

跟大厨学做 酱料

必学酱汁 40 种
必吃料理 80 道

何行记 李健荣 冯庆强等 / 著

西式 意大利 南洋 日本 中式 小吃 甜点 香草
8大料理达人私房独门酱料首次公开



江苏美术出版社
全国百佳图书出版单位

跟大厨学做 酱料

必学酱汁 40 种
必吃料理 80 道

何行记 李健荣 冯庆强等 / 著



 江苏美术出版社

全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

跟大厨学做酱料 / 何行记等著. -- 南京: 江苏美术出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5344-7311-1

I. ①跟… II. ①何… III. ①调味酱-制作 IV.
①TS264.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第069417号

本书简体中文版权由台湾邦联文化事业有限公司正式授予北京凤凰千高原文化传播有限公司。本书内容未经出版者书面许可, 不得以任何方式或者任何手段复制、转载或刊登。

著作权合同登记号: 图字10-2013-610号

策划编辑 张冬霞 袁梅苹
责任编辑 曹昌虹
装帧设计 水长流文化
责任监印 徐 屹

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏美术出版社(南京市中央路165号 邮编: 210009)
北京凤凰千高原文化传播有限公司

出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>

经 销 全国新华书店

印 刷 深圳市彩之欣印刷有限公司

开 本 787mm × 1092mm 1/16

字 数 15千字

印 张 8

版 次 2015年1月第1版 2015年1月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5344-7311-1

定 价 32.80元

营销部电话 010-64215835-801

江苏美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换

Contents

6 在家做酱料，你需要准备这些材料

10 在家做酱料，你需要准备这些用具

13 在家做酱料，你需要学会这些技巧

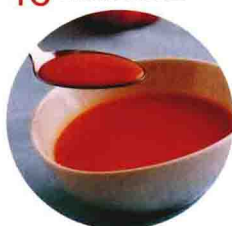
14



西式酱料

西洋的美味调色盘

16 甜椒番茄酱



17 贝瑞起司烤里脊

19 鲷鱼佐甜椒番茄酱

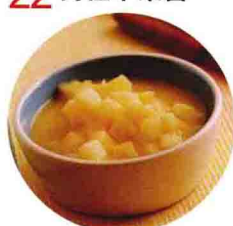
20 白酒草菇酱



21 香煎鲈鱼佐草菇酱

21 草菇烩干贝明虾

22 肉桂苹果酱



23 红醋栗香煎鸭胸

23 清蒸鲷鱼佐苹果酱

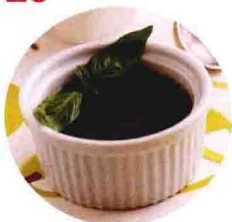
24 蒜香红酒酱



25 绿胡椒菲力牛排

25 蒜香红酒羊排

26 伯斯图酱



27 橄榄鲑鱼排

27 蒙地卡罗羊排

28



意大利酱料

Oh! Mamamia!

