



全国高等职业院校餐旅类专业教改教材

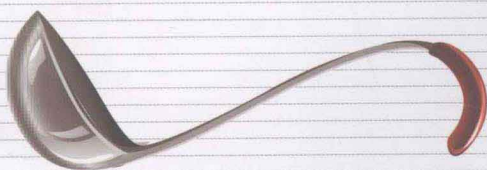


中国烹饪协会职业培训指定教材

PENGRN I

JISHU JICHU

烹饪技术基础



巩显芳 曲绍卿 主编

中国烹饪协会 组织编写



 中国轻工业出版社

全国高等职业院校餐旅类专业教改教材

中国烹饪协会职业培训指定教材

PENGREN I

JISHU JICHU

烹饪技术基础

巩显芳 曲绍卿 主编
中国烹饪协会 组织编写

图书在版编目 (CIP) 数据

烹饪技术基础 / 巩显芳, 曲绍卿主编. —北京:
中国轻工业出版社, 2011.8
全国高等职业院校餐旅类专业教改教材
ISBN 978-7-5019-8222-6

I. ①烹… II. ①巩… ②曲… III. ①烹饪-方法-
高等职业教育-教材 IV. ①TS972.11

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第059387号

责任编辑: 史祖福

策划编辑: 史祖福

责任终审: 劳国强

封面设计: 锋尚设计

版式设计: 锋尚设计

责任校对: 杨琳

责任监印: 张可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 航远印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2011年8月第1版第1次印刷

开 本: 787×1092 1/16 印张: 13.75

字 数: 316千字

书 号: ISBN 978-7-5019-8222-6 定价: 28.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

090925J2X101ZBW

高等职业院校餐旅类专业教改教材编审委员会

主 任：杨 柳

委 员：王美萍 郭春慧 曲绍卿 刘 捷
鲁琳雯 巩显芳 石长波 隋海涛
郭晓赓 杨雪欣 王 玉 宋国庆
轩福华 汪晓梅 杨 晶 田 彤
王 美 闫喜霜 张丽娟 李日欣

本书编写委员会

主 编：巩显芳（淄博市技师学院）
曲绍卿（山东商业职业技术学院）
副主编：田绪兵（淄博市技师学院）
参 编：蔺宾川（淄博市技师学院）
齐现军（淄博市技师学院）
田绪兵（淄博市技师学院）
翟纯国（淄博市技师学院）
王炳乙（淄博市技师学院）
陈立刚（淄博市技师学院）
梁秋霞（淄博市技师学院）
郝志阔（广东环境保护工程职业学院）
李 朝（吉林农业科技学院）

序 言

为深化我国高等职业教育教学改革，加强课程改革的实体教材建设，解决教材滞后对餐旅类院校深入推进教学改革带来的影响，2009年中国烹饪协会与中国轻工业出版社联合启动了高等职业教育餐旅类专业教改教材的研究项目，对餐旅类专业的课程、教学与教材进行了深入探讨。

职业教育教学改革的核心是课程改革，而课程改革的中心又是教材的改革。教材的内容与编写体例基本上决定了学生从该门课程中能学到什么样的知识、技能，形成什么样的逻辑思维习惯。目前餐旅类专业课程教程的编写多数是沿袭传统的学科教材模式，教材的内容与体例按章节设计，理论性强，没有与行业产品、岗位紧密联系在一起，缺乏针对性。本套教材以课程改革为主线，采取模块化的编写体例，以任务的形式完成课堂教学。教材内容围绕职业教育特点和行业对技能人才的需求进行阐述和安排。

本套教材作为中国烹饪协会与中国轻工业出版社联合推出的餐旅类专业的教育教学改革成果，获得了业内专家、学者与教师的大力支持和参与，经过了持续地探索和大胆地创新。本套教材由中国烹饪协会组织相关专家进行审稿，以确保教材质量。但由于教学改革是一项庞大的系统工程，不免会存在一定的局限性，恳请广大读者提出宝贵意见，以便我们今后修订时不断完善。

全国高等职业院校餐旅类专业教改教材编审委员会

前 言

随着时代的发展需要,当前我国高职高专人才紧缺,原有的教学模式已越来越不适应现代教学,作为高职院校,急需合适的指导教材。本课程正是在满足这一方面需求的基础上制作的。

