



吉林省精品课程开发建设系列教材

中式烹调技术

主 编/ 李凤荣 林丽英 副主编/ 宋 鹤 石 光

主 审/ 贾成山 宋玉玲

本教材配有多媒体电子教案

吉林省精品课程开发建设系列教材

中式烹调技术

主 编	李凤荣	林丽英	
副主编	宋 鹤	石 光	
主 审	贾成山	宋玉玲	
参 编	刘立军	王海滨	曹清春
	范海莲	张廷艳	



中国财富出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中式烹调技术 / 李凤荣, 林丽英主编. —北京: 中国财富出版社, 2013. 8
(吉林省精品课程开发建设系列教材)

ISBN 978 - 7 - 5047 - 4786 - 0

I. ①中… II. ①李… ②林… III. ①烹饪—方法—中国—中等专业学校—教材 IV. ①TS972. 117

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 182346 号

策划编辑 寇俊玲

责任编辑 曹保利 彭佳逸

责任印制 方朋远

责任校对 杨小静

出版发行 中国财富出版社 (原中国物资出版社)

社 址 北京市丰台区南四环西路 188 号 5 区 20 楼 邮政编码 100070

电 话 010 - 52227568 (发行部) 010 - 52227588 转 307 (总编室)

010 - 68589540 (读者服务部) 010 - 52227588 转 305 (质检部)

网 址 <http://www.cfpress.com.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京京都六环印刷厂

书 号 ISBN 978 - 7 - 5047 - 4786 - 0/TS · 0069

开 本 787mm × 1092mm 1/16

版 次 2013 年 8 月第 1 版

印 张 8

印 次 2013 年 8 月第 1 次印刷

字 数 156 千字

定 价 20.00 元

版权所有 · 侵权必究 · 印装差错 · 负责调换

吉林省精品课程开发建设系列教材

编写委员会

主任委员:

王立国 (吉林省工商技师学院院长)

副主任委员:

贾成山 (吉林省工商技师学院书记)

林丽英 (吉林省工商技师学院副院长)

郭晓海 (吉林省工商技师学院副院长)

汪洪波 (吉林省工商技师学院副院长)

李凤荣 (吉林省工商技师学院副院长)

赵春伍 (吉林省职业技能教研室主任)

刘 利 (吉林省工商技师学院烹饪系主任)

委 员:

黄国秋 马丽洁 王岩平 朱 旭

宋 鹤 曹清春 宋玉玲 王海滨

耿晓春 杨春雨 刘立军 张廷艳

石 光 田伟强 李浩莹 郭 爽

孟繁宇 张 宁 范海莲 冯立彬

吴 强

总 策 划: 寇俊玲

前 言

为了更好地适应全国职业技术学校烹饪专业的教学要求,深化教学改革,转变广大教师教育教学的理念,根据《教育部关于进一步深化中等职业教育教学改革的若干意见》关于“中等职业教育要深化课程改革,以培养学生的职业能力为导向,加强烹饪示范专业建设和精品课程开发”的精神以及《中等职业教育改革发展行动计划(2011—2013年)》的要求,特编写本书。

《中式烹调技术》是中等职业学校烹饪专业的主干课程。本书坚持以能力为本位,重视实践能力培养,突出职业技术教育特色,合理规划学生应具备的能力结构与知识结构,通过理论知识与实训任务一体化的学习,使学生能够自主地解决实训过程中出现的问题,从而满足企业与社会对技能型人才的需求。

本书在编写的过程中,严格贯彻国家有关技术标准的要求,注重职业教育的发展规律和基本特点,以提高学生职业综合素质为重点,以培养学生综合能力为主线,注重基础学习,突出能力本位。在教学目标、教学内容与教学方法等方面的设置,重点突出了针对性与实效性相结合的特点,使学生学到并掌握企业与社会所需要的最前沿的知识和技能,从而使烹饪专业的新知识、新技术、新工艺、新方法得到落实。

