



# 冷菜制作

主编 朱基富



中国劳动出版社

中等职业技术学校  
烹饪专业系列教材

# 冷 菜 制 作

朱基富 主编

中国劳动出版社

版权所有

翻印必究

**图书在版编目 (CIP) 数据**

冷菜制作/朱基富主编.-北京:中国劳动出版社,1999

ISBN 7-5045-2436-0

I. 冷… II. 朱… III. 凉菜-烹饪-专业学校-教材 IV. TS972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 09882 号

ISBN 7-5045-2436-0/TS·144

**中国劳动出版社出版发行**

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

出版人: 唐云岐

\*

北京巨山印刷厂印刷 新华书店经销

850×1168 毫米 32 开本 7.25 印张 188 千字

1999 年 5 月第 1 版 1999 年 5 月第 1 次印刷

印数: 5000 册

定价: 9.8 元

## 前 言

目前,随着我国改革开放的不断深入,饮食业也不断迅猛发展,在这种形势下,提高烹饪工作者的理论、技术水平,培养饮食业的后备力量,是我们烹饪教育工作者义不容辞的责任。

中式《冷菜制作》一书,主要是为中专、技校、职业高中烹饪专业的学生编写的。它吸收了当前冷菜(凉菜)制作的最新成果,以实事求是的态度,本着科学性、系统性、适用性的原则,从中国冷菜的发展、地位和用料、加工、制作、盛装、造型等几个重要方面进行了科学、系统地阐述,并通过列举相当容量的操作实例加以说明。使中式冷菜制作在理论、技术运用等方面,都得到进一步充实。

本书共设八章,内容包括:冷菜制作的地位和作用,冷菜的基本特点,冷菜制作的基本功和操作程序,冷菜的分类,冷菜的原料,冷菜调味的的基本方法,调味品的具体应用,冷菜的味型,冷菜原料的成形加工和半成品加工,冷菜原料的烹制方法,冷菜原料的盛装与造型,冷菜原料制作实例,冷菜原料装盘实例等章节。

本书在整个编写过程中,得到了吉林商业高等专科学校校长、副教授唐文同志和吉林商业高等专科学校餐旅系主任、副教授姜春和同志的热心指导和帮助,其中唐文校长还在百忙之中,为此书作序,在此特表示衷心感谢!

参加本书编写的有:姜春和(第七章一、二、三节)、吕振才(第七章四节)、薛成城、巩桂花、李兰杰(第八章)、刘利(第三章一、四节、第六章一、二节)、张玉红(第六章三、四节)、尚德威(第三章二、三节)。

由于本人学识水平有限,加之时间仓促,缺点和不足之处在所难免,恳请专家学者批评指正,以便今后改进和提高。

编者:朱基富

## 序

受作者之邀为此书作序实感不胜任，但为了烹饪事业的发展和完善，谈个人的一点体会。

阅读《冷菜制作》书稿后，使我感到此书从理论和实践上较系统、完整地论述了中式冷菜。本书在体例上作了精心、细致的编排，在冷菜制作传统内容的基础上，吸收了当前各地风味的新成果，以实事求是的态度，从中国冷菜（凉菜）的发展、地位、作用、用料、加工、制作、盛装、造型等方面作了科学的、系统的、完整的阐述，并通过列举大量的操作实例进行剖析说明，使中式冷菜制作在理论、技术技巧、烹饪美学运用等方面，有了一定的充实与完善。可以看出作者是翻阅了大量的资料，对适合冷菜制作的原料和用料进行了比较系统的整理和阐述；对冷菜原料的成形加工、半成品加工和现行的各种方法进行了技术性的整理和阐述；对冷菜原料的烹制方法，从工艺流程、风味特色、适用范围、操作要领四个方面进行了科学的详述。