30 番茄酱



31 米兰猪排佐番茄酱

33 渔夫式海鲜笔尖面

34 香橙沙司



35 鳄梨鲜虾香橙沙拉

35 焗香橙吐司

36 粉红酱汁



37 鸡胸干贝慕司

37 墨鱼镶面

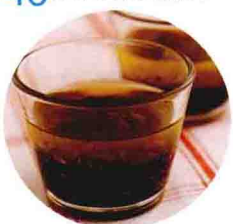
38 热诺亚酱



39 热诺亚罗兰派

39 鱼柳佐热诺亚酱

40 意大利油醋汁



41 意式油醋焗生蚝

41 奶酪番茄沙拉卷

目录

42



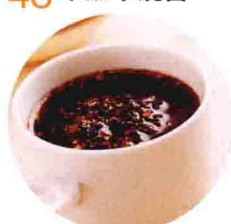
拜访酸辣料理国度

44 泰式XO辣酱



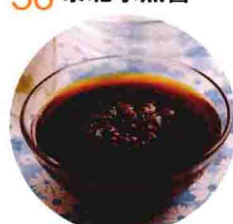
45 XO辣酱炒秋葵
47 XO三葱爆鱼片

48 木瓜干烧酱



49 木瓜酱爆虾球
49 干烧酱爆鸡丁

50 泰北水煮酱



51 水煮白菜鱼头
51 水煮田鸡汤

52 罗望子酱



53 鲑鱼佐罗望子
53 田园罗望沙拉

54 榴莲蒜茸青酱



55 咖喱青酱焗洋葱
55 榴莲米子鲜虾卷

56



我的五味故事

58 好烧煎饼酱



59 和风炒面
61 时蔬玉子卷

62 柴鱼风味汁



63 汁淋千层米茄
63 洋葱沙拉冷面

64 橙醋酱汁



65 橙醋佐鲜鱼
65 炸鸡沙拉

66 寿喜煮汁



67 寿喜牛肉煮
67 豆腐炖肉

68 照烧酱



69 照烧福袋
69 照烧和风汉堡

Contents

70



中式酱料

瓮里的缤纷世界

72 菠萝风味酱



73 菠萝酱烧柳肉

75 菠萝风味羊小排

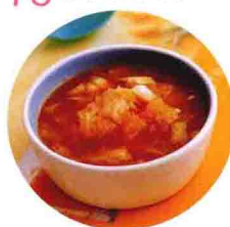
76 香槟汁



77 香槟兰花蚌

77 香槟青蟹

78 果粒橙花汁



79 橙花樱桃

79 橙花排骨

80 药膳汁



81 药膳荷叶蒸鱼

81 药膳活虾

82 干烧酱



83 酱烧竹节排

83 干烧双脆

84



小吃酱料

小酱料大学问

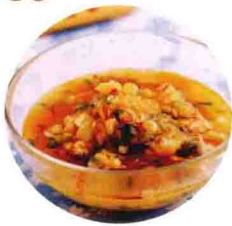
86 红糟肉酱



87 红糟炒鲑鱼

89 苦瓜镶红糟肉

90 麻辣鱿鱼丝酱



91 麻辣香丝炒牛片

91 麻辣香丝白菜卤

92 地瓜沙拉酱



93 地瓜棺材板

93 地瓜酱蒸蛋

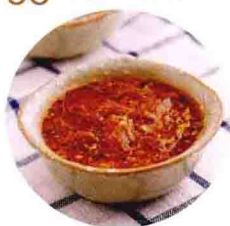
94 蒜泥酱



95 豆皮海鲜卷

95 酥炸海苔卷

96 冬瓜三味酱



97 冬瓜酱炒三鲜

97 冬瓜蛋黄蒸肉

目录

98

甜点酱料

甜蜜的加分滋味

100 咖啡奶油酱



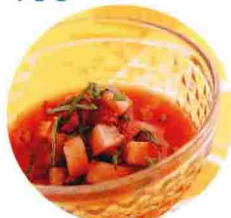
101杏仁咖啡饼
103咖啡泡芙卷

104 焦糖牛奶酱



105香蕉蛋糕
105面包布丁

106 草莓覆盆子酱



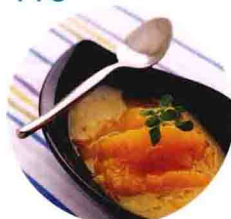
107奶油蛋糕
107天使面佐莎莎酱

108 咖椰酱



109椰香蛋糕
109咖椰多拿滋

110 姜汁柳橙酱



111香草冰激凌
111法式煎饼佐柳橙酱

112

香草酱料

享用众神的美食

114 茵陈蒿酱



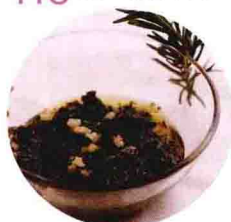
115茵陈蒿酱芦笋
115慕思琳佐鳕鱼

116 马郁兰南瓜酱



117海鲜焗饭
117南瓜千层面

118 迷迭蒜香酱



119迷迭蒜香烤腿排
119迷迭香烤土豆

120 法香香芹酱



121法香水果莎莎
121法香魔鬼蛋

122 百里香奶油酱



123百里香烤全鸡
124百里香酱焗田螺

跟大厨学做 酱料

必学酱汁 40 种
必吃料理 80 道

何行记 李健荣 冯庆强等 / 著



 江苏美术出版社

全国百佳图书出版单位

Contents

6 在家做酱料，你需要准备这些材料

10 在家做酱料，你需要准备这些用具

13 在家做酱料，你需要学会这些技巧

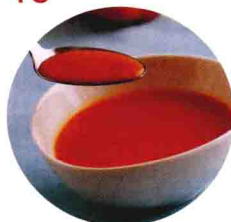
14



西式酱料

西洋的美味调色盘

16 甜椒番茄酱



17 贝瑞起司烤里脊

19 鲷鱼佐甜椒番茄酱

20 白酒草菇酱



21 香煎鲈鱼佐草菇酱

21 草菇烩干贝明虾

22 肉桂苹果酱



23 红醋栗香煎鸭胸

23 清蒸鳕鱼佐苹果酱

24 蒜香红酒酱



25 绿胡椒菲力牛排

25 蒜香红酒羊排

26 伯斯图酱



27 橄榄鲑鱼排

27 蒙地卡罗羊排

28



意大利酱料

Oh! Mamamia!

