



食品生物工程专业改革创新教材系列

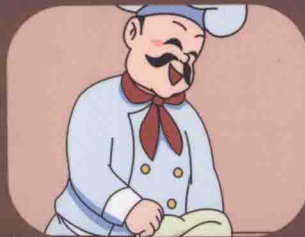
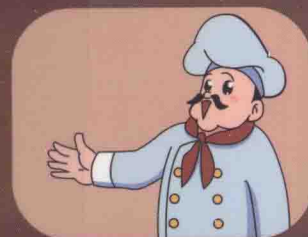
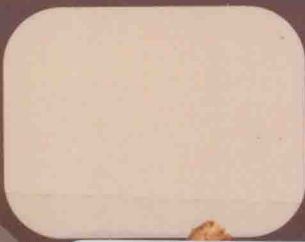
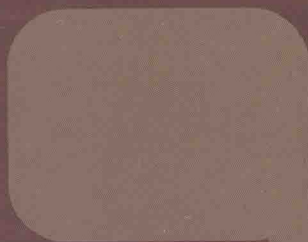
总主编 周发茂

主编 © 江永丰



西餐制作

Western Food Production





食品生物工艺专业改革创新教材系列

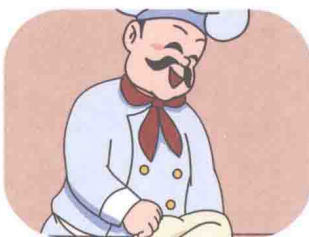
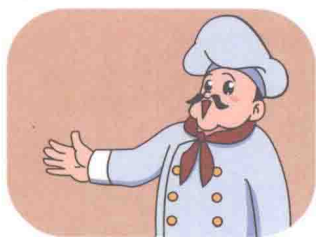
总主编 周发茂

主编 ◎ 江永丰



西餐制作

Western Food Production



暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS

中国·广州

图书在版编目 (CIP) 数据

西餐制作. 下/江永丰主编. —广州: 暨南大学出版社, 2015. 7

(食品生物工艺专业改革创新教材系列)

ISBN 978 - 7 - 5668 - 1506 - 4

I. ①西… II. ①江… III. ①西式菜肴—烹饪—教材 IV. ①TS972. 118

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 150416 号

出版发行: 暨南大学出版社

地 址: 中国广州暨南大学

电 话: 总编室 (8620) 85221601

营销部 (8620) 85225284 85228291 85228292 (邮购)

传 真: (8620) 85221583 (办公室) 85223774 (营销部)

邮 编: 510630

网 址: <http://www.jnupress.com> <http://press.jnu.edu.cn>

排 版: 广州市天河星辰文化发展部照排中心

印 刷: 广州市本色印务有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 10.625

字 数: 270 千

版 次: 2015 年 7 月第 1 版

印 次: 2015 年 7 月第 1 次

印 数: 1—2000 册

定 价: 39.00 元

(暨大版图书如有印装质量问题, 请与出版社总编室联系调换)

食品生物工艺专业改革创新教材系列

审定委员会

主 任 周发茂

副主任 余世明

成 员 (以姓氏笔画为序)

王 刚 刘海丹 刘伟玲 许耀荣 许映花

余世明 陈明瞭 罗克宁 周发茂 胡宏佳

黄清文 潘 婷 戴杰卿

食品生物工艺专业改革创新教材系列

编写委员会

总 主 编 周发茂

委 员 (以姓氏笔画为序)

王 刚	王建金	区敏红	邓宇兵	龙伟彦
龙小清	冯钊麟	刘海丹	刘 洋	江永丰
许映花	麦明隆	杨月通	利志刚	何广洪
何婉宜	何玉珍	何志伟	余世明	陈明瞭
陈柔豪	欧玉蓉	周发茂	周璐艳	郑慧敏
胡源媛	胡兆波	钟细娥	凌红妹	黄永达
章佳妮	曾丽芬	蔡 阳		

编写说明

本书系食品生物工艺专业（西餐烹饪方向）学生“西餐制作”课程用书，是职业教育改革创新教材系列之一。

全书编写彻底改变了传统教材以知识为中心、重在传授知识的观念，结合使用对象的具体情况进行改革，采用模块教学的理念和特色，以素质为核心，以能力为本位，使教材浅显易懂、形象生动、易于操作、引人入胜，以吸引学生的注意力，激发学生的求知欲和探索精神。