《烹饪技术基础》是中国烹饪的重要分支课题,《烹饪技术基础》的教学,旨在传授中国烹饪中的基本理论知识。它是一门实践性非常强的课程,要求学生在学的过程中灵活地运用理论,反复进行实践,举一反三,充分掌握烹饪技术基础知识和菜肴制作的基本技能,取其精华,善于创新,力争将烹饪事业发扬光大。

本课程内容包括烹饪基本知识、选料技术、刀工、调配技术、勺工、火候、制熟介质、糊浆芡的制作技术、初步热处理技术、菜肴制作与命名、菜肴制作的变化与创新十一大项目。

本书由山东淄博市技师学院巩显芳和山东商业职业技术学院曲绍卿共同担任主编,山东淄博市技师学院田绪兵担任副主编,会同多所学校的老师共同编写。编写分工如下:

山东淄博市技师学院巩显芳编写项目一烹饪基本知识;

山东淄博市技师学院巩显芳、蔺宾川编写项目二选料技术;

山东淄博市技师学院田绪兵、翟纯国编写项目三刀工;

广东环境保护工程职业学院郝志阔编写项目四调配技术;

山东淄博市技师学院田绪兵编写项目五勺工;

山东商业职业技术学院曲绍卿编写项目六火候;

吉林农业科技学院李超编写项目七制熟介质;

山东淄博市技师学院齐现军编写项目八糊浆芡的制作技术;

山东淄博市技师学院王炳乙、陈立刚编写项目九初步热处理技术;

山东淄博市技师学院巩显芳、梁秋霞编写项目十菜肴制作与命名;

