圣诞布丁、圣诞糖果、圣诞巧克力、烤火鸡或烤鸭、烤鹅、烤牛排等最好的大菜和甜品，装点节日的餐桌。

复活节是仅次于圣诞节的节日。据《圣经》记载：耶稣被罗马总督判处死刑，钉在十字架上，三天之后又复活了。为了纪念耶稣的复活，这一天信徒们要举行斋戒，不吃肉食，不用刀叉进食，减少娱乐。在节日期间，拣拾彩蛋是孩子们重要的活动。用小动物形状做成的巧克力糖果，装饰精美的甜点，是节日的重要食物。

情人节又叫瓦伦丁节。瓦伦丁是一名基督教徒，因带头反抗罗马统治者的迫害而被捕坐牢，在关押期间，瓦伦丁得到了典狱长女儿的精心照料，彼此产生了感情，在公元270年2月14日，瓦伦丁在被处死之前向姑娘表达了自己的爱意。基督教徒为了纪念瓦伦丁，把2月14日定为情人节。情人节是年轻的恋人互表爱心的时刻，也是享受情侣套餐的日子。

§ 1—2 西餐主要菜式及特点

西餐通常主要指欧美菜肴。其中影响较大的菜式有法式菜、意大利菜、英式菜、德国

菜、俄罗斯菜、北美菜(美国、墨西哥)。

一、法国菜

法国菜在现代欧洲菜中具有重要位置。国际性宴会上经常供应精致的、类似宫廷菜的法国菜。一流饭店和餐厅的菜单组合及上餐方式，也都是以法国菜为蓝本。法国厨师以其高超的烹饪技术享誉天下。

法国是公元 476 年西罗马帝国灭亡后在其废墟上逐渐建立起来的国家，在此之前它是古罗马的一个省，称为外高卢。在当时就有一些雅典和罗马的名厨师来到这里，奠定了法国菜的基础。到欧洲文艺复兴时期，意大利盛行的一些名菜传到法国，使法国菜更加丰富。法王路易十四时期，是法式菜发展的高峰时期。路易十四经常在刚落成的凡尔赛宫为他的 300 名厨师举办烹饪大赛，优胜者由皇后授予绶带，此奖项就是流传至今的蓝带奖(cordon blue)。此后的路易十五和路易十六也都崇尚美食。在这种环境的影响下，厨师具有较高的社会地位，因此，名厨辈出，烹饪著作也很多，奠定了法式菜在西餐中的重要地位。现代的法式菜可以分成两大潮流，一个是沿袭宫廷风格的高级路线；另一个是由法国的风土与历史孕育的地方菜路线。

法国物产丰富，自然条件优越，农牧业发达，粮食、水果、肉类均可自足并还有部分可供出口。其西临大西洋、南临地中海，有很长的海岸线，渔业也很发达，尤其是法国所产的牡蛎更是驰名世界。另外，法国所产香槟、白兰地、葡萄酒等酒类产品倍受各国人民喜爱，其所产奶酪等奶制品同样受到美食家们的推崇。

法国菜的特点主要体现在以下几个方面：

1. 用料讲究，取料广泛，制作精细

法国菜用料十分讲究。肉类按档取料，水产品要求鲜活，蔬菜水果都要求新鲜。肉类、鱼类、禽类、菌类、贝类均可入菜，经常使用的有：牛扒、羊排、比目鱼、鹅肝、黑菌、牡蛎、蜗牛、鸽子、洋蓟、鲜蚕豆、奶制品等，取料十分广泛，并且加工十分精细。菜肴追求装饰，色彩搭配高雅。

2. 原汁原味，喜欢鲜嫩，营养均衡

法国菜讲究原汁原味，突出原料自身的味道，重视基础汤汁的制作和运用。烹制什么菜就用什么原料的基础汤汁，最大程度上突出了原料的特殊风味。如制作牛清汤就用牛基础汤，制作鱼汁就用鱼基础汤，制作羊肉菜肴就用羊基础汤等。同时，法国菜追求鲜嫩，如蔬菜要求鲜嫩，牛排通常 3~5 成熟，牡蛎大都生吃。法国菜的营养搭配十分合理，每餐都有一定规格，畜、禽、水产、蔬菜、水果合理搭配，兼具人体所需的脂肪、蛋白质、碳水化合物、无机盐和维生素等各种营养成分，营养均衡。

3. 重视酒品的使用

法国菜在烹调时重视酒的使用，这是因为法国盛产酒，品种多、质量佳，所以，享有得天独厚的条件。在烹调中大量使用酒以助调味，讲究做什么菜用什么酒，如鱼类用白葡萄酒，海产品用白兰地、香槟酒、茴香酒，畜类用红酒，野味用钵酒等。

