



创新教学书系

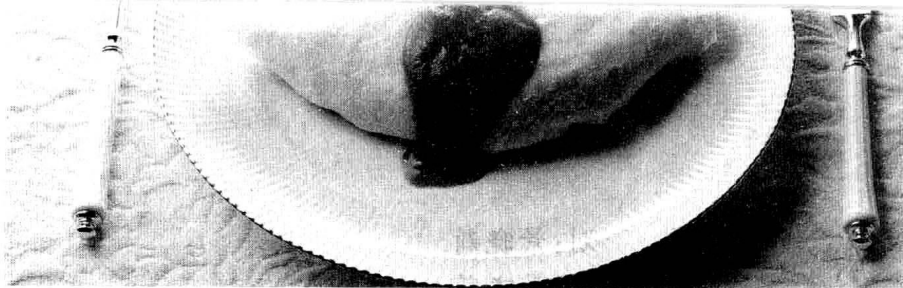
西餐制作 教与学

陈怡君 • 主 编

陈 伟 顾健平 • 副主编



旅游教育出版社



创新教学书系

西餐制作 教与学

陈怡君 • 主 编

陈 伟 顾健平 • 副主编



旅游教育出版社

· 北 京 ·

策 划:景晓莉

责任编辑:景晓莉

图书在版编目(CIP)数据

西餐制作教与学/陈怡君主编. —北京:旅游教育出版社,2008. 11
(创新教学书系)

ISBN 978 - 7 - 5637 - 1686 - 9

I. 西… II. 陈… III. 西餐 - 烹饪 IV. TS972. 118

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 149148 号

创新教学书系

西餐制作教与学

陈怡君 主编

陈 伟 顾健平 副主编

出版单位	旅游教育出版社
地 址	北京市朝阳区定福庄南里 1 号
邮 编	100024
发行电话	(010)65778403 65728372 65767462(传真)
本社网址	www. tepcb. com
E - mail	tepx@ 163. com
印刷单位	河北省三河市灵山红旗印刷厂
装订单位	河北省三河市盛凯文装订厂
经销单位	新华书店
开 本	787 × 960 1/16
印 张	15
字 数	160 千字
版 次	2009 年 1 月第 1 版
印 次	2009 年 1 月第 1 次印刷
印 数	1 - 5000 册
定 价	29.00 元(含光盘)

(图书如有装订差错请与发行部联系)

前 言

2005年,全国职教工作会议后,我国职业教育处在了办学模式与教学模式转型的历史时期,规模迅速扩大、办学质量需要不断提高已成为职业教育教学改革和发展的重要命题。站在新的历史起跑线上,我们开展了《饭店服务与管理、烹饪专业校本课程开发》的研究工作,该项工作被列入广西“十一五”教育科研首批一级课题。在开展课题的过程中,我们开发了烹饪专业的创新教学书系,主要有《热菜制作教与学》《冷菜制作与艺术拼盘教与学》《食品雕刻教与学》《中式面点制作教与学》《西式面点制作教与学》《西餐制作教与学》。

在校本课程的开发中,我们抓住职业教育就是就业教育的特点,强调对专业技能的训练,突出对职业素质的培养,以满足专业岗位对职业能力的需要。为便于教与学,我们还大胆地进行了教材与教参合二为一的尝试,定位在教与学的指导上,意在降低教学成本,更重要的是让学生通过教与学的提示,明了学习的重点、难点,掌握有效的学习方法,从而成为自主学习的主体。

教材以“篇”进行总体划分,每篇中以“模块”形式串联起各知识点,每个模块均设有知识要点、技能训练、拓展空间、温馨提示、友好建议、考核标准六个部分。知识要点部分,主要介绍必备知识和工具准备;技能训练部分,按操作流程进行讲解,分步骤阐述技能操作

的先后顺次、标准及要点;拓展空间部分,为满足学生个性化需求准备了小技能、小窍门、小知识、小故事、小幽默等相关知识和拓展技能,教师和学生可自主掌握;温馨提示部分,是写给学生的学习建议,包括观察的方法、课内外练习的重点、安全与卫生等注意事项,以及为降低学习成本而建议采用的替换原料;友好建议部分,是一个与同行交流的平台,陈述的是教学的重难点、教学的组织、教学的时间安排等。