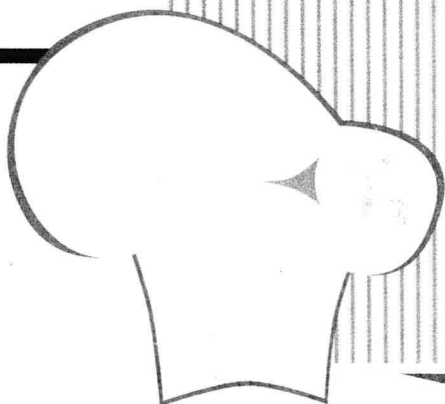
山东商业职业技术学院曲绍卿编写项目十一菜肴制作的变化与创新。

本书编写过程中参考了众多同仁及前辈的文献资料,汲取了他们的精华,在此深表感谢。

由于作者水平有限,书中难免有错误和不当之处,诚恳希望诸位烹饪行家和广大读者批评指正。

编者

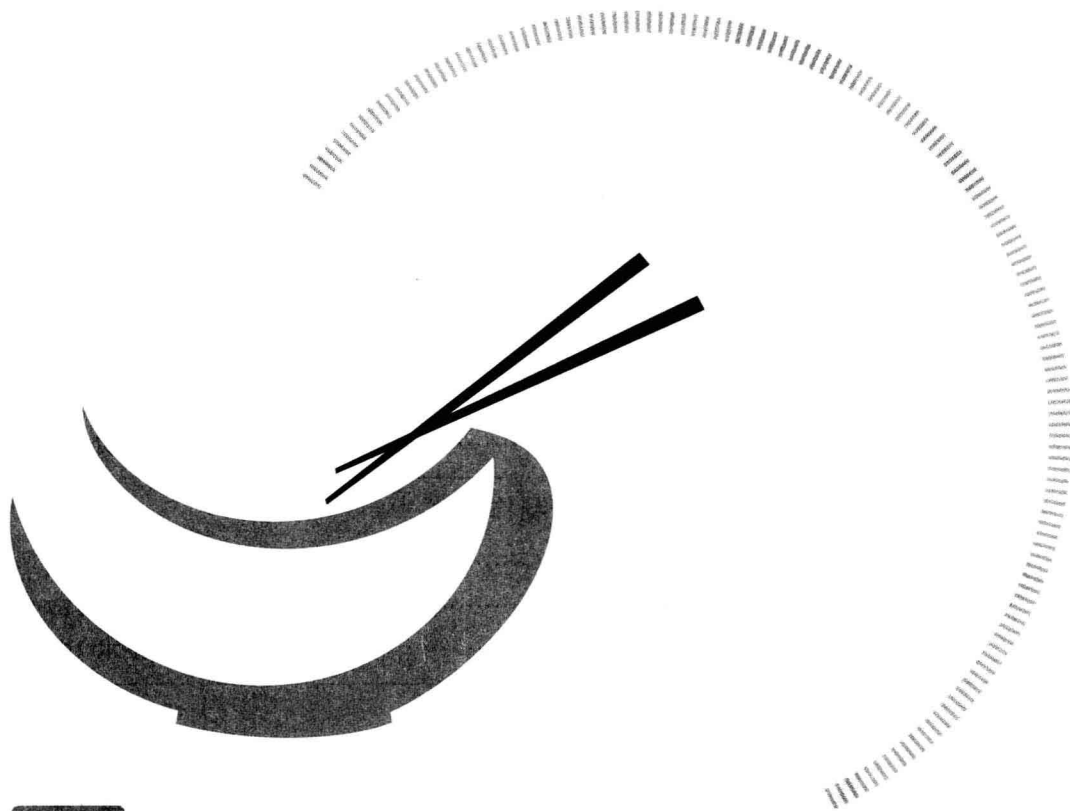
2010年10月



目录

	项目一	烹饪基本知识	
		模块1	中国饮食风味流派 9
		模块2	烹饪及其基本条件 17
		模块3	菜肴的质量要素 22
	项目二	选料技术	
		模块1	菜肴原料的选择 26
		模块2	菜肴原料与菜肴质量 29
	项目三	刀工	
		模块1	刀工 32
		模块2	刀工的基本技法 37
		模块3	原料的刀工美化 44
		模块4	原料的形态 46
		模块5	食品雕刻 52
	项目四	调配技术	
		模块1	配形技术 63
		模块2	营养搭配技术 65
		模块3	质地搭配技术 68
		模块4	调色技术 72
		模块5	调香技术 75
		模块6	调味技术 79
		模块7	盛器选配技术 107
		模块8	宴席菜肴的组配技术 111

	项目五	勺工 模块1 勺工要求 116 模块2 勺工技法 119
	项目六	火候 模块1 火力 124 模块2 菜肴制作中的热传递 127 模块3 掌握火候 131
	项目七	制熟介质 模块1 液体介质 137 模块2 气体介质 143 模块3 电介质 145 模块4 固体介质 148
	项目八	糊浆芡的制作技术 模块1 挂糊技术 153 模块2 上浆技术 157 模块3 勾芡技术 160
	项目九	初步热处理技术 模块1 水处理技术 166 模块2 油处理技术 170 模块3 汽蒸处理技术 174 模块4 走红处理技术 177 模块5 制汤技术 180
	项目十	菜肴制作与命名 模块1 烹调方法简介 186 模块2 菜肴的命名方法 192
	项目十一	菜肴制作的变化与创新 模块1 菜肴创新及其条件 195 模块2 菜肴味的创新与变化 198 模块3 菜肴净料的创新与变化 203 模块4 菜肴形态的创新与变化 208 模块5 菜肴质的创新与变化 215 参考资料 220



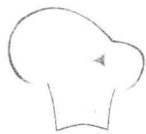
项目一

烹饪基本知识

主要内容 | 通过学习本项目，了解中国饮食风味流派；理解烹饪的概念，并掌握烹饪的基本条件；熟悉菜肴的构成要素。

学习目标 |

1. 中国饮食风味流派
2. 烹饪及其基本条件
3. 菜肴的质量要素



模块1

中国饮食风味流派



【能力培养】

通过学习，了解中国饮食风味流派，掌握各流派的菜肴制作特点。



【知识拓展】

1. 饮食发展史
2. 中国饮食习俗

中国饮食流派众多，其中最具有影响力和代表性并为社会所公认的有：鲁、川、苏、粤、闽、浙、湘、徽等菜系，即人们常说的中国“八大菜系”。菜系的形成和它的悠久历史与其独到的烹饪特色是分不开的，同时也受到这个地区的自然地理、气候条件、资源特产、饮食习惯等影响。中国“八大菜系”的烹调技艺各具风韵，其菜肴之特色也各有千秋。

一、中国饮食风味流派

（一）鲁菜——山东风味

鲁菜，又称山东菜，历史悠久，影响广泛。宋代以后，鲁菜就成为“北食”的代表。明、清两代，鲁菜已成为宫廷御膳主体，对京、津、东北各地的影响较大，现今鲁菜是由济南和胶东两地的地方菜演化而成的，是中国饮食文化的重要组成部分，是中国八大菜系之一。以其鲜咸脆嫩、风味独特、制作精细享誉海内外。