法国菜的代表菜品有：恺撒沙拉、鹅肝酱、法式洋葱汤、大虾浓汤、炸鱼排、海鲜酥鱼、红酒焖鸡、黑椒牛排、普罗旺斯烩羊肉、奶油炖蛋、巧克力木司蛋糕、牛角面包等。

二、意大利菜

意大利菜也是西餐的重要流派，对其他许多国家菜式具有深远影响。由于意大利半岛南

北狭长，南北的气候风土有着很大的差异，因此，每个地方都有很多独特的地方菜。在 19 世纪中叶，各地方独立自成一体，这也是地方菜系统放异彩、传承至今的一大因素。

意大利地处南欧的亚平宁半岛上，历史悠久，公元前 2 世纪后期已成为拥有大部分西、南欧和部分北非及西亚地区的强大帝国。罗马帝国在吸收了古希腊文明的基础上发展了古罗马文明，成为当时欧洲的政治、经济、文化中心，餐饮文化也很快发展到一个新水平。

谈到意大利菜，有人会想到加了大量番茄酱和橄榄油的菜肴，这是意大利南部菜肴的特色。在边境和靠近法国的西北部，也有很多加了奶油等乳制品的菜肴。此外，被称为里维埃拉海岸的地中海沿岸地区，有很多菜肴和法国南部的普罗旺斯地区一样，加了很多香草和橄榄油。意大利内陆地区以肉类较多，沿海地区以海鲜较多，而文艺复兴的中心佛罗伦萨，以贵族菜肴的发祥地而闻名，甚至影响到法国菜。此外，在西西里岛等南部地区，到现在还有受阿拉伯影响的菜肴。

意大利优越的地理条件使意大利的农业和食品工业都很发达，其食品中的面条、奶酪、风干火腿、色拉米肉肠著称于世。他们擅长做海鲜、喜欢做红烩菜，烹调时喜用橄榄油、橄榄、番茄、番茄酱、大蒜、芝士、香草等做调味料，同时也重视酒的运用。汤类也十分闻名。

意大利菜的特点主要体现在以下几个方面：

1. 原味突出、香烂味浓

意大利菜讲究突出原料自身的味道，如在制作沙拉时，经常只使用非常简单的两三种调料直接调味，以突出原料的鲜美，而在制作肉类等菜肴时，多喜用红烩、煎、扒等，肉类菜肴也多做至全熟，并喜欢用芝士。

2. 用谷类做菜，品种丰富

据传 13 世纪意大利旅行家马可·波罗把我国的面条传到意大利。目前，意大利菜以面食著称，面条类品种多达 140 多种，制作方法多样、口味丰富。另外，意大利米（Risotto）是意大利的特产，其制作方法也多达几十种。意大利玉米粉（Polenta）、各种豆类也在意餐中被广泛使用。此外，还有各种意式馄饨、比萨饼等。

意大利菜的代表菜品有：生腌牛柳、海鲜冷拼、意大利蔬菜汤、培根青豆汤、酿鱿鱼、米兰式猪排、比萨饼、肉酱意大利面、奶油火腿烩意面、海鲜烩通心粉、提拉米素蛋糕、无花果红莓蛋糕等。

三、英国菜

英国是在西罗马帝国灭亡，日耳曼民族迁徙英伦三岛后逐渐建立起来的国家。罗马帝国占领时期影响了英国的早期文化，但大多数烹调方法都失传了。公元 1066 年，法国的诺曼底公爵继承了英国王位，带来了法国和意大利的饮食文化，为英式菜的发展打下了基础。英国人不像法国人那样崇尚美食，因此，英国菜相对来说比较简单，但英式菜中早餐却很丰富，素有“big breakfast”即丰盛早菜的美称，受到西方各国的普遍欢迎。

另外，英国人有在下午 4 点左右喝茶的习惯，一般是一杯红茶（咖啡或饮料）加一份点心。他们把喝茶当作一种享受，同时也是一种社交，朋友们常在这时候一边喝茶，一边聊天。

