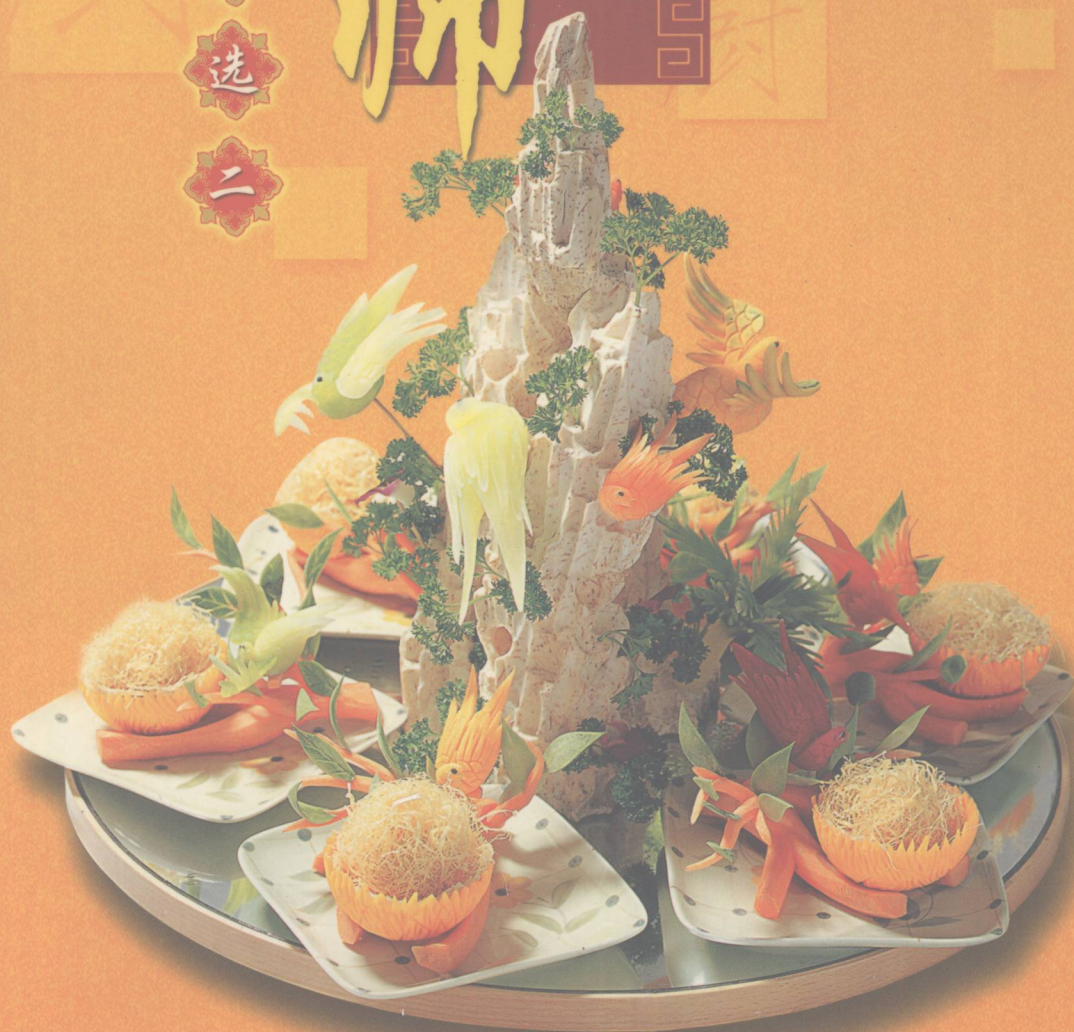


廣東

陆文韶 主编

烹 饪 名 师

菜
式
精
选
二



广东经济出版社

广东烹饪名师菜式精选二

总策划：广东烹饪协会

广州金河广告有限公司

主编：陆文韶

编辑：冯冠忠 朱志勇

江苏工业学院图书馆
藏书章



图书在版编目 (CIP) 数据

广东烹饪名师菜式精选 (二) / 陆文韶主编. — 广州:
广东经济出版社, 2003.7
ISBN 7-80677-466-1

I. 广… II. 陆… III. 菜谱—广东省
IV. TS972.182.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 036891 号

出版发行	广东经济出版社 (广州市环市东路水荫路 11 号 5 楼)
经销	广东新华发行集团
印刷	广东邮电南方彩色印务有限公司 (广州市天河高新技术产业开发区工业园建工路 17 号)
开本	889 毫米 × 1194 毫米 1/16
印张	8
字数	90 000 字
版次	2003 年 7 月第 1 版
印次	2003 年 7 月第 1 次
印数	1~5 000 册
书号	ISBN 7-80677-466-1 / TS · 50
定价	全套 (1—2 册) 96.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