山东古为齐鲁之邦，地处半岛，三面环海，腹地有丘陵平原，气候适宜，四季分明。海鲜水族、粮油牲畜、蔬菜果品、昆虫野味一应俱全，为烹饪提供了丰富的原料条件。鲁菜制作巧于用料，注重调味，适应面广。烹调方法尤以“爆、炒、烧、焖”等最具特色，其中的“焖”，是山东独有的烹调方法，其主料需事先用调料腌渍入味或夹入馅心，再沾粉或挂糊，两面煎成金黄色，放入调料或清汤，以慢火收尽汤汁，使之浸入主料，增加滋味。如锅焖豆腐、锅焖菠菜等。鲁菜还精于制汤，有清汤、奶汤之别。用清汤和奶汤制作的很多菜，被列入高级宴席的珍馐美味，如：“清汤燕菜”、“奶汤蒲菜”。

鲁菜对烹制海鲜有独到之处。对海珍品和小海味的烹制堪称一绝。在山东，无论是参、翅、燕、贝，还是鱼、鳖、虾、蟹，经当地厨师妙手烹制，都可成为鲜美的佳肴，如“葱烧海参”，“干炸赤鳞鱼”、“扒原壳鲍鱼”等。

鲁菜善于以葱香调味。在菜肴烹制过程中,不论是爆、炒、烧、熘,还是烹调汤汁,都以葱丝(或葱末)爆锅,就连蒸、扒、炸、烤等菜,也借助葱香提味,如“锅烧鸭”、“清蒸加吉鱼”、“扒三白”、“炸脂盖”等,均以葱段或葱丝为调料。

济南菜讲究清香、鲜嫩、味纯,有“一菜一味,百菜不重”之称。鲁菜精于制汤,则以济南为代表。济南的清汤、奶汤极为考究,独具一格。在济南菜中,用爆、炒、烧、炸、熘、扒等技法烹制的名菜就达两三百种之多。济南饮食业历来十分兴盛,聚丰德、燕喜堂、汇泉楼等是久负盛名的老店,均以经营山东传统风味菜闻名遐迩。

烟台菜属胶东风味,以烹制海鲜见长。胶东菜源于福山,距今已有百余年历史。鲁菜中风味独特的海鲜菜,以烟台为代表,仅用海味制作的宴席,如全鱼席、鱼翅席、海参席、海蟹席、小鲜席等,构成品类纷繁的海味菜单。著名的风味饭店有蓬莱春、会宾楼、松竹林、天鹅饭店等,都是以经营传统胶东风味菜而著称。

青岛也以善烹海鲜驰名,基本属于福山风味,但又不乏本地特色,口味注重清淡、鲜嫩,讲究花色造型。随着对外开放和旅游业的发展,青岛市为数众多的宾馆饭店争相开业;一些历史名店、老店,经过装修改造,也获得新生。著名的春和楼饭店、被誉为岛上明珠的青岛饭店,均以其设备整洁典雅,菜品精细味美,服务热情周到而著称。

孔府菜历史悠久,用料考究,刀工细腻,烹调程序严格、复杂。口味讲究清淡鲜嫩、软烂香醇、原汁原味。对菜点制作精益求精,始终保持传统风味,是鲁菜中的佼佼者。原曾封闭在孔府内的孔府菜,在20世纪80年代也走向了市场,在济南、北京都开办了“孔膳堂”。

(二) 川菜 —— 四川风味

川菜,又称四川菜,在秦末汉初时期就初具规模。唐宋时发展迅速,明清已富有名气,现今川菜馆遍布世界。正宗川菜以成都、重庆两地的菜肴为代表。

川菜重视选料,讲究规格,分色配菜主次分明,鲜艳协调。其特点是酸、甜、麻、辣、油重、味浓,注重调味,离不开三椒(即辣椒、胡椒、花椒)和鲜姜,以辣、酸、麻脍炙人口,为其他地方菜所少有,形成川菜的独特风味。川菜具有用料广博、味道多样、菜肴适应面广三个特征,其中尤以味型多、变化巧妙而著称,享有“一菜一味,百菜百味”的美誉。“味在四川”便是世人所公认的。

川菜烹调方法擅长于烤、烧、干煸、蒸等。善于综合用味,收汁较浓,在咸、甜、麻、辣、酸五味基础上,加上各种调料,相互配合,形成各种复合味,如家常味、咸鲜味、鱼香味、荔枝味、怪味等23种。代表菜肴有“黄焖鳗”、“怪味鸡块”、“麻婆豆腐”等。