英国菜口味清淡，调味品（盐、胡椒粉、李派林汁、芥末酱等）喜欢放在餐桌上自取调味，菜肴追求鲜嫩，制作方法较为简单。

英国菜的特点主要体现在以下几个方面：

1. 口味清淡、量小而精

英国菜普遍较为清淡、少油，有些菜肴采用清汤煮等方式，不太重视调味料的使用。

2. 制作方法较为简单

英国菜通常不采取太复杂的加工方式，原料形体较大，烹调方法也很简单，不太重视菜肴装饰。

英国菜的代表菜品有：奶油蘑菇汤、酥炸鱼柳、皇后鸡、牛尾汤、爱尔兰烩羊肉、英式松饼、面包布丁、英式水果蛋糕等。

四、德国菜

德国也是在罗马帝国灭亡后由日耳曼诸部落逐渐建立起来的国家，中世纪时期一直处于分裂状态，直至 1870 年才真正统一。德国人喜爱运动，食量较大，保留着以肉食为主的日耳曼遗风。德国菜以丰盛实惠、朴实无华著称，口味偏咸，量大，喜用腌制肉类和酸椰菜制作菜肴。德国香肠品种繁多，工艺繁杂，口味各异，深受人们欢迎。

德国菜的特点主要体现在以下几个方面：

1. 口味咸、酸，用料有局限性

德国菜以肉类为主，海鲜原料使用较少，特别喜用猪肉原料，这是德国菜与其他菜式的重要区别。德国菜使用酸椰菜做配菜，经常与腌制肉类配在一起，风味独特。

2. 烹调技法简单，装饰朴实无华

德国菜加工方法比较简单，菜肴不重装饰，通常只是土豆泥和酸椰菜配上主料，并且量大。

德国菜的代表菜品有：德式土豆沙拉、鞑靼牛肉、面包丸子汤、火腿青豆汤、烤咸猪肘、汉堡牛扒、黑森林蛋糕、德式栗子排、巴伐利亚奶油配香草汁等。

五、俄罗斯菜

俄罗斯横跨欧亚大陆，地域广阔，有 100 多个民族。在饮食方面比较崇尚法国菜，同时也吸收意大利、奥地利、匈牙利等国菜式的特点，结合本土的饮食习惯，逐渐形成自己的风格。

俄罗斯菜选料广泛，制作讲究，因料施技，味道多样，醇厚、酸甜、浓郁不腻，喜用奶油调味，俄罗斯菜的特点主要体现在以下几个方面：

1. 醇厚多油，品种多样

俄罗斯地处寒带，气候寒冷，人们需补充热能，所以传统菜肴的油量较大，不过，近年来受西方国家影响也趋于向清淡发展。又因俄罗斯地域广，各地特产和饮食习惯不同，故而口味和品种具有多样化特点，以酸、甜、咸、微辣为主要特点。

2. 加工技巧复杂，烹调方法多样

俄罗斯菜注重加工技巧，有些菜肴的加工十分繁重，如加工黄油鸡卷就需运用大量的刀工技巧才能完成。烹调方法多采用炸、烤、烩、焖、煎等，而蒸和煮运用较少。

俄罗斯菜的代表菜品有：鱼子酱、马乃司鸡、冷酸鱼、俄式沙拉、红菜头汤、奶油碗豆汤、罐焖牛肉、黄油鸡卷、奶油烤鱼、巧克力气鼓、清酥羊角等。

六、北美菜

北美菜以美国和墨西哥为主，两国相临，菜肴制作手法相互吸收，美国南部地区与墨西

哥北部接壤，许多菜肴具有相同的特点。

1. 美国菜

美国菜是在英国菜的基础上，兼法、意等国菜式，结合本地特产发展起来的新菜式，因盛产水果故常用水果做菜肴的配料，口味咸中带甜，样式新颖，重视营养。

美国菜的特点主要体现在以下几个方面：

(1) 追求营养健康 美国菜首先注重营养成分，着重研究对健康方面的需求，追求绿色、无污染食品，并有众多供素食主义者食用的菜肴。

(2) 口味多样，创火鸡菜肴之先河 美国菜兼收并蓄，既有欧洲各国的口味，又吸收了许多墨西哥菜的制法，形成了自己甜、咸、辣、鲜的特点。火鸡本为北美洲的野生动物，因其低脂、味美、营养价值高而成为感恩节、圣诞节的必备菜肴，并影响了整个西方世界，深受人们喜爱。

2. 墨西哥菜

墨西哥菜是墨西哥本地菜式与欧洲菜式和美国菜式的有机结合。它以墨西哥本地特产，运用西餐烹调方法制作出具有鲜明特点的菜式，突出辣味，使用仙人掌、玉米、水果等本地物产，制出的菜肴别具特色。