发行部地址: 广州市合群一马路 111 号省图批 107 号

电话: (020) 83780718 83790316 邮政编码: 510100

邮购地址: 广州市东湖西路邮局 29 号信箱 邮政编码: 510100

(广东经世图书发行中心)

本社网址: www.sun-book.com

·版权所有 翻印必究·

序

君子善庖厨

中国餐饮烹饪文化源远流长。古人类自发明钻木取火，由生食转向熟食，才摆脱了“茹毛饮血”的蒙昧；遵从“日出而作，日入而息”的规律，将饮食定为“一日二餐”或“一日三餐”的饮食制度，由此渐而走向饮食文明。“民以食为天”，饮食在我国历来是头等大事，无论封建帝王或当代领袖，无不以民众的丰衣足食为施政前提。“治大国若烹小鲜”，“调和鼎鼎”，表明了治国与烹饪，饮食与兴国的密切联系。

从上古时代传说中追寻，人类始祖中的烹饪大师有：燧人氏钻木取火，火上炙肉；伏羲氏以“牺牲以充庖厨”；神农氏“石上燔谷”；黄帝“蒸谷为饭，烹谷为粥”。圣贤先师们不但教会他的子民渔猎农耕，圈养牲畜，还传授烹调技术。被后人尊为厨神、祖师爷的彭祖、伊尹、易牙，无一不是以“善养性，能调鼎”，“和调五味”，擅长“煎熬燔炙”，他们以满腹烹调学问和治国良方而辅助君主治理国家。然而，在以“君子远庖厨”等封建士大夫思想为主流意识的年代里，许许多多为中华饮食文明作出贡献的“庖厨”们被视为“下九流”、“厨子”，生活在社会最底层，绝大多数人的名字随历史的逝去而湮没，不见经传。

粤菜是岭南文化的重要代表，既受中原文化的熏陶，又受外来文化的滋润，是中华饮食文化园地里的一枝奇葩，得益于历代园丁（厨师）们所倾注的心血，才得以花开灿烂，生意盎然，在国内外享有极高声誉。随着时代的进步，社会的发展，人民生活水平的不断提高，厨师已成为众多青年向往和从事的职业。在党和政府的关怀下，培养和造就了一大批高水平的粤厨精英。自改革开放以来，厨师们的劳动价值进一步得到社会肯定，地位不断提高，日益受到国家和地方政府的重视，各种各样的活动为厨师们提供展现他们精湛厨艺的平台。我们的民族已从世界文化和全球经济一体化的角度和视野重新认识中华饮食文化，评价中国烹饪和中国厨师的价值和地位。

广东烹饪协会作为业界的行业组织，基于此精神，在2002年举行了首次“广东烹饪名师”评审，以表彰取得成就的厨师，提高他们的地位，崇尚敬业爱业之风尚，推动行业技术进步。由中国烹饪大师，广东十大名厨组成的评判专家组对现场技艺表演和作品进行评选，推荐出“十大金奖菜”；评审出150位“广东烹饪名师”；召开大会表彰、颁证、颁奖。“广东烹饪名师”中，既有功勋卓著、德高望重的烹坛元老；又有“初生之犊不怕虎”，才华横溢、犄角渐露的青年新秀；还有“巾帼不让须眉”的女厨师、女能手。而为数众多、年富力强，具有丰富经验、全面知识技能的烹坛少壮派，成为当今广东餐饮行业的中流砥柱。

我们坚信，随着中华饮食文化的发展和粤菜的进一步发扬光大，粤菜厨师们学贯中西、博采众长，施展才华的空间将更为广阔，厨德、厨理、厨艺综合素质将得到全面发展，不断谱写出新的篇章。

百星耀南粤

广东烹饪名

目 录

二 目 录 二

② 赛事介绍

③ 评审标准

④ 光荣榜

⑤ 受勋名师合照留念

⑥ 评委介绍





⑧ 广东烹饪名师与菜品

⑫ 名师录——中国烹饪名师

⑮ 名师录——广东烹饪名师

技艺铸金厨

师表彰大会

主办单位： 广东烹饪协会
承办单位： 广州金河广告有限公司
协办单位： 日本龟甲万公司
 广州市旅游职业高级中学

试读结束，请购买本书在线书店：www.ctbook.com

赛事介绍

在广东省政府大力推动旅游产业的发展战略中，“食在广州、食在广东”的饮食文化发展也是重头戏；为此，广东烹协举办了一系列活动，推动行业发展。评定“广东烹饪名师”是继广东烹协评选“广东十大名厨”活动之后，又一次在餐饮烹饪界掀起具有强烈推动作用的大型活动。