本书由顾健平同志编写,图片由闭春桂和高毅同志拍摄。

由一线教师编著的教材实用性较强,加之与市场接轨和向行业专家讨教,使本教材具有鲜明的时代特点。本教材既可作为烹饪专业学生的专业教材,也可作为烹饪培训班教材。

本教材需 237 课时(含拓展空间部分灵活把握的 19 课时),供 2 年使用,教材使用者可根据需要和地方特色增减课时。

教材的编写是一个不断完善的过程,恭请各位专家对本教材批评指正。

作 者

目 录

认识西餐厨房常用设备与工具	1
一、常用设备	2
二、常用工具	16
第一篇 练习制作基础沙拉汁	29
模块1 马乃司少司	30
第二篇 练习制作沙拉	35
模块2 吞拿鱼沙拉	36
模块3 恺撒沙拉	39
模块4 意大利海鲜沙拉	43
模块5 夏威夷鸡沙拉	46
模块6 肠仔芝士沙拉	49
模块7 炸鸡柳沙拉	52
第三篇 练习制作清汤	55
模块8 牛肉清汤配雪利酒	56
第四篇 练习制作蔬菜汤	61
模块9 意大利菜汤	62
模块10 茄汁蔬菜牛尾汤	65
第五篇 练习制作奶油汤	69
模块11 蘑菇奶油汤	70

第六篇 练习制作蓉汤	73
模块 12 栗子蓉汤	74
模块 13 美国椰菜花忌廉汤	78
第七篇 练习制作鱼虾汤	81
模块 14 巴固拉臣鱼汤	82
第八篇 练习制作基础少司及其衍生汁	85
模块 15 布朗汁	86
模块 16 白色基础少司	90
模块 17 荷兰汁	94
模块 18 番茄汁	97
模块 19 咖喱汁	100
第九篇 练习制作热菜	105
模块 20 红酒烩鸡	106
模块 21 红酒烩牛舌	109
模块 22 橙汁鸭脯	112
模块 23 匈牙利式烩牛肉	115
模块 24 红酒焖牛肉	118
模块 25 诺曼底式焗猪排	122
模块 26 贝壳焗鲜虾	125
模块 27 烤鸡	128
模块 28 伦敦腰窝牛排	131
模块 29 扒烟肉卷猪柳(英、美)	135
模块 30 俄罗斯炒牛肉(英、美)	138
模块 31 扒黑椒牛排(法)	141
模块 32 扒蒜蓉西冷牛排(美)	144
模块 33 扒牛柳心配卑亚妮汁(法)	148

模块 34	炸吉列猪排(美)	152
模块 35	米兰式吉列羊	155
模块 36	罗马式炸小肉饼(意)	158
第十篇	练习制作布丁类食品	163
模块 37	英式布丁	164
模块 38	蒸蓝莓布丁	167
第十一篇	练习制作慕斯	171
模块 39	巧克力慕斯	172
模块 40	香蕉慕斯	175
第十二篇	练习制作冻子类食品	179
模块 41	香橙扒菲	180
第十三篇	练习制作意大利面食	183
模块 42	焗意大利青面	184
模块 43	意大利肉酱面	187
模块 44	茄汁通心粉	190
模块 45	海鲜比萨饼	193
第十四篇	练习制作快餐	197
模块 46	总汇三明治	198
模块 47	香辣鸡汉堡	201
第十五篇	练习制作早餐	205
模块 48	单面煎蛋	206
模块 49	蘑菇蛋卷	209
模块 50	炒糊蛋	212
模块 51	煮鸡蛋	215

模块 52	薄烤饼	218
模块 53	华夫饼	222
模块 54	麦片粥	225
模块 55	煎面包	228

认识西餐厨房常用设备与工具

在现代化的西餐厨房中,设备的自动化程度和专业化程度越来越高。在了解设备基本工作原理后,在掌握其操作方法,判断并解决常见故障的同时用好设备,能为加工者节省大量的时间和精力。在使用时,应严格执行操作规范,注意个人人身安全,节约能源,定期做好设备的保养和维护,使其发挥最大的效能。

一、常用设备

(一) 灶

1. 火灶

火灶分为电灶和煤气灶(图1)两种,是西餐成熟设备。煤气灶的优点是加热速度最快,用后容易关火;缺点是每个燃烧口一次只能使用一只锅,烹调量有限。



图1 四头煤气灶

2. 平顶灶(图2)

平顶灶,是西餐成熟设备,其燃烧口处用钢板覆盖,可同时使用多只锅,烹调量大且可支撑重物。

注意事项:

(1) 打开煤气开关前,应确保点火器已点燃。如果未点着火,应关掉煤气,并保持通风一段时间,再次点燃。

(2) 调节好火力, 保证最大火力时火苗为蓝色焰身、白色焰尖。

(3) 未烹调食物时, 平顶灶不能处于高温状态, 否则会损坏平顶。



图2 平顶灶

(二) 烤 箱

烤箱, 又叫烤炉, 是制作西餐的关键设备之一, 为食品成熟工具。烤炉的式样很多, 没有统一的规格。

1. 普通型烤箱(图3)

普通型烤箱主要通过发热管产生热量, 在封闭式的空间内烹调食物, 每层的温度都可以单独调节。

注意事项:

以下注意事项适用于其他种类的烤箱。

(1) 使用前, 要充分预热烤箱, 但不要超时以节约能源。

(2) 避免能量损失, 不要中途停炉, 不使用烤炉时不要打开

烤箱。

(3)注意烤炉各层间和食物间要留有空隙,以利于热量流通循环。



图3 远红外线烘烤炉

2. 对流式烤箱(图4)

对流式烤箱内装有风扇以利于烤箱内的空气对流和热量传递。该类烤箱的加热速度快,各层间的空隙可更小些,因此更节省空间和能量。

注意事项:

(1)由于对流式烤箱加热速度快,烤制食品的收缩性比普通型烤箱大,因此,合理控制烹调时间是使用该类烤箱的关键。若超时,食物很可能干硬。

(2)对流式烤箱在运行时,不要将鼓风机关掉,否则会烧坏电机。

(3)对流式烤箱的强热量会使一些松软的食品变形,如蛋糕可能会出褶。

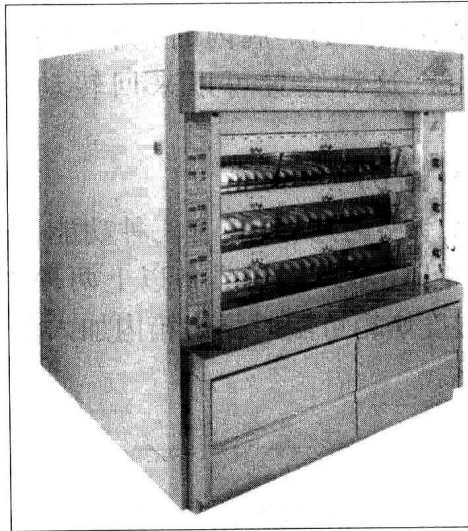


图4 对流式烤箱

3. 旋转式烤箱(图5)

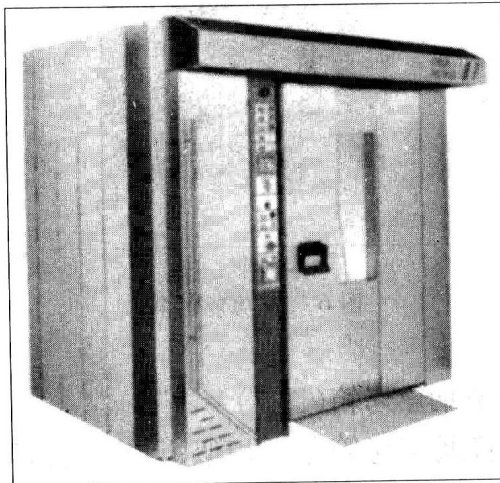


图5 旋转式烤箱

这种大型厨具也称作卷式烤箱,主要用于烤制面包等需要大量制作的食物。它是在大大的炉膛内的一个转轮型的装置上摆放有多层的架子或烤盘,这种装置可以来回转动,避免了炉内热量不均。

4. 多功能烤箱(图6)

这是一种比较新型的烤箱,具有三种功能,它可以当做对流式烤箱,可以当做蒸柜,还可以同时具备以上两种烤箱的功能而成为高湿度烤箱。高湿度烤箱可随时往烤箱内加入湿气,以减少被烘制的食品收缩和干化。