墨西哥菜的特点主要体现在以下几个方面：

(1) 辣味突出，口味各异 墨西哥盛产辣椒，辣椒品种很多，而且做什么菜用什么辣椒十分讲究。墨西哥菜有的辣中带香，有的突出糊辣，有的突出酸辣，各具特色。

(2) 选料本土化，特色鲜明 墨西哥菜大量使用地域鲜明的原料，如仙人掌、玉米、花生、鳄梨等。喜用孜然、香菜辅助调味，极具地方特点。

北美菜的代表菜品有：火鸡沙拉、华道夫沙拉、脆玉米饼配芒果酱、仙人掌鳄梨沙拉、姜味南瓜汤、黑豆汤、菠萝烤猪排、烤火鸡、花生鸡、墨西哥辣牛肉酱、热狗、玉米叶囊火鸡、苹果派、芒果盏等。

§ 1—3 西餐工艺的特点

一、西餐工艺的基本特点

1. 设备、工具先进

西餐工艺使用的厨房设备、工具高效节能，安全卫生，如微波炉、电磁炉、可调节性电油锅、自动炒菜锅、智能机器人厨师等，许多工艺已由机械化发展到电子化。原料加工也大都使用精密的食品机械，如切肉机、切菜机、绞肉机等，机械齐全，切出的原料整齐均匀，科学化、规范化程度很高。

2. 营养组配科学严格

西餐工艺对原料的组配科学严格，统一配方，统一规格，营养均衡合理，同一产品的风味质量不受制作数量和制作速度的影响。在西菜中，一般什么样的肉类就要配什么样的少司和素菜，有严格的规定，不能逾矩。

3. 烹调方法别具一格

西餐工艺常用的烹调方法有煎、炸、烩、烘、熏、焗、铁扒、铁板煎等，其中铁扒、焗、烤在西餐中更具特色。许多高档菜多用铁扒、烤、铁板煎等方法烹制，如烤火鸡、铁扒牛排等。由于西菜原料厚大，烹制时各种调料不易入味，所以大都伴有少司。调味少司一般与主料分开单独烹制。西菜除少数品种荤素混合制作外，大部分要求荤素分开烹制。

4. 注意肉类菜肴的老嫩程度

西餐工艺对肉类菜肴，特别是牛、羊肉的老嫩程度很讲究。服务员在接受点菜时，必须问清宾客的要求，厨师应按照宾客的口味进行烹制。一般，肉类有5种不同的成熟度，即全熟（Well done）、七成熟（medium well）、五成熟（medium）、四成熟（medium rare）和三成熟（rare）。

二、西餐工艺的研究内容

西餐工艺是研究西餐制作方法和程序的一门学科，它主要以西餐工艺流程中的各个环节为研究对象，研究西餐烹饪原料转变为成品的机制、方法和规律。其基本内容由以下几部分构成。

1. 西式厨房的组织与设备工具

西式厨房是西餐工艺的操作场地，在那里将各种各样的西餐原料制成具体的西餐成品。因此，必须了解西式厨房的人员组织与结构布局，掌握西餐工艺常用的设备和工具的种类、性能、使用及保养方法。

2. 西餐原料的选用

原料是西餐工艺的物质基础，要准确地实施西餐工艺，必须依据食用意图和具体品种，科学地选择和合理地运用各种类型的西餐原料，包括主配料和调辅料等。

3. 原料加工工艺

原料加工工艺是西餐工艺的重要组成部分，为后续的烹调工艺提供所需的成形原料，具体包括西餐原料的初加工、部位分卸工艺、剔骨出肉工艺、刀工工艺、整理成形工艺等工序的科学原理和工艺要求。

4. 烹调工艺

烹调工艺是西餐工艺的主题内容，主要研究不同类型的西餐成品的具体烹调工艺，包括西菜（汤菜、冷菜和热菜）制作工艺、西点制作工艺和西式饮料制作工艺三大内容，研究各种类型成品的制作方法、定义、分类和具体工艺及其原理。

5. 盛装工艺

盛装工艺是西餐工艺的最后道工序，它研究将制作好的西餐成品装入特定盛器的具体工艺以及装饰美化的规律和要求。

三、学习西餐工艺的意义和要求

1. 学习西餐工艺的意义

西餐工艺作为一种异域的烹饪技艺，自成体系，特点鲜明，它所创造出的美食品种，不仅满足我国人民的需要，也满足在我国工作、生活、人数越来越多的外国朋友的需要，它使消费者领略异国情趣，增进了解，促进友谊。特别是西餐工艺在选料、营养意识、卫生标准、工艺要求等方面，以及现代西式快餐在标准化、工业化和连锁经营方面，给中国餐饮业带来了许多新观念、新做法，有许多地方值得借鉴和采用。我们学习西餐工艺，一方面可以满足国人追求文化多元性的内在需求；另一方面可以满足旅游业和外交发展的需要。同时也