“广东烹饪名师表彰大会”活动于2002年12月16日在广州隆重举行，受到各大媒体的充分关注，争相报道这一盛况。150名“广东烹饪名师”现场献艺，发挥各自本领，整个活动高潮迭起。11名“中国烹饪大师”和“广东十大名厨”组成的专家评委，公平、公正地评选出“广东烹饪名师十大金奖菜式”，并分别颁发奖章、奖牌、证书，以资鼓励，整个活动取得圆满成功。本次活动有幸得到广州金河广告有限公司、广州市旅游职业高级中学的大力支持协作。金河广告公司整体策划、设计、制作，设计意念与国际接轨，奖章、奖牌、证书制作均清晰、准确地反映了此次活动的主题，得到了广东烹饪协会以及全省优秀厨师、各大媒体的关注、肯定和高度评价。

广东烹饪协会将继续为弘扬饮食传统文化而努力，不断加强餐饮文化和烹饪技术交流互动，培养更多优秀烹饪名师，为大力推动经济建设贡献一分力量，为中国烹饪走向世界提供更多更畅顺的桥梁。



评审标准

“广东烹饪名师”是广东烹饪协会为表彰优秀厨师所颁发的光荣称号，其评审标准为：

具有良好的职业道德和敬业乐业精神，精通本菜系、本工种的烹饪技法。操作技艺精湛，实践经验丰富，旁通其他菜系的制作技艺。

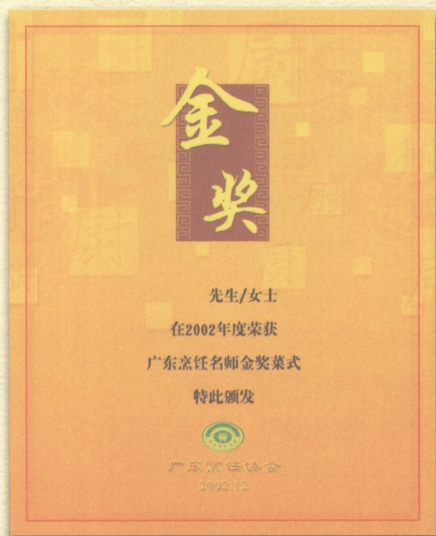
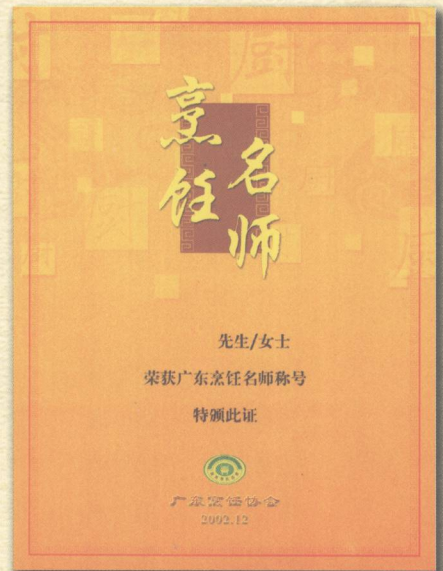
掌握国内外烹饪现状和发展趋势，把握餐饮市场脉搏，积极开拓创新，及时开发适应市场需求产品。

有较丰富的厨房管理和市场营销经验，在生产营销实践中取得最优的社会效应和经济效益。

系统掌握相关的饮食烹饪文化知识和烹饪理论，公开发表有较高水平的论文、著作；有培养青年厨师的能力，取得较好的成绩。

积极参与烹饪的各项技术交流和开发研究活动，对促进本地区饮食烹饪事业的发展起到重要作用。

在本地区乃至广东餐饮烹饪行业中有较高的声誉和威望。



“广东烹饪名师”评审办法和程序

1. 本次评选活动由广东烹饪协会统一领导；根据烹饪名师评选条件及各地烹饪技术人才情况，给各地定额分配候选人人数。
2. 各地烹饪协会（或相当组织机构）应严格依照评审条件和工作程序，做好候选人的申报挑选、材料组织、考核审查、材料整理等工作，按时递交评审材料。
3. 广东烹饪协会建立和组织评审委员会对候选人进行严格评审；通过初审的候选人，定出时间进行技艺表演，进一步进行考察，以确定最后入选表彰名单。
4. 广东烹饪协会召开大会，进行表彰和颁发证书。