川菜之味,以麻辣见长。仅看川菜怎样运用辣味,就能和别的地方菜比较出它的



长处了。辣椒与其他辣味料合用或分别使用,就出现了干香辣(用干辣椒)、酥香辣(糊辣壳)、油香辣(胡椒)、芳香辣(葱、姜、蒜)、甜香辣(配圆葱或蒜头)、酱香辣(郫县豆瓣或元红豆瓣)等10种不同辣味。四川常用的23种味型,与麻辣沾边的达13种,如口感咸鲜微辣的家常味型,咸甜辣香辛兼有的鱼香味型,甜咸酸辣香鲜各味十分和谐的怪味型,以及表现不同层次麻辣的红油味型、麻辣味型、酸辣味型、糊辣味型、陈皮味型、椒麻味型、椒盐味型、芥末味型、蒜泥味型、姜汁味型等,使辣味调料发挥了各自的长处,辣出了风格。

众多的川菜品种,是用多种烹饪方法制作出来的。常用的烹饪方法有30种,这当中既有一些全国通用的,也有一些四川独创的。如四川独创的小炒、干煸、干烧、家常烧就别具一格。小炒之法,不过油,不换锅,临时兑汁,急为短炒,一锅成菜,菜肴起锅装盘,顿时香味四溢。干煸之法用中火热油,将丝状原料不断翻炒煸炒,使之脱水、成熟、干香。干烧之法,用中火慢烧,使有浓厚味道的汤汁渗入原料之中,自然成汁,醇浓味厚。家常烧先用中火热油煸炒豆瓣,入汤烧沸去渣,放料再用小火慢烧至成熟入味,勾芡而成,麻婆豆腐就是用家常烧法烹饪的。

(三) 粤菜——广东风味

粤菜,即广东地方风味菜,是我国的八大菜系之一。它以特有的菜式和韵味,独树一帜,享誉国内外。

早在西汉时期就有粤菜的记载,南宋时受御厨随往羊城的影响,明清发展迅速,20世纪随着对外通商,吸取西餐的某些特长,粤菜也逐渐走向世界,仅美国纽约就有粤菜馆数千家。粤菜是以广州、潮州、东江三地的菜为代表而形成的。菜的原料较广,花色繁多,形态新颖,善于变化,讲究鲜、嫩、爽、滑,一般夏秋季节力求清淡,冬春季节偏重浓醇。调味有所谓五滋(香、松、脆、肥、浓)、六味(酸、甜、苦、咸、辣、鲜)之别。其烹调擅长煎、炸、烩、炖、煸等方法,菜肴色彩浓重,滑而不腻。尤以烹制蛇、狸、猫、狗、猴、鼠等野生动物而负盛名,著名的菜肴有“三蛇龙虎凤大会”、“五蛇羹”、“盐焗鸡”、“烤乳猪”和“冬瓜盅”等。

粤菜选料广博奇特,选料精细,配合四时更替,四季时令菜肴重在色、香、清、鲜。品种花样繁多,令人眼花缭乱。天上飞的、地上爬的、水中游的,几乎都能上席。鹧鸪、禾花雀、豹狸、果子狸、穿山甲、海狗鱼等飞禽野味自不必说;猫、狗、蛇、鼠、猴、龟,甚至不识者误认为“蚂蟥”的禾虫,亦在烹制之列,而且一经厨师之手,顿时就变成异品奇珍、美味佳肴,每令食者击节赞赏,叹为“异品奇珍”。

粤菜用料精而细,配料多而巧,装饰美而艳,而且善于在模仿中创新,品种繁多,在1965年“广州名菜美点展览会”上介绍的粤菜品种就有5457种之多。

粤菜烹调技艺考究，刀工操作精细，常用的有熬、煲、蒸、炖、扣、炒、泡、扒、炸、煎、浸、滚、烩、烧和卤等。并且注重质和味，口味比较清淡，力求清中求鲜、淡中求美。

（四）苏菜——江苏风味

苏菜，又称江苏菜，起始于南北朝时期，唐宋以后，与浙菜竞秀，成为“南食”两大台柱之一。江苏菜是由苏州、扬州、南京、镇江四大风味流派构成的。其特点是浓中带淡、鲜香酥烂、原汁原汤、浓而不腻、口味平和、咸中带甜。清鲜平和、追求本味、适应性强是江苏风味的基调。