本书既注重理论指导实践，也强调生产的实用性。在编写时，既考虑到必要性，又考虑到实用性，同时配图说明，以使内容更加浅显易懂。这是本书区别于市场上西餐烹饪书籍的一大特点。

本书分上、下册，共五个模块，是西餐烹饪从业人员入门培训的教材。

本书由江永丰（广东省贸易职业技术学校讲师）主编，黄永达（原东方宾馆西餐厨师长、高级技师）、吴泽尧（广州市白天鹅宾馆西餐大厨、高级技师）、曲博（广州市花都喜来登度假酒店西餐行政副总厨）、王建金（广东省贸易职业技术学校助理讲师）参编。全书由江永丰负责总纂。

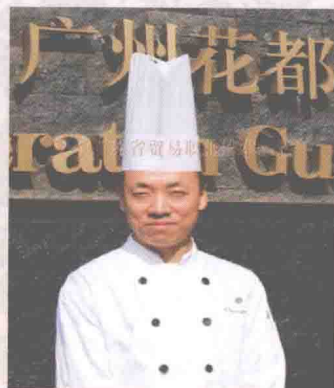
本书所有的产品由广东省贸易职业技术学校教师江永丰和吴泽尧、王建金、黄永达、董家华、刘亮等制作。

全书的厨师卡通动画系列由广东省贸易职业技术学校动漫教研组吕建雄老师、吴颖敏老师绘制，在此一并致谢！

本书编者及产品制作者照片



江永丰（本书主编）



曲 博（本书参编）



黄永达（本书参编）



吴泽尧（本书参编）



王建金（本书参编）

CONTENTS



编写说明	1
------------	---

模块一 西餐热菜烹调——水热法

项目一 温煮法	2
项目二 沸煮法	13
项目三 蒸 法	21
项目四 烩 法	24
项目五 焖 法	36
西餐大讲坛：西餐原料的选用（一）	48
西餐大视野：西餐的主要流派——英国菜	51
拓展知识：西餐点菜	52

模块二 西餐热菜烹调——干热法

项目一 煎 法	54
项目二 炸 法	81
项目三 炒 法	109
项目四 铁扒法	119
项目五 烤 法	126



项目六 焗 法	131
项目七 串烧法	150
西餐大讲坛:西餐原料的选用(二)	159
西餐大视野:西餐的主要流派——俄国菜、德国菜、美国菜	161
拓展知识:国外特殊的烹调方法	163
参考文献	164



模块

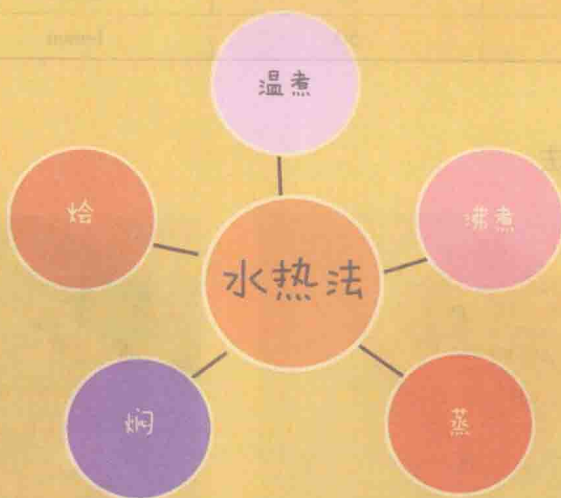


西餐热菜烹调——水热法



师傅教路：西餐有着多种烹调方法，不同的烹调方法使菜肴具有不同的颜色、质地、风格和特色。不同的食品原料适用于不同的烹调方法。总结这些方法可以将西餐烹调方法分为两大类：水热法和干热法。

水热法是以水、汤汁和蒸汽为传热媒介，将食品加热成熟的方法。



我们会学到哪些水热法呢？



温煮法

任务一 煮三文鱼 (Boiled Salmon)

一、配方

Ingredient	Weight (g)	Seasoning	Weight (g)
salmon	3 000	salt	30
fish stock	10 000	bay leave	2
onion	100	black pepper	5
leek	50	thyme	5
celery	50	lemon	1/2pc