光荣榜

广东十大名厨

黄振华 林壤明 徐丽卿 庄伟佳 夏世帮
黄锡炎 黄锐坤 黄燕珊 陈木水 梁民强

广东烹饪名师

何世晃	陈 勋	王 光	曾妙屏	冯 秋	何继文	陈炳基
黄嘉东	刘一松	康大山	王金镜	潘焕文	高英华	何继雄
邹顺如	谢国辉	冯子杰	杨耀文	蔡伯奇	梁国豪	刘家伟
吴智诚	邓杰森	黎永泰	梁灿然	谭炳强	余耀才	郭玉华
康有荣	陈平辉	董 珩	老汉全	蔡洁容	欧阳玉远	梁荣志
吴自贵	梁梓程	蔡 福	陈笑鸿	罗桂文	丘卫国	李国明
黄斯奇	王汉辉	卢锦泉	马荣根	严志成	梁桂荣	吕志荣
林汉华	何 暖	蔡广星	范启林	袁伙有	何建平	杨成荫
叶 露	欧锦和	李少梅	丁 方	陈志江	李文平	杨远雄
高良河	陈志强	招汉灵	曹嗣全	杨毅鸿	莫健勤	冯秉强
李炎棠	陈国强	李锦强	张 勇	谭国辉	龙伟彦	丁明哲
徐连发	黄作常	张文滨	陈建明	蔡志军	谢有田	卢积强
钟伟洪	麦广帆	何灿辉	郑志明	程祖球	叶沛新	钟柏洪
黄少华	郑耀荣	郑开华	高永辉	罗康文	梁国润	陈 实
黄 平	麦世威	彭 昆	梁致华	赵辉棠	梁卓彬	黄德勇
刘家雄	吴秉楼	郭观良	吕世烈	潘实全	杨德礼	肖文清
郭丽文	尤焕荣	钟昭龙	高庭源	蔡三源	郑庆喜	翁鸿辉
王顺雄	苏培明	江炳辉	林坤文	罗福南	欧阳叶伟	冯永波
梁建忠	谭永强	龙仲滔	潘汝南	陈德和	李灿华	岑洪坤
连庚明	何锦标	梁兆荣	莫欣安	陈文生	李志明	何伟光
简 娇	黄炽华	杨水伦	梁 炯	李君雄	李君茂	陈德平
陈钢文	莫代泉	庞文燊				

百星耀南粤 技艺铸金厨

广东烹饪名师表彰大会



百星耀南粤 技艺铸金厨

广东烹饪名师表彰大会



受勋名师合照留念

2002.12

评委介绍



黄振华

广州酒家企业集团 副总经理 烹调高级技师 国家一级评委
世界中国烹饪联合会国际评委 第一批被国内贸易部授予中国
烹饪大师称号 1997年被广东烹饪协会授予广东十大名厨称号

1992年任中国烹饪代表队队长，参加法兰克福第十八届奥林匹克国际烹饪大赛获铜牌；1995年被聘为美国芝加哥世界烹饪传统杯国际大赛评委，系第一个担任国际比赛裁判的中国人。1989年-2000年多次被聘为国家、世界等烹饪比赛评委；撰写出版《黄振华粤菜精选作品集》。



林壤明

广州泮溪酒家 行政总厨 烹调高级技师 国家一级评委
第一批被国内贸易部授予中国烹饪大师称号

现任中国烹饪协会副会长；历年获奖无数，1997年被广东烹饪协会授予“广东十大名厨”称号。



徐丽卿

广州地区烹饪协会顾问 面点高级技师 国家二级评委
世界中烹联国际评委

历年获奖无数；1995年被劳动部等有关部门授予“全国劳动模范”、“全国技术能手”、“广东省十佳技师”称号；1997年广东烹饪协会授予“广东十大名厨”称号；2002年中国商业联合会、中国烹饪协会授予“中国烹饪大师”称号。



陈勛

原广州北园酒家 点心部部长 中国烹饪大师
首批特级点心师

曾任全国人民代表大会代表、广东省人大代表；获中国烹协颁发表彰荣誉证书；广州市糕点评比委员会评委；1995年至今担任广东省劳动厅和广州市劳动局点心考评员；曾在“食经”、“食在广州”等书籍发表文章；在各大媒体报纸发表多篇技术论文和文稿；为饮食界作出巨大贡献。