30 番茄酱



31 米兰猪排佐番茄酱

33 渔夫式海鲜笔尖面

34 香橙沙司



35 鳄梨鲜虾香橙沙拉

35 焗香橙吐司

36 粉红酱汁



37 鸡胸干贝慕司

37 墨鱼镶面

38 热诺亚酱



39 热诺亚萝卜派

39 鱼柳佐热诺亚酱

40 意大利油醋汁



41 意式油醋焗生蚝

41 奶酪番茄沙拉卷

目录

42



南洋酱料

拜访酸辣料理国度

44 泰式XO辣酱



45 XO辣酱炒秋葵

47 XO三葱爆鱼片

48 木瓜干烧酱



49 木瓜酱爆虾球

49 干烧酱爆鸡丁

50 泰北水煮酱



51 水煮白菜鱼头

51 水煮田鸡汤

52 罗望子酱



53 鲑鱼佐罗望子

53 田园罗望沙拉

54 榴莲蒜茸青酱



55 咖喱青酱焗洋葱

55 榴莲米子鲜虾卷

56



日式酱料

我的五味故事

58 好烧煎饼酱



59 和风炒面

61 时蔬玉子卷

62 柴鱼风味汁



63 汁淋千层米茄

63 洋葱沙拉冷面

64 橙醋酱汁



65 橙醋佐鲜鱼

65 炸鸡沙拉

66 寿喜煮汁



67 寿喜牛肉煮

67 豆腐炖肉

68 照烧酱



69 照烧福袋

69 照烧和风汉堡

Contents

70

中式酱料

瓮里的缤纷世界

72 菠萝风味酱



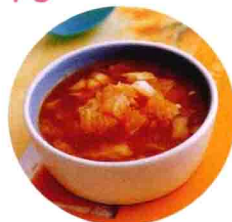
73 菠萝酱烧柳肉
75 菠萝风味羊小排

76 香槟汁



77 香槟兰花蚌
77 香槟青蟹

78 果粒橙花汁



79 橙花樱桃
79 橙花排骨

80 药膳汁



81 药膳荷叶蒸鱼
81 药膳活虾

82 干烧酱



83 酱烧竹节排
83 干烧双脆

84

小吃酱料

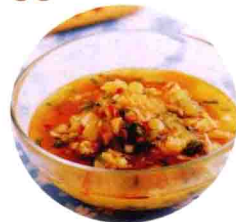
小酱料大学问

86 红糟肉酱



87 红糟炒鲑鱼
89 苦瓜镶红糟肉

90 麻辣鱿鱼丝酱



91 麻辣香丝炒牛片
91 麻辣香丝白菜卤

92 地瓜沙拉酱



93 地瓜棺材板
93 地瓜酱蒸蛋

94 蒜泥酱



95 豆皮海鲜卷
95 酥炸海苔卷

96 冬瓜三味酱



97 冬瓜酱炒三鲜
97 冬瓜蛋黄蒸肉

目录

98

甜点酱料

甜蜜的加分滋味

100 咖啡奶油酱



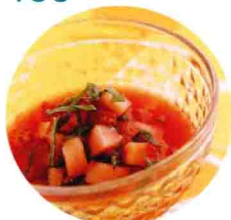
101杏仁咖啡饼
103咖啡泡芙卷

104 焦糖牛奶酱



105香蕉蛋糕
105面包布丁

106 草莓覆盆子酱