苏菜烹调技艺以炖、焖、烧、煨、炒而著称。烹调时用料严谨，注重配色，讲究造型，四季有别。苏州菜口味偏甜，配色和谐；扬州菜清淡适口，主料突出，刀工精细，醇厚入味；南京、镇江菜口味和醇，玲珑细巧，尤以鸭制的菜肴负有盛名。著名的菜肴品种有“清汤火方”、“鸭包鱼翅”、“松鼠鳜鱼”、“西瓜鸡”、“盐水鸭”等。

苏菜以重视火候、讲究刀工而著称，尤擅长炖、焖、煨、焐，著名的“镇扬三头”（扒烧整猪头、清炖蟹粉狮子头、拆烩鲢鱼头）、“苏州三鸡”（叫花鸡、西瓜童鸡、早红橘酪鸡）以及“金陵三叉”（叉烤鸭、叉烤鳜鱼、叉烤乳猪）都是其代表之名品。

淮扬风味以扬州、淮安为中心，菜肴以清淡见长。历史上，扬州是我国南北交通枢纽，东南经济文化中心，饮食市场繁荣发达。“扬州三把刀”之一的厨刀闻名于世，扬州名厨遍及全国。周恩来总理在开国大典招待会上选用的就是以淮扬风味为主的菜肴。名菜有“镇扬三头”、“镇江三鲜”、淮安“长鱼席”等。

金陵风味，以滋味平和、醇正适口为特色，兼取四方之美，适应八方之需。尤擅烹制鸭馐，金陵叉烤鸭、桂花盐水鸭、鸭血汤等颇具盛名。清真菜在南京也颇具特色，名店马祥兴的四大名菜（松鼠鱼、蛋烧卖、美人肝、凤尾虾）为其代表。此外，夫子庙小吃品种繁多，风味各异，名传遐迩。

苏锡风味，以苏州、无锡为中心。苏锡菜原重视甜出头、咸收口，浓油赤酱，近代已向清新雅丽方向发展，甜味减轻，鲜咸清淡。苏锡近几年发展很快，在继承传统风味的基础上，大胆创新，既讲究食用以味为主，又讲究观赏，形成观食俱佳的格局。松鼠鳜鱼、母油船鸭、梁溪脆鳝、常熟叫化鸡、常州糟扣肉等均为脍炙人口的美味佳肴。此外，苏州糕团独树一帜，享誉海内外，苏州玄妙观、无锡崇安寺小吃亦很有名。

徐海风味，指徐州、连云港一带。徐海菜以鲜咸为主，五味兼蓄，风格淳朴，注重实惠，名菜别具一格。以霸王别姬、沛公狗肉、羊肉藏鱼、红烧沙光鱼等名菜为其代表。

（五）闽菜——福建风味

闽菜是福建菜的简称，是中国烹饪主要菜系之一，由福州、闽南、闽西三路菜组成。



在中国烹饪文化宝库中占有重要一席。福州菜流行于闽东、闽中、闽北地区；闽南菜则广传于厦门、泉州、漳州、闽南金三角；闽西菜则盛行于闽西客家地区，极富乡土气息。闽菜的风格特色是：淡雅、鲜嫩、和醇、隽永。

闽菜以色调美观，滋味清鲜而著称。烹调方法擅长于炒、糟、熘、煎、煨，尤以“糟”最具特色。由于福建地处东南沿海，盛产多种海鲜，如海鳗、蛭子、鱿鱼、黄鱼、海参等，因此，多以海鲜为原料烹制各式菜肴，别具风味。著名菜肴品种有佛跳墙、醉糟鸡、酸辣烂鱿鱼、烧片糟鸡、太极明虾、清蒸加吉鱼和荔枝肉等。主要表现在以下四个方面。

1. 菜肴原料以海鲜和山珍为主

由于福建倚山傍海，北部多山，南部面海。苍茫的山区盛产菇、笋、银耳、莲子和石鳞、河鳗、甲鱼等山珍野味；漫长的浅海滩涂，鱼、虾、蚌、鲟等海鲜佳品，常年不绝。平原丘陵地带则稻米、蔗糖、蔬菜、水果誉满中外。山海赐给的神品，给闽菜提供了丰富的原料资源，也造就了几代名厨和广大从事烹饪的劳动者，他们擅长制作海鲜原料，在蒸、氽、炒、煨、爆、炸等方面独具特色。