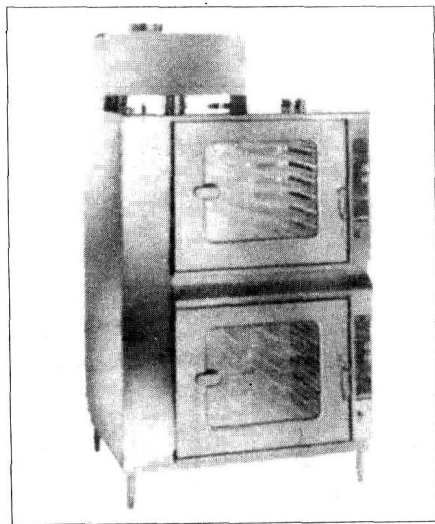


图6 多功能烤箱

5. 烧烤烤箱或烟熏烤箱(图7)

烧烤烤箱与普通型烤箱非常相似,只有一点不同之处是:烧烤烤箱会产生烟,围绕在食物周围,增添食物的味道。这种烤箱与一般加热器的工作原理一样简单,都是使热量达到一定的高度,既可使木炭产生烟,又不使木柴燃烧起来而产生火焰。

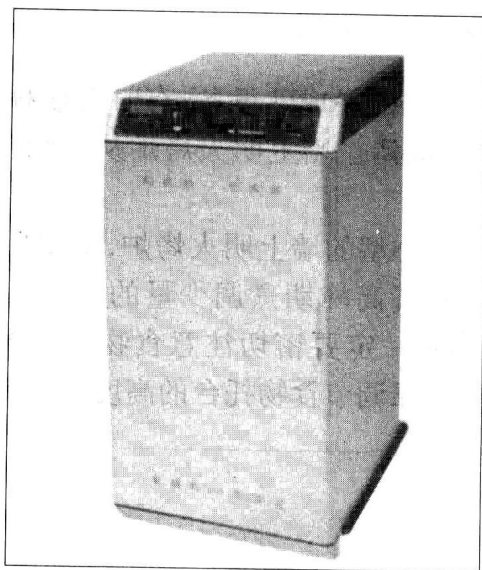


图7 烟熏烤箱

(三) 微波炉(图8)

微波炉,是西餐成熟设备。这种炉具中装有特制的电子管,能产生微波辐射,使食物内部产生热量,达到让食物成熟的目的。

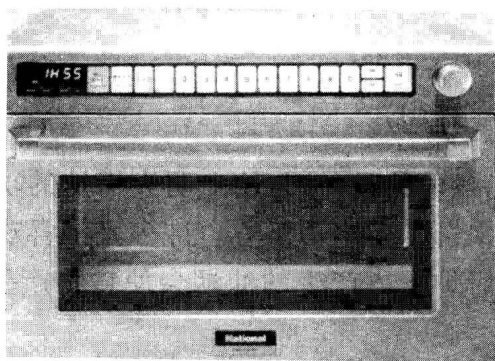


图8 微波炉

(四) 墙上明火烤炉(图9)

墙上明火烤炉,是西餐成熟设备,有时也被称作上火烤炉或炙烧炉,以免与架烤炉混淆。墙上明火烤炉从食物上方产生热量,食物放在热源的下方。

撒拉曼达是一种小型的墙上明火烤炉,主要用来给食物的表层上光上色。也可在就餐高峰期烹调少量的食品。撒拉曼达通常放在灶的上方。加热时一定要密切注意食物的状况,以防食物被烧焦。加热温度主要是靠调节食物托台的高度来控制的。

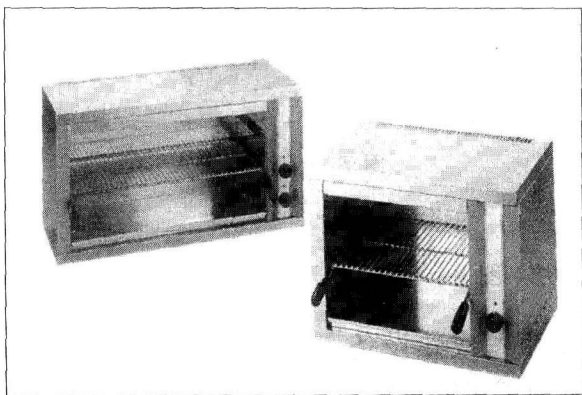


图9 墙上明火烤炉

(五) 架烤炉(图10)

架烤炉,为西餐成熟设备,与墙上明火烤炉的功能相似,只是架烤炉的热源一般来自于架烤炉下方。许多人都喜欢烤制的食物,因为动物脂肪在架烤炉上方产生的油烟会使食物产生一股“焦炭”的芳香味道。

架烤炉有许多不同的类型,主要按其使用燃料不同而分为电架烤炉、煤气架烤炉和木炭架烤炉。