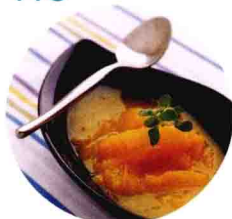
107奶油蛋糕
107天使面佐莎莎酱

108 咖椰酱



109椰香蛋糕
109咖椰多拿滋

110 姜汁柳橙酱



111香草冰激凌
111法式煎饼佐柳橙酱

112

香草酱料

享用众神的美食

114 茵陈蒿酱



115茵陈蒿酱芦笋
115慕思琳佐鳕鱼

116 马郁兰南瓜酱



117海鲜焗饭
117南瓜千层面

118 迷迭蒜香酱



119迷迭蒜香烤腿排
119迷迭香烤土豆

120 法香香芹酱



121法香水果莎莎
121法香魔鬼蛋

122 百里香奶油酱



123百里香烤全鸡
124百里香酱焗田螺

在家做酱料，你需要准备这些材料

西式达人 Selection

白酒醋、香草

* 白酒醋是用白葡萄酿造的，加在以蔬菜为主的酱汁里，除了可以去除蔬菜的生野味，其酿造出来的酸度也能让酸味的酱汁更有层次感。

* 香草是有“香味的植物”的泛称，常应用在菜肴或点心上，也可制成各种风味的香草酱汁，不但可以增添食物风味，也能掩饰部分食材腥膻的味道，更能作为排盘时最佳的装饰品。

三色胡椒、丁香、肉桂

* 三色胡椒粒含有黑胡椒、绿胡椒、白胡椒三种不同风味的胡椒。用在西式料理中，可以去除肉类的腥味，且适度的辛辣香也能让味蕾享受到更丰富的馨香。

* 丁香常用于西餐的肉类烹调，辛辣带苦涩味，烹调后转为温和甘甜。

* 肉桂有特殊的辛香味，在西式料理中经常与肉类或苹果搭配。肉桂的辛香不但可以减轻肉类的腥膻味，还能用在甜点与酱料中，让酱汁有更多美味的变化性。

红酒、白酒

* 西式料理中，白酒适合搭配海鲜或较清淡的料理，红酒适合搭配肉类等较油腻浓郁的料理。

无盐奶油

* 奶油有分有盐与无盐，有盐奶油适用于一般料理，无盐奶油则适合制作甜点。西式酱料中，为了增加酱汁滑润的口感以及奶油香，所以使用不具咸味的无盐奶油。



意大利达人 Selection

意大利综合香料、鲜奶油

* 意大利综合香料 (Mixed spicy) 是一种万用香料，广泛使用在意大利料理上，是一种经过混合的综合香料，内含去除鱼腥味的罗勒叶、牛膝草、牛至等香料，适合和番茄、橄榄油、蒜等一同配合使用。

* 鲜奶油是加工食品，乳脂含量很高，可以打发成为甜点上的装饰，也能拌入酱料中增添香浓的风味与滑顺口感，是欧美料理相当重要的角色；可在大型超市的乳制品冷藏柜找到。

橄榄油、浓缩柳橙汁

* 橄榄油颜色翠绿，就是第一榨或第二榨的鲜油，其香味与纯度都较高，是品质比较好的橄榄油。橄榄油可以让酱汁增添浓滑度，也是很好的基础酱汁；橄榄油在意大利菜式中占有相当重要的地位，几乎是意大利菜最基底的油脂。