中国冷菜制作工艺历史悠久，烹制技法多种多样，如卤、酱、熏、炆、拌等；装盘造型更加丰富多彩。它是我国饕餮的重要组成部分。冷菜是下酒的佳肴，倍受人们的欢迎，特别在整桌筵席中更是不可缺少的，行业上把冷菜称作“先锋”菜或称“脸面”菜，与音乐家创作乐曲一样，筵席中又把冷菜称为筵席的“序曲”阶段。它以丰富的味型、纯正的风味特色，造型美观各异，色彩缤纷绚丽等特点唤起人们的食欲感，也烘托了宴席的气氛，代表主人充分表达对每位来宾的感情之心。

随着我国改革开放的不断深入，生活物质更加丰富，人们生活

标准将越来越高。那么，人们对餐饮业的要求将更高，不仅仅要求是物质上的享受，而且也是精神上的享受。此书的问世，为烹饪工作者的业务学习提供了教材，并将对冷菜制作技术的发展和完善起到积极的推动作用。

此书的作者是一名年青的烹饪教师。尽管书中的内容还有待于不断充实和完善，但愿作者所付出的努力能够为提高烹饪工作者的业务水平，培养餐饮业的后备力量，使烹饪人才尽快地掌握中式冷菜的制作技术，跟上时代的脚步，将我国烹饪技术发扬光大起到积极的推动作用。

唐文

一九九八年元月于长春

## 目 录

第一章 概述	1
第一节 冷菜制作的地位和作用	2
第二节 冷菜制作的基本特点	4
第三节 冷菜制作的基本功和操作系统	7
第四节 冷菜的具体分类	11
第二章 冷菜原料	15
第一节 主配原料	15
第二节 调味原料	32
第三节 佐助原料	40
第三章 冷菜的调味方法	44
第一节 调味及其作用	44
第二节 调味的的基本方法与要求	45
第三节 调味品应用的具体方法	52
第四节 冷菜的味型	56
第五节 几种常用复合调味料的制作	60
第四章 冷菜原料的加工方法	67
第一节 冷菜原料的成形加工方法	67
第二节 冷菜原料的预制方法	74
第五章 冷菜原料的烹制方法	82
第一节 炆、拌、渍	82
第二节 卤、酱、酥	90
第三节 蒸、炸、炸收	95
第四节 熏、冻、挂霜	99

第六章 冷菜的盛装与造型	105
第一节 冷菜装盘的基本要求	105
第二节 冷菜装盘的工具及盛器	108
第三节 冷菜装盘的类型	113
第四节 冷菜的盛装方法	115
第五节 冷菜的造型	118
第七章 冷菜原料制作实例	122
第一节 炆、拌、渍	122
双耳炆鸡片 滑炆里脊丝 炆双脆 海米炆芥菜 炆掐菜 炆海米蕨菜 炆乌鱼花 炆鱼丝 炆虾片 炆腰片 炆鸡丝冬笋 炆里脊丝蜇头 拌鸡丝冻粉 拌三鲜 生菜拌虾片 抄肉拉皮 生拌鱼 芥末肚 怪味鸡丝 拌三丝 熟拌肝片 蒜泥白肉 拌合菜 肉丝拌海蜇 乌鱼拌菠菜 姜汁云豆 辣白菜卷 酸辣瓜皮 糟卤冬笋 香糟鸡 糖醋辣白菜 香糟雀舌 糖醋海蜇卷 醉鸭腰 三色菊花萝卜	
第二节 卤、酱、酥	144
卤猪蹄 卤牛肝 卤牛舌 卤鸡 卤鲫鱼 卤猪肚 酱牛腱 酱鸭 酱肝 酱猪肉 酱猪手 酱排骨 五香酱驴肉 五香油酱鸡 酥鱼 酥海带 酥菜	
第三节 蒸、炸、炸收	155
蒸菜卷 鸡丝卷 黑白蛋糕 内焖子 三鲜卷 蒸三色蛋 蛋皮鱼卷 云子卷 鸡茸紫菜卷 鸡茸蛋卷 鸳鸯蛋卷 黄蛋糕 鸡茸紫菜蛋卷 彩色蛋卷 炸春卷 油酥黄豆 香酥花生米 炸土豆片 松炸鱼块 香炸沙半鸡 酥炸鱼条 芝麻里脊 陈皮鸡丁 芝麻肉丝 糖醋排骨 麻辣肉丝	
第四节 熏、冻、挂霜	173
李连贵熏肉 真不同熏肉 熏肥肠 熏小肚 熏肚 熏鸡 熏鱼 熏牛肉干 熏白果 熏干豆腐卷 水晶鱼	