本书共分为八章内容,从烹调的起源与发展、烹调的技法、装盘的技法、宴席相关知识、中国的地方风味菜等方面进行讲解。

本书配有多媒体电子教案,教师可以登录中国财富出版社网站(<http://www.cfpress.com.cn>)“下载中心”下载教学资料包,为教师教学提供完整支持。

本书由吉林省工商技师学院李凤荣、林丽英担任主编,宋鹤、石光担任副主编,刘立军、王海滨、曹清春、范海莲、张廷艳参与编写,全书由贾成山、宋玉玲主审定稿。编写中查阅了大量的相关教材及著作,并得到了有关部门和学院领导的大力支持,在此一并表示诚挚的感谢。

由于本书编写时间仓促,加之编者水平有限,书中难免会有疏漏和不妥之处,敬请使用本书的师生和读者提出宝贵意见,以便再版时修订完善。

编委会

2013年6月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 烹调的起源与发展	(1)
第二节 中国烹调特点	(4)
第三节 烹调的作用	(6)
第四节 烹调主要设备和用具	(8)
第二章 传热方式与火候	(11)
第一节 传热方式	(11)
第二节 火候	(12)
第三章 调味	(17)
第一节 调味的原则	(17)
第二节 味的分类	(19)
第三节 常用的自制调料及制作方法	(23)
第四章 烹调辅助手段	(29)
第一节 焯水	(29)
第二节 过油	(32)
第三节 汽蒸	(35)
第四节 挂糊	(37)
第五节 上浆	(40)
第六节 勾芡	(43)
第七节 制汤	(46)
第五章 烹调方法	(51)
第一节 热菜的烹调方法	(51)
第二节 凉菜的烹调方法	(78)





第六章 装盘	(85)
第七章 宴席知识	(91)
第一节 宴席的概念及种类	(91)
第二节 宴席的准备	(94)
第八章 中国的地方风味菜	(99)
第一节 四川菜	(99)
第二节 山东菜	(101)
第三节 广东菜	(102)
第四节 江苏菜	(104)
第五节 浙江菜	(106)
第六节 湖北菜	(108)
第七节 安徽菜	(109)
第八节 北京菜	(110)
第九节 湖南菜	(112)
第十节 东北菜	(113)
第十一节 上海菜	(115)
参考文献	(118)

第一章 绪论

古老的民族，古老的文化，孕育出璀璨夺目的明珠——烹饪技艺。我国的烹饪技艺历史悠久，制作工艺精湛，各具风味特色。尤其是新烹饪技术的不断进步使我国的烹饪技术在国际上享有盛誉，与法国、土耳其烹饪并称为世界烹饪的三大风味体系，有烹饪王国之美称。孙中山先生指出“中国烹调技术之妙，亦足以表明进化之深也”，这是对中国烹饪技艺的高度评价。

第一节 烹调的起源与发展

一、烹调的意义

烹调是人们依据一定的目的，综合运用各种技术手段，遵循一定的工艺流程，将烹调原料加工成菜肴的一门技艺。

最早使用“烹调”一词的是宋代诗人陆游，他在《种菜》诗中写道：“菜把青青间药苗，豉香盐白自烹调。”这里所说的“烹”是指加热，“调”是指调味、调和，烹调的本义指的是加热和调味。

二、烹调的起源

（一）烹的起源

人类的祖先，从猿进化为原始人的时代，长期过着“茹毛饮血，生吞活嚼”的原始生活。在认识火的作用之前，他们只能把捕到的飞禽走兽、鱼虫蚌蟹活剥生吞，把采到的根茎野菜、瓜果种子直接生吃。《礼记·礼运》篇说：“未有火化，食草木之实，鸟兽之肉，饮其血，茹其毛”，描述的就是这种状况。古代人所住的森林，常常因遭受电击而引起火灾。当火熄灭之后，人们偶然吃到被烧焦的野兽尸体，觉得这种烧熟的兽肉，比生的兽肉好吃得多，并且滋味鲜美。通过长期的生活实践，我们的祖先从使