何世晃

原广州南方大厦酒店南方大酒楼饮食部经理 特级点心师
中国烹饪大师 中国名厨联谊会执委 国家二级评委

1947年进入饮食行业，具有深厚技术功底和丰富实践经验，在各烹饪专业学校授课培训达千人以上；编写著作多部，为烹饪事业作出巨大贡献。



评委介绍

夏世帮

广州宾馆酒店管理中心 经理 面点高级技师 国家二级评委

1988年参加第二届全国烹饪大赛获2金牌、1银牌；1994年在长沙全国厨师联谊节上夺得优胜奖，在历届广州美食节多款点心夺得美食金奖；1997年羊城优秀点心师团体赛策划设计“回归颂”为主题点心宴，夺得冠军，荣获一等奖，同年被广东烹饪协会授予“广东十大名厨”荣誉称号；1997年起担任历届广州美食节评委；2001年被中国烹饪协会授予中国烹饪名师荣誉称号。



黄锡炎

广州酒家企业集团(吉祥)有限公司
厨房部主任 烹调技师

1992年参加德国举行奥林匹克烹饪大赛，荣获团体赛、个人赛铜牌；1997年被广东烹饪协会评为“广东十大名厨”；2001年被中国烹饪协会授予“中国烹饪名师”称号。



黄锐坤

中山市富华酒店 饮食部经理 高级烹调师

1993年参加第三届全国烹饪大赛获金牌，1997年被广东烹饪协会评为广东十大名厨，2001年率领餐厅厨师在首届全国粤菜烹饪大赛中取得“三金一银”成绩，并获得团体金奖；2002年被中国商业联合会、中国烹饪协会授予“中国烹饪名师”称号。



黄燕珊

原广州饮食服务培训中心教师 面点高级技师

1990年卢森堡“世界杯大赛”获得国际金牌；1993年第三届全国烹饪大赛获金牌；1994年世界中国烹饪联合会举办“中国烹炉大观”、“世界烹饪技术交流研讨会”被委任为马来西亚首届厨艺精英大赛评委；1997年被广东烹饪协会授予“广东十大名厨”称号。



庄伟佳

白天鹅宾馆 饮食部行政总厨 烹调高级技师 国家二级评委

1993年参加第三届全国烹饪大赛获团体金牌，1997年被广东烹饪协会授予“广东十大名厨”；2000年成为中国管理科学研究院学术委员、理事；2001年获中国烹饪协会颁发“中国烹饪名师”证书；2002年被聘为《中国饮食文化丛书——当代中国名厨》一书特邀编委。

陈木水

汕头新富华海鲜城 总厨
潮菜专业委员会副理事长 烹调技师

以烹制正宗潮菜而闻名，在潮汕美食节中，连续三届被评为美食之家，制作的菜肴多次被评为全国、省、市行业优秀品种，1997年被广东烹饪协会授予“广东十大名厨”称号，为推动潮菜文化振兴繁荣作出贡献