---

	水晶鸡 皮冻 鱼冻 水晶冻 羊糕 水晶桃 冰霜酿	
	白肉 香酥丸子 翻砂白肉	
第八章	冷菜原料装盘实例·····	187
第一节	一盘冷盘装盘实例·····	187
第二节	工艺冷盘装盘实例·····	200

## 第一章 概述

冷菜，是将烹饪原料，通过选择搭配，采用各种成菜方法而制成的一类冷食菜肴。

冷菜制作，主要包括两大方面：一是原料制作，二是装盘技术。原料制作是冷菜制作工艺的最重要工序，它决定冷菜的口味、风味、基础形状、色彩，它是一项专业性很强的加工技术，具有一定的复杂性。原料制作包括冷菜原料加工和冷菜原料烹制两方面内容。冷菜原料加工是冷菜原料烹制前的重要操作工序。它分为冷菜原料初步加工和半成品加工两项内容，其中半成品加工又细分为冷菜原料成形加工和预制加工。冷菜原料的烹制是指冷菜原料的烹调和制作，是冷菜原料成菜的重要操作工序。它的具体方法主要有炆、拌、渍、卤、酱、酥、蒸、炸、挂霜等。

装盘技术，它包括装盘技巧和装盘艺术两个技能要素。装盘技巧是指对原料进行切、拼、摆、堆、叠等处理时所表现出来的知识运用的巧妙性和装盘手法的熟练性、灵活性。装盘艺术是指冷菜原料在装盘时进行合乎美学规律的布置艺术。它要求在操作时，不仅要体现出装盘的技法，还要表现出对原料配、摆、拼的艺术性。因此，冷菜制作，对操作者来说，不仅要有较强的技术功底，还要有较深的艺术修养。

冷菜制作在我国有悠久的历史，最早可追溯到周代。《礼记·内则》记载：“生渍牛肉取牛肉，必新杀者，薄切之，必绝其理，湛诸美酒，期朝而食之，以醢若醢醢。”就是说，生渍牛肉这道菜，必须选用新鲜的牛肉，且顶丝切成薄片，用味道鲜美的酒，腌渍一天一夜，等第二天早上就可以用梅酱、醋蘸食。在南北朝时期“醉蟹”、

“香肠”这类冷食制品就已出现。如贾思勰的《齐民要术》中就有关于“糖醉蟹”、“灌香肠”的记载。到了唐代，冷菜已趋于成熟，并且有了很大的发展。当时僧人梵正仿照诗人王维晚年的风景名胜图卷——《辋川图》，用腌肉、腌鱼、蔬菜等切成片、丝、条、丁等形状，拼成“辋川图小样”，惟妙惟肖，令人观叹不止，不忍下箸。这可以说是当今工艺冷盘的雏形。随着时间的推移，冷菜在用料、口味、形状、制作技法等方面都有所发展，尤其是近几年，随着我国经济的飞速发展，旅游业的蒸蒸日上，餐旅业也不断兴盛。原料的极大丰富，国内外烹调技法的不断交流，厨师素质的大幅度提高，都为中国冷菜的发展奠定了基础，致使中国冷菜在色、形、意方面不仅胜过梵正的“辋川图小样”，而且在制作技法上已逐步理论化、系统化。相信在不久的将来，我国的冷菜会在广大厨师的共同努力下，有更大的发展。