* 浓缩柳橙汁是柳橙汁的加工品，耐于保存，甜度较新鲜水果高许多。加入酱料中可以增加甜味与果香，也免去榨汁调味的不便；在超市可以找到。

意大利陈年老醋

* 好的老醋呈现漂亮的殷红色，也有相当优雅且不刺鼻的香味。使用在搭配肉类的酱汁中，更能显现其迷人的香味。老醋跟葡萄酒一样有年份多寡的差别，年份越高，醋的品质越好，价钱当然也就越高。



鸡心椒、红辣椒粉、花椒粉

★鸡心椒又称朝天椒，相当辛辣，约是一般辣椒的3倍辣度，为南洋酱料中最主要的辣味来源。

★红辣椒粉为红辣椒干燥后研磨成粉末，与鸡心椒同为南洋酱料中的辣味来源，它没有鸡心椒的劲辣，但有辣椒的香气。

★花椒磨成粉状，香气更容易挥发，在调制酱料过程时，花椒的特殊香气相当抢眼，可让酱料的芳香更浓郁。



南姜、香茅

★南姜带有姜与胡椒的味道，并有少许柠檬酸味，外表如嫩姜一样有粉红色的外皮，但是又有如老姜一样的粗纤维，加在酱料中可增加姜味并去腥，味道温和，不若老姜辛辣；可冷冻保存数年。也可使用干燥南姜片，泡冷水20分钟即可使用。

★香茅带有柠檬香，因此也称为柠檬香茅草；叶子多做香草茶，茎则用来做菜增香用。切末后调入酱汁中，浓烈的香气能增加酱汁的清爽感；新鲜品可冷冻保存约1年。也有卖干燥品的，泡水浸软或直接使用均可。

罗望子、酸木瓜、圆葱

★罗望子又名酸枳，未成熟时味道极酸，可加工提炼成料理用的罗望子膏或酱；成熟后转甜味，则可加工为果汁或蜜饯。泡水滤去渣滓后使用，可使菜肴增添柔和的酸味。另有罗望子酱，可直接使用。



★酸木瓜是生长在滇缅一带高海拔地区的果子，滋味微酸独特，是云南缅甸一带最常入菜或做酱的药膳食材。

★圆葱为进口的红葱品种，外形像大蒜，用法与我们的葱蒜类似，多会先入锅爆香；可以提增香气，增进食欲。

丁香粉、鸡肉粉、小茴香粉、南姜粉、干姜粉

★丁香粉由丁香研磨而成，味道浓烈，辛辣并带有些微苦味与麻涩感，但经过烹煮后，味道会转为柔和甘甜。

★浅茶色的鸡肉粉，是用鸡肉汁、水解蛋白、氨基酸、糖、鸡油等干燥制成的调味粉，具有炖煮鸡肉风味，添加在料理中会带有浓郁的鸡肉原味，是中国很普遍的调味用料，与鸡粉不同，不可替代使用。