用天然发生的火，到保留火种，后来又发明了取火的方法，逐渐懂得了熟食，学会了利用火来烧煮食物。火的利用，才使人类由生食进入到熟食的文明时代，这不仅大大促进了人类大脑和体质的发育，且最终把人同动物划分开来。后来，人们又在劳动实践中，发明了钻木取火和击石取火的方法，这时的人们就开始进食熟食了。所以火的利用便是“烹”的起源。

（二）调的起源

原始人类进入熟食时期后，只知道把食物烧熟食用，尝到食物的本味，却不懂得使用调料。只知烹而不知调，饮食是单调的。后来，生活在海边的原始人类，把沾上盐粒的食物烧熟食用时，感觉到滋味特别鲜美。经过长期的生活实践，人类渐渐懂得了盐具有增加食物美味的作用，于是便注意研究盐和食物的关系，开始收集盐粒。随着陶器的出现，人类进而发明了提取食盐的方法。有了盐才有了所谓的调味，盐不仅有利于食品的储藏加工，而且能促进胃液分泌，增进消化能力，加强了人类的体质。当人们普遍使用盐来制作熟食时，“调”便开始了。

（三）烹调的重大意义

烹调的发明，是人类进化的一个重大关键，是人类发展史上的一个里程碑。恩格斯曾说：“熟食是人类发展的前提。”人类懂得烹调以后，至少有以下五个方面的进步。

（1）彻底改变了人类茹毛饮血的生活方式，与动物有了根本的区别。

（2）先烹而后食，可以杀菌消毒，保障健康；可以帮助消耗和改善营养。这就为人类的体力和智力的进一步发展逐步脱离了原始人的生活状态，开始向文明人进化。

（3）发明烹调法以后，人类渐渐懂得了吃鱼类等水产，扩大了食物范围；而且为了就近获取水产食物，人们开始从山上、林中迁移到江河岸边居住，最后脱离了与野兽为伍的生活环境。

（4）人类开始吃熟食以后，又逐渐养成了定时饮食的习惯，不再同过去那样撕嚼食物，而可以有更多的时间从事其他生产活动。

（5）通过烹调，人类渐渐地知道并开始使用饮食器皿，进而懂得了生活上的一些礼节，促进了人类的文明进程。

三、中国烹饪的发展过程

中国烹饪的发展过程，实际上就是用火、陶、水和盐的发展史。它结束了“火烹时代”，开启了“水烹时代”，使人类的生活发生了质的飞跃，并在人类的文明进化史上有着伟大的意义。



水烹不仅可以把食物真正地煮熟，而且能够烹出多种滋味。这就彻底改变了茹毛饮血的原始生活方式，使人与动物有了根本的区别，为人类的体力、智力（尤其是脑细胞）的发展，创造了有利条件。这样就可以增强免疫力，增加人的身高、体重和寿命，优化人种的质量。在人类发展过程中，人们积极地制造更多的炊具和生产生活用具，提高了劳动技能，增强了征服自然、改造自然的能力，既丰富了社会产品，又加快了文明进程。归纳起来，中国烹饪的发展经历了以下几个时期。

（一）萌芽时期

萌芽时期又称火烹时期。中式烹饪在陶器发明以前的时期，属于萌芽时期，相当于旧石器时代的中期和后期，历经了 50 余万年。

人类学会用火煮食后，或将食物靠近火堆直接烧烤，或在食物外表涂裹草泥后再去烧烤，或将石板、石子烧热后把热传给食物，或在火堆的余烬中煨熟食物。加热方法逐渐增多，萌芽时期的后期阶段出现的加热法主要有包烹法和石烹法，这是最简单的间接加热法。这时烹饪的五个基本条件初步形成。我们把这个长达千万年的历史阶段，称为烹饪的萌芽时期。