油泡鲜虾球

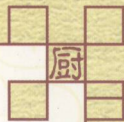
食在广东

制作：李君茂

发扬粤菜精化

挖掘民间风味





李君茂

湛江明珠酒楼集团

副总经理 行政总厨 烹调技师

培训高级厨师达200多人；2001年参加

第一届湛江美食节获评“十大名厨”、

“十大名菜”、“十大名宴”，所在店被

评上“十大名店”，受到市领导接见颁奖。

名厨

李君茂

广东烹饪

【名师简介】

【名称】

油泡鲜虾球

【作者】

李君茂

【原料】

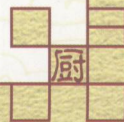
鲜虾 姜 葱

【烹法】

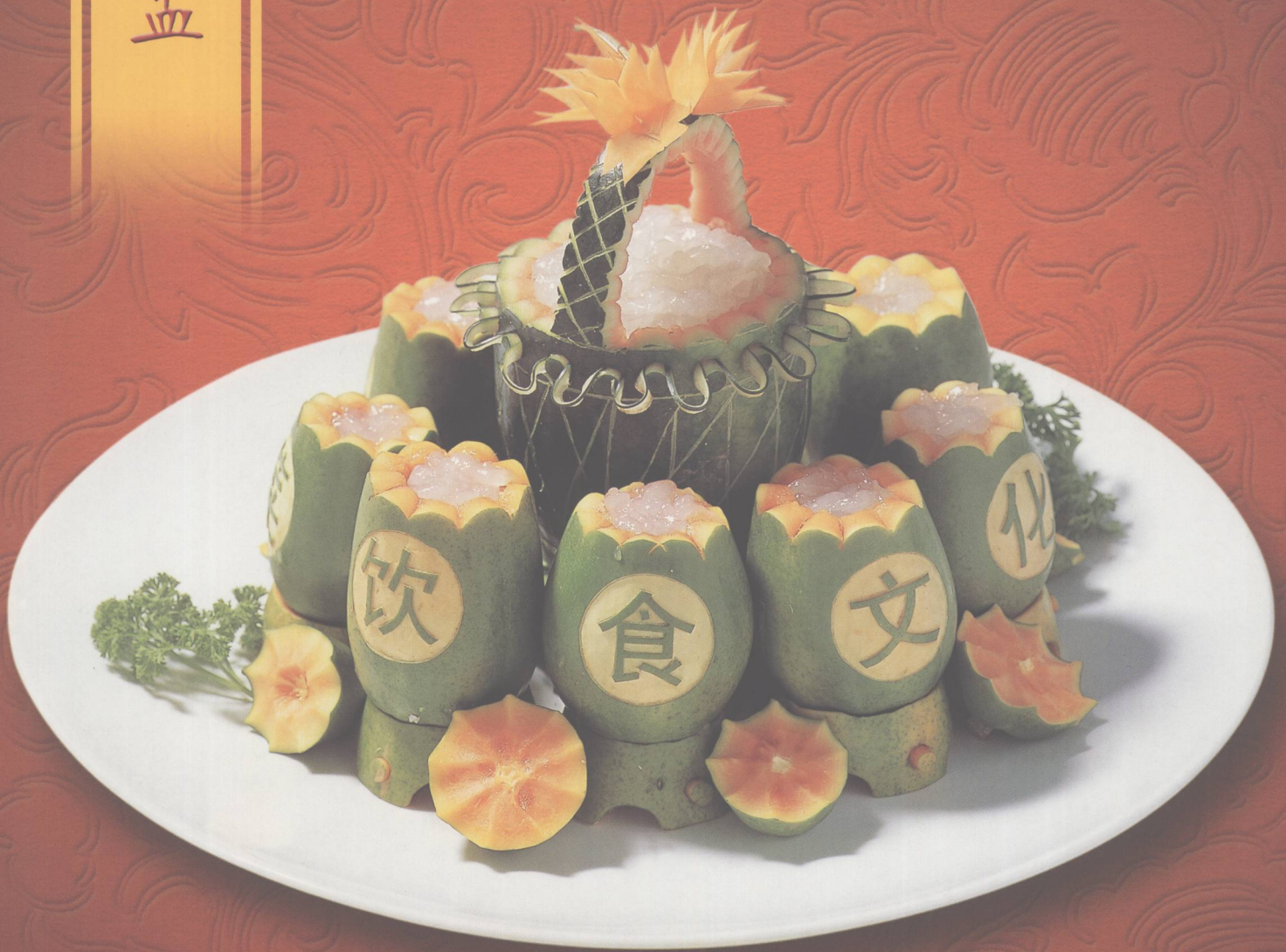
油泡

【特点】

清鲜爽滑



木瓜雪蛤盅





李君雄

湛江环球明珠大酒店

副总经理 行政总厨 烹调技师

培训高级厨师达200多人；2000年参加

粤海美食节获优胜奖；2001年参加第一届湛

江美食节，获评“十大名厨”、“十大名

菜”、“十大名宴”，所在店被评上“十大名

店”，受到市领导接见颁奖。

名厨

李君雄

广东烹饪

【名师简介】

清甜爽滑

【特点】

炖

【烹法】

木瓜 雪蛤

【原料】

李君雄

【作者】

木瓜雪蛤盅

【名称】



乳香水蛇柳





李少梅

广州市旅游职业高级中学

烹饪教师 烹调高级技师

曾负责和参与首届市青工大赛选手训

练，并取得好成绩；担任历届专业技能竞赛、

冷盘项目指导老师，并多次获奖；曾编

写《粤菜烹饪原料加工技术》一书。

名师

李少梅

广东烹饪

【名称】

乳香水蛇柳

【作者】

李少梅

【原料】

南乳 水蛇肉

【烹法】

炸

【特点】

金黄酥嫩 突出乳香