★小茴香研磨成粉状，气味相当浓烈，配合黄姜、咖喱粉、辣椒粉等香料，便成为香气浓烈又地道的南洋调味料，尤其能烘托出咖喱的风味。

★将南姜研磨成粉状，有姜香却无姜辣，是南洋料理重要的香料，多用于制作咖喱。

★老姜晒干即为干姜，研磨成粉状的干姜粉属于辛辣，有姜的主要特性，能去寒、助代谢，也是常见的中药之一。

浙江红醋、虾膏、黄糖

★浙江红醋虽为中式菜肴的调味料，但浓醇的酸味，与同为酸甜的南洋料理却相当契合。

★虾膏是从虾头里面的内脏提炼的调味料，有相当浓厚的鲜味，加一点在酱汁或料理中就能带出海洋的鲜美。

★此处所用黄糖即是椰糖，拥有很香浓的糖蜜气味，可以给予料理或酱汁一层香甜糖蜜的味道。



日式达人 Selection

味淋、七味粉

* 味淋属于日式料理酒，是日本菜的基础料理用酒，气味甘甜淡雅。

* 七味粉又称为七味唐辛子，各家风味略异，多是由红辣椒粉、山椒粉、黑芝麻、大麻籽、陈皮、罌粟子、青海苔、青紫苏，以及煎炒过的干辣椒等混合而成。

海带

* 大多为日本北海道所生产，挑选时要选择色泽墨绿深黑，表面有白粉者，且白粉易落，表示未受潮。开封后应保持干燥保存。

淡色酱油

* 淡色酱油与白酱油皆是日式烹调常使用的调味料，主要用来提味，既不会破坏食物本身颜色，又能融入酱油香气，常用于煮汤煮菜，十分适合日式料理。



小吃达人 Selection

豆腐乳、腌冬瓜、红糟

* 豆腐乳除了用来当稀饭的配菜，也可作为酱料食材，最有名的即为羊肉炉沾酱，让酱料充满黄豆与酒曲的香味。

* 冬瓜经过腌渍与发酵，就成为又咸又鲜的腌冬瓜。腌冬瓜拥有地道的台式口味，不论用在何种小吃，只要加一点点，就可以引出很鲜美的味道。

* 红糟经过发酵，充满鲜咸，有漂亮的红色，甜甜咸咸的风味最适合与肉类搭配，是客家小吃最常入酱或腌渍的材料；一般杂货店多会卖自制的红糟酱。



中式达人 Selection

菠萝醋、七喜汽水、香魁克

* 菠萝醋较为酸甜，可以去除油腻的口感，很适合搭配较油腻的中式肉类料理或食材。

* 七喜汽水不但去油解腻，也能取代砂糖，其中的二氧化碳还能软化肉质；同样，使用在中式酱料中，也能有以上的神奇效果。

* 香魁克就是柳橙浓缩果汁，酸甜的风味入酱，与中式一些同样具备酸甜口味的菜肴很相合。

香槟、红石榴糖浆

* 香槟是一种以葡萄酿造的酒，含有糖和酵母，有丰富且绵密的气泡。应用在中式烹调中最有名的就是用来制作“香槟汁”，适合做海鲜的调味。

* 红石榴糖浆充满红石榴的风味与漂亮的红色，是鸡尾酒调制的基本材料。甜度高，混入酱汁中不仅可中和酸味，还能让酱汁颜色更漂亮；一般超市即可购得。

吉士粉、甜酒酿、香草精

* 吉士粉，是一种经过加工而成的预拌粉，加水或鲜奶即可煮成吉士粉、常被用做泡芙的内馅；粉原是白色的，但碰到液体便会变成黄色，用在酱汁中可以增加浓稠度，并有增色增香作用。

* 甜酒酿因为有酒曲的发酵，酸甜中带有酒香与米香，在料理中可以去腥，也能增加蔬菜的甜味，其做出来的酱料带有地道的江南糟香，味道具有更多层次。

* 香草精有非常香甜的气味，一般多为咖啡色液体，能增加酱料的香甜和温暖的风味，2~3滴的香草精可以1小匙的香草粉代替。



迷迭香、意大利香芹

* 迷迭香常搭配肉类，增添肉类的风味。不管是新鲜的原叶、干燥加工、研磨成碎末，都可保有相当清新的气味。

* 意大利香芹分卷叶与平叶两种，卷叶的香芹气味最纯净，新鲜叶子最适用于盘饰或沙拉；平叶的香芹味道浓烈，适用于烹煮的菜肴之中，在香草族群中算是使用范围很广的香草。



马郁兰、茵陈蒿

* 马郁兰的气味与牛奶相当契合，可以提增料理的香气，让气味更浓郁；少量用于肉类料理，可以消除肉腥味。

* 茵陈蒿具有类似八角般的芳香甘甜和胡椒般的辛辣刺激，有消除鱼肉腥味与分解脂肪的功能，适合在烤鸡、烤鱼或蛋类料理中使用。



月桂叶、百里香

* 新鲜的月桂叶具些许苦味，而干燥过的苦味渐消，所以无论酱料或料理，多使用干燥月桂叶较多；因香气浓重，所以大多只需放入一片；有去腥作用，煮入味即捞起，煮过久则会释出苦味。