（二）形成时期

形成时期又称陶烹时期，农业、畜牧业相继诞生，简单的灶具、磨盘、磨棒等食物辅助加工工具也逐渐出现，这个时期以人类发明、使用陶器为标志。这个时期人类的烹饪后期有了“煮海为盐”的制作类调味料。

陶罐、陶釜是先民发明的最早利用水为传热介质的烹调用炊具，其后，先民又发明了陶甑：一种以用蒸汽为传热介质的原始蒸法。同时，一些原始的灶具、炊具和原始的饮食器具逐渐大量应用，与之配套的由简单到复杂的调味料及调味方法的使用，使得最初的烹饪工艺流程逐步形成，开始形成有“烹”有“调”的格局。

（三）发展时期

发展时期又称铜烹时期、铁烹时期，这一时期经历了两个发展阶段。铜器的出现及其在烹饪中的应用，对中国烹饪同样具有跨时代的意义。它标志着中国的烹饪器具进入了金属时代，极大地促进了中国烹调技术提高。烹调原料以种养为主，各种调料日益丰富，烹调工艺初步形成体系。由于青铜炊具更耐高温，可以熬炼动物油脂，这又使煎、炸、油炒等烹调技法相继问世。

春秋晚期、秦汉时期，铁器大量出现，铁制炊具被广泛应用于烹调中，从此带来了烹饪多方面的巨大变化。铁锅和煤灶的优势使人掌握了爆炒等旺火速成的烹饪技法，铁制刀具更锋利耐用，瓷质餐具逐步取代了陶器和青铜器，豆腐和植物油脂的制取方



法对中国烹饪产生了深远和广泛的影响，餐饮市场日趋繁荣。

（四）繁荣时期

新中国成立后，随着社会主义建设的发展，中国烹饪也步入了新的发展时期。从20世纪60年代起，中国烹饪改变了几千年来以师带徒的个人传艺方式，出现了正规的烹饪教育，烹饪由专门技术传授向科学、艺术、文化教育的方向发展。随着改革开放的深入发展，中国烹饪进入了第三次大交流、大竞争、大融合、大发展、大提高的时期。烹饪技术的更新，新调味品、新原料的发现和传入，使中国烹饪产生了一大批更适合人们口味的新潮菜肴。中国经济在不断发展，烹饪教育和研究机构如雨后春笋般地大量涌现，中国烹饪将会更加迅速地发展和提高，对社会的进步、人类生活水平的提高做出应有的贡献。它有着悠久历史的昨天，灿烂的今天，明天将更加辉煌。

第二节 中国烹调特点

人类的烹饪活动是随着熟食的产生而逐步诞生的，在漫长的发展历程中，中国烹饪逐步形成了菜肴原料使用广泛、原料组合配搭百变、烹调制作复杂精湛、调味技术丰富多彩、中式菜品技艺精美、地方风味特色突出、饮食文化绚丽多姿的风格特色。

一、选料广博

我国地跨寒、温、热三带，疆域辽阔，物产丰富，动植物原料常年盛产、应有尽有。历代厨师在烹调实践中，并非墨守成规，他们善于开发、运用各种类型的原料。“天上飞的、地上走的、土里长的、水里生的”都可以做成菜，像豆腐、木耳、豆芽、锅巴、蚂蚁、蛇、蝎子、蚯蚓、豆虫、家畜内脏、各种野菜等都是现在中餐常用的原料，这些在外国人看来很不可思议。时至今日，中式菜肴入菜原料已有两千多种，并且还有不少新兴的原料被越来越多地普遍采用，如鸵鸟、火鸡、仙人掌、芦荟等。