二、制作方法



1. 将三文鱼切成大件。

2. 将鱼汤、香草束放入铝制的煲中。



3. 将三文鱼轻轻放入微沸的鱼汤中，浸30分钟便可。



4. 取出三文鱼，放凉置于冰箱中，使其冷冻，后取出原块放在碟上。



小贴士：

1. 将水的温度控制在 80°C 左右。
2. 此菜多用于自助餐。如果是一整条三文鱼，有时会将皮去掉，在鱼肉身上装饰一些图案或花朵，再淋上鱼胶，使其固定。

三、产品照片及特点



色泽：鱼片粉红，少司金黄，有光泽。

形状：鱼片整齐不碎。

口味：鲜香、酸咸适口。

口感：软嫩多汁。



做一做：

1. 上网查阅低温煮的新方法。
2. 在温煮烹调过程中可加盖保湿，但要适当打开锅盖，以使原料中的（ ）散发出去。

**指点迷津:**

温煮 (Poaching) 是把需加工的原料放入水或基础汤中, 用低于沸点的温度将原料加工熟的烹调方法。

任务二 鲜牛奶煮鱼脊 (Poached Fish Fillet with Milk)**一、配方**

Ingredient	Weight (g)	Seasoning	Weight (g)
fish fillet	150	salt	10
potato	100	bay leave	2
carrot	100	pepper	5
celery	100	milk	250
		anisette	20

二、制作方法

1. 鱼肉撒上盐、胡椒粉备用。



2. 煮锅内放入鲜奶、茴香酒、香叶、鱼块。



3. 将土豆、胡萝卜、西芹条放入煮鱼的鲜奶锅中，煮至熟捞出，放在装了煮好的鱼的盘子四周。



4. 将煮鱼的牛奶继续用旺火煮至稍浓，过筛，倒入一少司碗中，搅匀浇在已做好的鱼上及鱼的四周。

三、产品照片及特点



色泽：乳白色。

形状：鱼块整齐不碎。

口味：鲜香，奶味浓郁，微咸。

口感：细嫩。

???



动动脑筋：

1. 如何判断鱼肉的成熟程度？
2. 新鲜鱼的鱼鳃色（ ），鳃盖紧闭，黏液少，无异味；不新鲜鱼的鳃呈灰白色；腐败鱼的鱼鳃灰白且有黏液污物。



任务三 富林文式奶油少司鳕鱼 (Cabilland A la Flamande)

一、配方

Ingredient	Weight (g)	Seasoning	Weight (g)
cabilland	200	salt	10
shallot	15	white wine	50
carrot	50	pepper	5
celery	50	butter	50
potato	100	cream sauce	100
fish stock	200	lemon sliced	1pc
asparagus	100		

二、制作方法



1. 将干葱头剥去外层后拍烂，胡萝卜和芹菜切条，鳕鱼切块。



2. 将葱头连同胡萝卜、芹菜条，放入清水内煮沸。



3. 放入鱼肉，煮熟后取出放在大碟内。将煮鱼的水略用奶油少司调稀。



4. 加入胡椒粉和盐调味煮沸，离火，加入白葡萄酒调匀，淋在碟内的鱼肉上，每块鱼肉上放一片柠檬。



小贴士:

1. 在把鱼块放入水中煮之前,应在鱼肉上撒少许面粉。
2. 烹调过程中要始终保持火候均匀一致,以使鱼肉在相同的时间内同时成熟。

三、产品照片及特点



色泽: 乳白色, 有蔬菜的颜色。

形状: 鱼块整齐不碎。

口味: 鲜香, 奶味浓郁, 微咸。

口感: 细嫩多汁。

任务四 煮土豆 (Poached Potato)

一、配方

Ingredient	Weight (g)	Seasoning	Weight (g)
potato	500	salt	10
		pepper	5
		butter	5



二、制作方法



1. 将土豆洗净、去皮。



2. 剔除钉眼, 按要求切开。



3. 按土豆的形状削成橄榄形或酒桶形。



4. 用清水加入盐、黄油, 将其煮熟。



小贴士:

1. 煮土豆的水一定要没过原料。
2. 煮土豆时要计算好时间, 不要煮过火。
3. 煮制时锅里要加入少量黄油, 以防止土豆干身。