2. 刀工巧妙，一切服从于味

闽菜注重刀工，有“片薄如纸，切丝如发，削花如荔”之美称。而且一切刀工均围绕着“味”下工夫，使原料通过刀工处理，更能体现出其本味和质地。反对华而不实，矫揉造作，提倡原料的自然美并达到滋味沁深融透，成形自然大方、火候表里如一的效果。“雀巢香螺片”一菜就是典型的代表，它通过刀工处理和恰当的火候，使菜肴犹如盛开的牡丹花，赏心悦目又脆嫩可口。

3. 闽菜重视汤菜，汤菜考究，变化无穷

闽厨长期以来把烹饪和确保原料质鲜、味纯、滋补联系起来，从长期积累的经验认为，最能保持原料本质和原味的当属汤菜，故汤菜多而考究。有的白如奶汁，甜润爽口；有的汤清如水，色鲜味美；有的金黄澄透，馥郁芳香；有的汤稠色酽，味厚香浓。“鸡汤氽海蚌”一菜就较具代表性，它的鸡汤不是单纯的鸡汤，而是经过精心制作的“三蓉汤”，用母鸡、猪里脊、牛肉提炼而成，氽入闽产的海蚌后，让人回味无穷。

4. 烹调细腻，特别注意调味

闽菜的烹调细腻表现在选料精细、泡发恰当、调味精确、制汤考究、火候适当等方面。特别注意调味则表现在力求保持原汁原味上。善用糖，甜去腥膻；巧用醋，酸能爽口，味清淡则可保持原味。因而有甜而不腻，酸而不淡，淡而不薄的盛名。

(六) 浙菜——浙江风味

浙菜，又称浙江菜，是以杭州、宁波、绍兴和温州等地的菜肴为代表发展而成的。其特点是清、香、脆、嫩、爽、鲜。浙江盛产鱼虾，又是著名的风景旅游胜地，湖山清秀，水光山色，淡雅宜人，故其菜如景，有不少名菜来自民间，制作精细，变化较多。烹调

技法擅长于炒、炸、烩、熘、蒸、烧。久负盛名的菜肴有“西湖醋鱼”、“生爆鳝片”、“东坡肉”、“龙井虾仁”、“干炸响铃”、“叫化童鸡”、“清汤鱼圆”、“干菜焖肉”、“大汤黄鱼”、“爆墨鱼卷”、“锦绣鱼丝”等。

浙菜基本上分为三大派别。一派以烹调北方风味的“京帮”馆子，即烹饪一致看重的大帮菜，以烹调高档原料为主，如鱼翅、海参、燕窝、熊掌以及烤乳猪、挂炉鸭子（北京烤鸭），此帮在杭州最强；另一派以红烧为拿手的徽帮，主要分布于杭、湖（吴兴）、宁波等地，菜品以入味、重油、重芡、重色和经济实惠为主；另一派即本地菜，真正的土生土长菜系。

（七）湘菜 —— 湖南风味

湘菜，又称湖南菜，是以湘江流域、洞庭湖区和湘西山区的菜肴为代表发展而成的。湘菜除了与祖国古老的文化有着千丝万缕的联系之外，同时自身还具有其鲜明的特色。

湘菜用料广泛，品味丰富。空中的飞禽，地上的走兽，水中的游鱼，山间的野味，都是湘菜的上好原料。至于各类瓜果、时令蔬菜和各地的土特产，更是取之不尽、用之不竭的饮食资源。就菜式而言，既有乡土风味的民间菜式，经济方便的大众菜式，也有讲究实惠的筵席菜式，格调高雅的宴会菜式，还有味道随意的家常菜式和疗疾健身的药膳菜式。

湘菜油重色浓，口味注重香鲜、酸辣、软嫩，多以辣椒、熏腊为原料。

湘菜技法多样，烹调方法擅长腊、熏、煨、蒸、炖、炸、炒。其著名菜肴品种有“腊味合蒸”、“东安子鸡”、“麻辣子鸡”、“红煨鱼翅”、“汤泡肚”、“冰糖湘莲”和“金钱鱼”等。

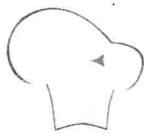
（八）徽菜 —— 安徽菜系

徽菜，又称安徽菜，是以徽州、沿江、沿淮三地区的地方菜为代表构成的。包含皖南、沿江、沿淮三种地方菜肴的特色。从风味特色来讲，徽菜菜系是由以上三个区域的地方菜肴组成的一种既有个性又有共性的中国地方风味。其烹调方法擅长烧、焖、炖。著名的菜肴品种有“符离集烧鸡”、“火腿炖甲鱼”、“腌鲜鳊鱼”、“火腿炖鞭笋”、“雪冬烧山鸡”、“红烧果子狸”、“奶汁肥王鱼”、“毛峰熏鲥鱼”等。其总体风格是：选料朴实、原汁原味、酥嫩香鲜、浓淡适宜、选料严谨、火候独到、菜式多样、南北咸宜。