## 第一节 冷菜制作的地位和作用

冷菜在饮食业和日常生活中占有重要的地位和作用。

第一，它是饮食业的重要组成部分。从饮食业的生产来看，主要有三个部分：一是冷菜制作；二是热菜烹调；三是面点制作。三者构成了饮食业全部的生产经营业务。三者密切联系，相互配合，不可分割。

第二，它是我国饮食文化遗产的一部分。它集选料、刀工、烹调、色彩、造型于一身，是既古老又年轻的一门独特学科。它对我国饮食文化的继承、研究和发展有着重要的影响。

第三，冷菜的原料制作，部分是对原料进行初步处理和加工，少数是成品制作，其制品有许多能进行储存，如具有独特风味的腊制品、硝制品等，它们都属冷食菜肴的半成品。因此冷菜的制作和研究可为饮食业或家庭提供冷食的成品或半成品，有利于饮食业快节

奏生产的需要，也有利于家庭快节奏生活方式的营造。

第四，一些冷菜的制作，有利于营养成分的保留，符合科学饮食的要求。

蔬菜、水果是维生素 C 的丰富来源，它们在成菜方法上多属于生制冷食类型，由于不经加热成菜，因此菜肴中所含维生素 C 的成分相对其成为热菜来说，要多 30%~40%。从医学角度讲，维生素 C 是一种抗自由基物质，可阻止亚硝胺的形成，减少癌症发生，增强机体免疫功能，保护正常细胞不受损害，参与肝细胞的修复，是维系人体健康的重要物质。因此，一些蔬菜以冷菜形式食用，对人体健康是非常必要的，也是很有科学道理的。对身体健康具有长远的意义。

第五，冷菜是酒店的“脸面”，是酒店形象的第一表象，是顾客与酒店心灵沟通的桥梁。因为冷菜是宴席菜肴的先锋，最先与顾客见面，无论是在原料选用上，色彩搭配上还是装盘形式和口味变化上，都会不同程度地影响着顾客的情绪。一组冷菜的优劣，不仅给人以色、香、味、形、质的观感，还能体现出制作者的文化素质和艺术修养；更重要的是，通过冷菜作品，可使顾客充分体会到酒店的服务水准和经营形象。

综上所述，冷菜是饮食业生产经营的重要项目之一，是宴席不可缺少的首要部分，是体现筵席设计者和操作者文化素质和艺术修养的重要标志，同时又是调节人们饮食口味变化的重要手段，是科学饮食的保证。冷菜的研究和制作，不仅是社会发展的需要，也是人类进化的要求。掌握它，不仅能更好地为社会服务，而且在时代的要求下，能更好地将它发扬光大。因此，学习和掌握冷菜制作技术，是继承和发展我国饮食文化的一项必备基础。

## 第二节 冷菜制作的基本特点

冷菜制作是集选料、刀工、烹调、色彩、造型于一体的独特学科，无论在制作上还是在具体运用过程中，都有自己的特点。

### 一、选料的严格性

选料的严格性是由冷菜原料的用量小，质量讲究精细来决定的。在用料时，必须根据成菜的营养、风味、质地、色彩、形状等方面，进行有目的地使用和选择，从而更好地体现冷菜在宴席中的“先锋形象”和运用目的。如“盐水羊肉”，羊肉必须选用新鲜的而且是羊腱子部位，目的就是突出此菜的特殊质感和风味。再如工艺冷盘“松鹤延年”，必须选用白、黑、褐、绿四种颜色的动植物性原料，目的是通过色调的对比，显示出造型实体的结构，从而更好地突出此菜的形象和色彩。

### 二、原料加工和制作方法的多样性和复杂性

冷菜原料的制作方法很多，其中许多方法是热菜不能采用的，如“腊制法”、“风制法”、“冻制法”等等。这就决定了冷菜原料制作方法有独特性的特点。但是热菜所有的原料多数可用作冷菜的制作，也包括甜菜制作方法，如“挂霜”、“蜜汁”等。因此，冷菜的制作技术，在方法上是多样而全面的。其次，冷菜原料的制作方法大多数是很复杂的。热菜的成菜方法，也是原料的制作方法，其工艺有快捷的特点。而冷菜的原料加工和制作过程，则不都是冷菜的成菜过程，而各有自己的工艺。一般情况下，多数冷菜的原料加工工艺比较复杂，制作时间较长。比如“腊制法”，往往是腌渍、浸制、熏制等多种方法并用，先后要经过洗涤、晾干、腌渍、浸水、沥干或烘干、烟熏、吊腊、洗潮、蒸制、切配、装盘，至此完成菜肴制作。不