烹调选料除了要讲究鲜活外，还要注重产地、季节、品种、部位、质地等，以适应不同的烹调方法和地方风味。如产自长江和东平湖的鳊鱼，在2~3月最肥美；火腿以金华、宣威为最好；在山东，苍山大蒜、莱芜生姜、烟台苹果是上乘；而在四川，阳江豆豉、汉源花椒、郫县豆瓣等质量上乘。家畜各个部分的肉质量不同，制作菜肴时要选用不同位置的肉，如红烧肉、东坡肉选带皮五花肉；油爆肚仁一定要用肚头。羊身上各个部位的肉老嫩不一，也要分别选用相应的烹调技法，做出全羊席。用鸡做



菜一般要用当年小嫩鸡，吊汤要用老鸡；盐水鸭用老鸭滋味好，补益性强，烤鸭则用饲养三个多月的幼鸭，脂厚肉嫩。

二、切配精细

中式烹调讲究刀工，在世界上也是绝无仅有的。为了加热、造型、消化和文明饮食的需要，可将原料加工成整齐划一的条、丝、丁、片、块、段、米、粒、末、茸等形状。通过合理的刀法，还可以加工成麦穗、荔枝、蓑衣、梳子、菊花等形状，以达到美化菜肴的目的。

中式烹调讲究合理配料，主要在形状、质地、色泽、口味、营养、食疗方面体现。在配色方面讲究顺色配和俏色配，目的是为了色泽协调，突出主料；形状方面一般是丝配丝、条配条、丁配丁、片配片，辅料不能大于主料；质地上讲究脆配脆、软配软等；味道上讲究原料本味，同时辅料要起到突出、烘托主料的味道，中餐大部分菜肴当中常用的笋片和火腿就起到了这样的作用；在营养上讲究荤素搭配，为人们提供合理全面的营养素，维护人体内的酸碱平衡。

三、技法丰富

中国菜的烹调技法多样，在世界上首屈一指，常见的烹调大类就有几十种，如炸、熘、爆、炒、烹、炖、烩、煎、贴、煽、氽、蒸、烤、熏、拌、炆、腌、卤、酱以及甜菜的烹调方法拔丝、挂霜、蜜汁等。而且每一种烹调方法又可分为若干种形式，如炸包括干炸、软炸、酥炸、卷包炸，熘包括焦熘、滑熘、软熘等。运用不同的烹调方法，就能制作出口味不同、形态各异、色彩丰富的菜肴，中国菜肴烹调方法之多是任何国家都无法比拟的。

四、味型多变

中国菜肴的味型之多是世界上首屈一指的，中国烹饪把味觉审美作为烹饪艺术的主题，将味视为菜点的灵魂。全国形成了多种风味体系，各地区口味也各不相同，如北方人口味嗜浓厚，南方人嗜清淡。中国菜肴对风味的重视促进了烹饪艺术发展，总结形成了众多味型，如鲜咸味、咸香味、咸甜味、香辣味、酸辣味、麻辣味、酱香味、糟香味、酒香味等，变化无穷，各显其美。

善于调和是中华民族的智慧体现，万事和为贵，味和是饮饌之美的最佳境界。中餐使用的调料有 500 余种，通过调理，发挥了多种呈味物质综合、对比、消杀、相乘、



转换作用，使菜点风味妩媚迷人。调和的标准是又能适应人的心理需求，使身心美感在五味调和中得到统一。

五、注重火候

古人曾说：“物无不堪吃，唯在火候。善均五味。”火候准确，可以化平凡为奇妙；火候失度，山珍海味也难成美饌。火候的成因很多，演变微妙，在烹调菜肴时，火力的大小和加热时间的长短是决定菜肴质量的关键。中式菜肴在烹制过程中使用的火力相当讲究，有旺火速成的菜肴，有用微火长时间煨煮的菜肴，也有旺火与微火相兼的菜肴。根据原料性质、菜肴特色不同而运用不同火候，从而使菜肴达到鲜、嫩、酥、脆等效果。