皖南以徽州地区的菜肴为代表，是徽菜的主流。其主要特点是喜用火腿佐味，以冰糖提鲜，善于保持原料的本味、真味，口感以咸、鲜、香为主，放糖不觉其甜。不少菜肴常用木炭风炉单炖单熬，原锅上桌，浓香四溢，体现了徽味古朴典雅的风貌。

沿江风味盛行于芜湖、安庆及巢湖地区，以烹调河鲜、家禽见长，讲究刀功，注重形色，善于以糖调味，擅长烧、炖、蒸和烟熏技艺，其菜肴具有清爽、酥嫩、鲜醇的特色。

沿淮菜是以黄河流域的蚌埠、宿县、阜阳的地方菜为代表，擅长烧、炸、熘等烹调技法，爱以芫荽、辣椒调味配色，其风味特点是咸、鲜、酥脆、微辣、爽口，极少以糖调味。



二、中国菜肴的特点

(一) 选料讲究

- (1) 讲究原料的部位 如“芙蓉鸡片”选用鸡脯肉，“清炖蟹粉狮子头”选用五花肉。
- (2) 讲究原料的产地 如“北京烤鸭”选用填鸭；“清蒸刀鱼”选用长江刀鱼，以镇江至江阴所产最佳；川菜中的“家常海参”、“麻辣肉片”，必须选用四川的豆瓣辣酱等。
- (3) 讲究原料的季节 如刀鱼要选用清明以前的；鲥鱼要选用端午前后的；笋以冬笋质量最佳等。
- (4) 讲究原料的鲜活 原料必须鲜活。

(二) 刀工精湛

刀工是制作菜肴的一个重要环节，是菜肴定型和造型的关键一步。中餐刀法之精细，乃世界之最。

- (1) 刀法多样 如直刀法、平刀法、斜刀法等。
- (2) 花刀巧妙 如麦穗花刀、荔枝花刀、蓑衣花刀等。
- (3) 雕刻精湛 如浮雕、镂雕等精美绝伦。
- (4) 刀工精细 如“鸡汁干丝”将一块不到2厘米厚的干子批成近30片的薄片后再切成细丝，其直径不到1毫米；“银丝豆腐”则是用快刀将豆腐批成极薄的片后再切成细丝，其丝细如发丝。

(三) 配料巧妙

- (1) 注重原料的搭配 ① 注重原料质地的搭配；② 注重原料营养的搭配。
- (2) 注重色彩的搭配；
- (3) 注重形状的搭配。

(四) 技法多样

中国烹调技法之多，为世界之最。

- (1) 善于根据原料新鲜程度的不同采用不同的烹调技法 如新鲜的鱼一般多用清蒸、汆汤等做法，而不新鲜的一般采用红烧、干烧、醋熘等烹调方法。
- (2) 善于根据原料的不同形状和质感采用不同的烹调技法 如形状小、质地脆嫩的原料采用爆、炒技法，形状大、质地老韧的原料则采用炖、焖、煨等烹调方法。

(五) 菜品繁多

- (1) 由于地理环境的不同，造成原料品种的多样化，菜肴的多样化。

(2) 由于民族习惯的不同, 造成烹调方式的多样化, 菜肴的多样化。

(六) 口味丰富

(1) 味型的多样化 较具代表性的体型有咸鲜味、咸甜味、辣咸味、麻辣味、酸甜味、香辣味、鱼香味和怪味等。

(2) 调味方式的多样化 调味方式包括加热前调味、加热中调味、加热后调味。

(七) 注重火候

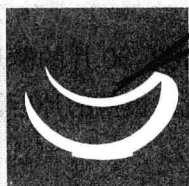
(1) 旺火速成法烹制;

(2) 小火长时间加热方法的烹制;

(3) 根据烹调要求变换火候的烹制。

(八) 讲究盛器

形状各异的陶器; 精致细巧的瓷器; 金银餐具。



要点提示

1. 中国菜肴风味流派
2. 中国菜肴的特点