* 百里香带有清新的香芬，能去除肉类及海鲜的腥味，与月桂叶同为法国料理常用香料，用于酱料调味也很恰当。



橄榄油

* 橄榄油在冷压榨时大约可以榨三次，次数越靠前面的油脂越香，颜色也越碧绿；第三道榨出来的油较偏黄色，香气也不如第一榨浓烈。

橄榄油有自然的橄榄温和香气，却又不像色拉油或花生油有强烈气味，因此橄榄油的味与香草的配合也算是最好的组合方式。



鸡蛋、玉米粉

* 鸡蛋用在酱料中时，蛋黄可以增添浓稠感；烘焙甜点时也可以刷上蛋汁增加亮度；蛋白可以打发作为基础的发泡。

* 玉米粉作用与淀粉相同，有勾芡凝胶的作用，是点心最主要的淀粉来源，不论是浓稠度或口味上，都比淀粉效果好。



即溶咖啡粉

* 咖啡是很西式的饮料，也常当成香料大量使用在西式点心中。可依自己喜好选择不同风味的咖啡粉。



鲜奶油、椰浆、牛奶

* 鲜奶油有植物性及动物性两种，植物性鲜奶油是人造的，具有糖分，通常用来打发，装饰在糕点上；动物性鲜

奶油是从牛奶中提炼出来的，本身不含糖分，用来制作各种甜点，增加润滑口感。

* 椰浆是由椰子的内部白肉制成的。用做酱汁料理可以增添南洋风味。用在甜点除了可增添椰香，也能修润甜点的口感。

* 市售的牛奶分脱脂或低脂，以及原味，脂肪量越高味道越香醇，全脂牛奶脂肪量高，味道较为浓郁，建议使用于甜点中，奶香与风味较佳。



烹调换算表

★ 本书所使用的材料、计量单位与换算，请参考如下：

· 1大匙=3小匙=15毫升，1小匙=5毫升，1杯=240毫升（日式、小吃酱料为200毫升）

· 少许=略加即可，例如：胡椒粉 · 适量=依个人口味增减分量

★ 建议准备一个可测量至1克的电子秤，制作酱料会更为得心应手喔！

进口材料哪里买？

★ 进口材料可在进口超市或网络上购买。

在家做酱料，你需要准备这些**用具**



量匙

粉状的调味料或干燥的香草、末状材料，可以用量匙来量取；量匙一串通常为四支，分别为1大匙(15克)、1小匙(5克)、1/2小匙、1/4小匙计量。



量杯

量杯以毫升为单位，是用来测量液体材料的器具。材质相当多种，建议使用透明量杯，不但能直接观察酱料的颜色，测量上也不易有视觉误差。



磅秤

有传统与电子两种，用来称量分量较多的固体材料。建议选购电子秤比较方便；电子秤能计算1~2克的微小分量，也能避免传统秤长久使用后，金属弹簧弹性疲乏的问题。



备料容器

建议选购小型较方便(约100~200毫升)，用来放置备用材料或作为少量酱汁搅拌的容器。形状最好为底部窄上缘宽的倒圆锥形。



砧板&刀具

木质砧板适合处理生食，其毛细孔可吸收食材多余水分与气味，而塑料材质适合处理熟食；使用后洗净放置通风干燥处。水果刀与菜刀应分开使用，避免两者气味互相沾染。处理新鲜香草时，可用剪刀快速剪碎，省时又方便。



削皮器

除了可以削皮，也能刨下极薄的薄片。清洗时，刀片部分也要仔细清洗，以避免细菌滋生，并沥干水分，才能延长使用期限。



压蒜末器

将大蒜剥去外膜后放进压蒜末器里，轻轻一压，蒜末就会被压挤出来，不需要辛苦剁切，弄得满手蒜味。



磨泥器

可将蔬果研磨成泥状，最常被用来磨姜泥、蒜泥，使其容易与其他酱汁材料混均匀，五金行即可买到；使用后只要用水冲洗晾干即可。