六、讲究盛器

中式菜肴不仅讲究色、香、味、形、质、养，而且对盛装的器皿也特别讲究。人们注重美食美器，对于形态各异的菜肴，装在什么样式的器皿里都有严格的要求。中餐盛器品种多样、外形美观、质地细致、色彩鲜艳。精美的器皿，衬托着色、香、味、形、质俱佳的菜肴，犹如红花绿叶相得益彰。这食与器的完美统一，充分体现了我国独特的饮食文化特色。

七、中西交融

中式菜肴在继承发展本民族优秀传统文化的同时，在原料的选择、调料的使用、方法的运用、工艺革新等方面，也在不断大量借鉴西餐的科学方法。例如广东菜在用料、口味、工艺等方面都进行了大胆地革新，在保持民族特色的基础上向国际化发展。随着中国的入世，中国菜肴必将走向世界，在中西交融的过程中向标准化、科学化方向发展。

第三节 烹调的作用

一、杀菌消毒

一般生的食物原料，不论多么新鲜，或多或少总带有一些细菌和寄生虫。但它们

在温度达到 85℃ 左右时，一般都可以被杀死。因此，通过对食物加热可以起到杀菌消毒的作用，使食物成为可安全食用的食品。

二、去异味增香味

大部分原料在未加热、调味前，都含有一定的异味。例如未经烹制的鱼肉、羊肉、牛肉，嗅到的是些腥、膻味。但把它们放在锅里烹制，即使放少量的水，不加任何调味品，加热到一定时候就会香味四溢。蔬菜和谷类煮熟以后，也会有香味溢出。其中的原理是：原料中都含有一些醇、酯、酚、糖类等物质，在受热时从原料组织中分解为某种芳香性物质游离出来。所以，食物通过加热就能够香味四溢，诱人食欲。

三、使食物色泽鲜艳

有些蔬菜经过焯烫，颜色比生的时候更加碧绿，如芹菜、蒜薹、油菜等；有些原料经过油后会变得色泽红亮，如肉、蛋、虾、蟹等；还有些原料如鱼片经过滑油后会变得洁白如玉。这些颜色的变化都是通过烹调产生的。

四、分解养料便于消化

人必须从食物中获得水、脂肪、蛋白质、无机盐、维生素等营养成分，才能维持生命。但是，这些营养成分都包含在各种食物的组织中，人们进食以后，食物必须经过牙齿的咀嚼，唾液、胃液的作用以及胃的蠕动和各种消化酶的分解作用，使食物的营养素分解，才能成为可吸收的营养成分。而“烹”不仅能使食物软化，而且可以起到类似分解食物的作用，因为食物经过高温加热，就会发生复杂的物理变化和化学变化，使营养素初步分解。例如蛋白质在烹饪时，一部分凝固，一部分分解成氨基酸溶解在汤内，一部分分解成简单的糖。植物原料中的细胞膜被破坏，营养成分释放出来。这些变化，都能使食物中的营养成分易于人体消化吸收。

五、丰富菜肴色彩

在调味过程中，可以借助有色调味品直接使菜肴着色，也可通过在烹调过程中调料与其他物质发生的呈色反应，丰富、美化菜肴的色泽。腐乳汁、番茄沙司可使菜肴呈玫瑰色；酱爆鸡丁中的甜面酱、酱油在增加菜肴咸甜味的同时，亦可使菜肴呈酱红色；拔丝地瓜中的糖在使菜肴增加甜味的同时，也赋予了菜肴金黄的色泽；而干烧鱼中的糖可使菜肴色泽明亮。有些菜肴经烹调后已具有一定的色泽，如果再淋入适量的