难看出，从洗涤到吊腊是属于冷菜原料的加工过程，其中仅烟熏这一环节，在 50℃ 情况下至少要持续 2~3 天，可见用时之长，工艺之复杂。

### 三、刀工处理的技术性

冷菜的刀工处理要比热菜的刀工处理更具技术性。

首先，在冷菜原料的特性方面，由于冷菜原料多为经过烹调制熟的熟料，质地比较疏松，因而明显的易碎难切。在这种情况下，刀工处理时，必须要求精细，即行刀要稳，落刀要准，运刀自如，刀切面光滑平整，成形均匀。如果没有很强的刀技功底，是很难达到这一要求的。

其次，在原料成形入盘的要求方面。由于冷菜原料经刀工处理后，就进行装盘，直接与顾客见面，原料入盘是一次性的，因此，要求切配者，必须根据冷菜入盘后的形状要求，做到心中有数，在行刀时，在“稳”、“准”的基础上，还要“匀”。

再次，在冷菜的形象方面，刀法的运用也是多样的，这在一些艺术冷盘中，体现尤为突出，几乎所有的刀法都能用到。如花色冷盘“锦鸡报春”，在切制“锦鸡”所需的各种原料形状时，需用片、切、刻、划、挖、旋、削等多种刀法。这些刀法的运用，又蕴含着很强的技术要领，并不是任何人都能随意运用使原料成形的，就是能切制成形，也会产生不同的艺术效果，其原因就是刀工有很强的技术性。

### 四、色彩搭配的明快性

冷菜是宴席菜肴的“先锋”，美观大方的造型和鲜艳明快的颜色，是冷菜鲜明的特征。无论是一种原料组成的冷菜还是多种原料组成的冷菜，主料、配料、调料、装饰点缀的用料都是构成其内容的实体。这些内容实体都有其固有的颜色，只有通过形体的改造和合理

的色彩搭配，才能形成冷菜独特的“姿色”。正因如此，冷菜具有它美观大方的形体和鲜艳明快的色彩这一特性。

### 五、装盘形式的艺术性

冷菜制作包括原料制作和装盘技术两大方面，而装盘艺术又是构成装盘技术的内容之一。装盘艺术主要体现在装盘的形式上。冷菜的装盘形式是多种多样的，无论哪种形式，都应以美的艺术显现为第一目的。因此，其形式的构造当属艺术范畴，这就决定了冷菜的装盘形式具有艺术性特点。

大家都知道，从独碟到花色冷盘，其形式都源于生活中美好的实物或景象，如“各种几何图案”、“蝴蝶”、“锦鸡报春”、“孔雀开屏”、“渔舟晚歌”等等，所有这些形象的表现，都是艺术手法的展现，无不蕴含着创作者的文化和艺术修养。

### 六、风味的独特性

任何一盘菜肴都有自己的风味，就冷菜而言，它自己独特的风味。这是由冷菜原料加工和制作方法的独特性所决定的。

冷菜原料的加工和制作方法的独特性主要体现在它拥有一些自己的原料加工和制作方法，如“腊制法”、“风制法”、“酱制法”、“炆制法”、“卤制法”等等。通过这些方法制作出来的原料，都有自己的风味。因此，也就形成了冷菜风味的独特性。

### 七、口感的冷爽性

冷菜的食用不象热菜需趁热食用，而是凉食，其食用的温度一般为环境的自然温度，有的甚至要低于自然温度。在食用时给人以凉爽的口感，目的是调节进食时消化系统的温差效应，减少热食对口腔、胃的过度刺激。因此，口感冷爽性是冷菜独有的特性。