呈色油料,则会使其色泽更加鲜艳突出,如烹制红油豆腐、鱼香肉丝时,淋入红油,可使菜肴更加红亮。

第四节 烹调主要设备和用具

烹调设备和用具是做好菜肴的先决条件。菜肴的质量很大程度也取决于做菜的用具和设备。

一、主要加热设备

烹调的主要加热设备是炉灶,可分为以下几种。

(一) 普通燃气炉灶

普通燃气炉灶是指适用于一般餐馆、食堂或家庭的各类小型燃气炉灶,优点是结构简单、使用方便、节约燃料、宜于摆放,缺点是火力较小。

(二) 直燃式燃气炉灶

直燃式燃气炉灶是指适合中小饭店使用、依靠自然送风即可完成燃烧过程的大型燃气炉灶。其优点是操作简便、火焰稳定、噪声较小,并可通过调节气阀控制火力大小;缺点是不如鼓风式燃气炉灶火旺。

(三) 鼓风式燃气炉灶

鼓风式燃气炉灶适用于大中型饭店或食堂使用,因烹调火力的需要和燃气炉结构的不同,它是必须依靠鼓风机给予强制送风才能达到充分燃烧的一种大型燃气炉灶。其优点是火力旺、火焰稳定、热效率高,而且可以通过调节炉头气阀和进风量控制火力大小,是一种强力节能灶具;缺点是噪声太大。

(四) 电磁灶

电磁灶的全称为电磁感应灶,是能量电子技术飞速发展的产物。与一般烹饪灶具相比,具有使用方便、安全可靠、温控准确、热效率高、无烟、无火和污染小的优点。所用的烹饪锅应具有良好的导磁性能,如平底铁锅、搪瓷锅和不锈钢锅等。可用来进行煮、炸、煎、蒸、炒、涮等多种烹调方法。

二、常用的烹调用具

烹调用具的种类很多,由于各地使用习惯、品种不同,规格也不一样。常用的烹

调用具有以下几种。

（一）炒锅

炒锅有单柄式（炒勺）、双耳式（耳锅）、平底式等。由于炸、炒要求传热快、坚实耐用、重量轻巧，所以锅和炒锅大都用熟铁打制而成，以锅面白亮平滑为佳。每天使用过后，必须洗刷干净，并要每周用旺火烧透，以去净锅内外的油垢和锅灰。烧透后，先用去污剂刷洗，再用清水洗净，然后烧热，用少许食油加葱叶擦拭，以保持锅内油亮光洁，便于使用。

（二）手勺

手勺是搅拌锅中菜肴、加入调味品、装盘以及煮饭中进行搅拌的工具。它根据烹饪方法不同而有所区别。手勺的柄长一般有一尺多，手勺的材质多为铁制，但有的也用不锈钢制成。

（三）漏勺

漏勺是用来滤油或从油锅及汤锅中捞出原料的工具，漏勺的直径为 20 ~ 26 厘米，勺面多孔。漏勺大多都用铁或铝制成，带有长柄木把。

（四）网筛

网筛主要用来过滤汤和液体调味品中的杂质。网筛分粗、细两种，粗的用细铁丝编成，用以过滤粗糙的渣质及油中的杂质。细网筛多用细铜网，筛眼细小，供过滤汤汁用。

（五）手铲

手铲是菜肴烹调过程中用来铲烙的工具。手铲的铲头因铲烙菜肴品种不同而分为狭长形或方圆形，手铲柄端部装有木柄，手铲长约 35 厘米，材质有铁、铝、铜、不锈钢等。

（六）油桶

油桶是用来盛装食用油的工具，多以不锈钢或铝合金材料制作而成，可以放 5 千克左右的食用油。

（七）锅刷

锅刷是洗刷炒锅时使用的用具，多用竹子制成。

（八）调料盒

调料盒是盛装调料精盐、味素、白糖、鸡粉等的器皿，多用不锈钢制成，家用的调料罐也有玻璃材质的。



思考题

1. 什么是烹调?
2. 烹调的作用是什么?
3. 简述中国烹饪的发展过程。
4. 中国烹饪的特点是什么?