## 八、原料及成品的耐贮性

原料及成品的耐贮性是由冷菜口感的冷爽性和原料加工制作方法的特殊性所决定的。首先,冷菜有其独特的原料加工和制作方法,如“腊制法”、“风制法”、“酱制法”、“卤制法”等等,都属于工艺复杂、用时较长的原料加工和制作方法,在复杂的工艺流程中,都有预防发霉变质的特殊处理手段和过程,如酱卤菜肴加硝。这一处理手段和过程的运用,为其能长时间贮存提供了必然的条件。再就是由于冷菜成品无汤少汁,又为贮存提供了方便条件。其次,冷菜的原料及其成品,在温度上与热菜相反,都是冷性的,且此时最能体现其风味特色。因此,冷菜的较长时间储存,并不影响其风味特色。

## 九、严格的卫生性

冷菜的食用温度一般为自然温度,多在 $10^{\circ}\text{C}\sim 14^{\circ}\text{C}$ 之间,最易于细菌的生长和繁殖。由于冷菜制作所加工的原料为冷性的半成品,调味料又多为存放时间较长的复合品,在成菜过程中,原料与手直接接触,时间较长,又因为冷菜要先于热菜上席,其制作几乎都是在热菜制作前完成。因此,冷菜的制作过程,更应严格遵守卫生要求。

## 第三节 冷菜制作的基本功和操作程序

冷菜制作的基本功是指从事冷菜原料加工制作和装盘必须具备的基本操作技能。它包括烹调、刀工和美术三大技能。

### 一、基本功的重要性

(一)基本功是冷菜制作工艺中最重要的基础操作技能。只有学



会和掌握基本功，才能进一步学习和掌握冷菜制作技术，并在实际工作中做到有条不紊、运用自如。因此，这是我们学习各种冷菜制作技术的前提。也就是说，基本功掌握得熟练，冷菜制作技术进展的速度就快；否则进展速度就慢。

(二)基本功熟练与否，直接影响冷菜制品的质量。在质量方面，首先，刀工是保证烹调、盛装质量的首要条件。先烹调后冷食的冷菜，其原料的形状多数就是冷菜原料的基础形状，只有具有精湛的刀工技术，才能做到冷菜形状和规格基本一致，整齐美观。另一方面，冷食原料经改刀直接装盘的一类冷菜，由于原料入盘是一次性的，因此要求切配者必须心中有数，根据冷菜入盘后的形状要求，一次性完成所需形状的切制。这就要求厨师必须掌握多种刀法及操作技巧，并熟练应用，否则，没有过硬的刀工基础，对于装盘原料是不可能随意切出所需要的任何形状的，因此也就谈不上一次性装盘的准确性和灵活性。

(三)烹调是对冷菜质量特点的保证。只有烹调技术过硬，才能正确识别油温、运用火候，才能适时而准确地调味，才能灵活地运用各种烹调方法，制作出多种多样的不同风味特色的冷食原料，并使其在色、香、味、形、质诸方面，体现其本身应具备的特点。

(四)美术是冷菜装盘艺术的基础，是冷菜艺术造型的必备技能，是冷菜具体艺术形象展现的手段。冷菜艺术装盘，是创作者通过艰辛的劳动和创造灵感，将生活中的美，运用美学原理和相关知识，经过精细加工，将其主体的色彩、形象展现在盘内。在这一创作过程中，先后要经过造型构思、选料、艺术拼摆、点缀、衬托等步骤，每一步又都离不开构图、绘画、配色、布局、渲染等美学知识。因此，如果没有比较扎实的美术基础和艺术修养，冷菜的装盘艺术就会失去“蓝图”而不能发展和前进，也就更谈不上艺术装盘的艺术效果。

在工作效率方面，无论是刀工、烹调还是美术，每一项基本功底如果都很扎实，那么操作时就会敏捷而舒展，技术动作就会熟练、