

大厨必备宝典

黄明超◎主编



120种食材的完全剖析



70种原料处理的私家解密



20多种烹饪技法的要点详解



80种味汁的调配秘方



50多道名菜的私房秘笈



中国纺织出版社

DACHU BIBEI BAODIAN

ISBN 978-7-5064-5567-1




9 787506 455671 >

定价：25.00元

大厨必备宝典

黄明超 主编

编委会 || 卢连胜 王锐旋 陈 莼 简满钰
|| 周丽珍 戴冬霞 林丽贞

 中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

大厨必备宝典/黄明超主编. —北京:中国纺织出版社,2009.5

ISBN 978 - 7 - 5064 - 5567 - 1

I. 大… II. 黄… III. ①烹饪 - 基本知识 ②食谱

IV. TS972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 034013 号

策划编辑:范琳娜 责任编辑:陈芳

责任监印:刘强 封面设计:北京水长流文化发展有限公司

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京云浩印刷有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2009年5月第1版第1次印刷

开本:880×1230 1/40 印张:10

字数:210千字 定价:25.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前 言

《大厨必备宝典》是大厨和烹调爱好者随身的锦囊。它从食材辨认、初步加工、味型调配、烹调技巧、名菜学习等多方面给您带来方便,使您的烹调得心应手。

它适合生产第一线的大厨师,也适合喜欢下厨的朋友。

与时下的烹调书不同的是,《大厨必备宝典》不仅有工艺技术,还有经营策略,从而帮助大厨们解决宴会主理、新店开张过程中的种种难题。

本书有笔者的经验和研究心得,还有不少是从众多成功大厨的口袋笔记本上摘来的,有很强的实用性。

本书在编写过程中,得到了多位专业人士的帮助,感谢以下几位人士为本书的资料整理工作付出的心血。第一章——陈莼、王锐旋、周丽贞;第二章——周丽贞;第三章——简满钰;第四章——王锐旋;第五章——简满钰、卢连胜;第六章——陈莼、卢连胜;第七章——戴冬霞、林丽贞;第八章——戴冬霞、林丽贞。

编者

2009年1月

目 录

第一章 原料的认识与鉴别

第一节 陆生性动物原料	1
一、畜类原料	1
(一)火腿	1
(二)神户牛肉	2
(三)杜泊羊	3
二、禽类原料	3
(一)鹌鹑	3
(二)鹅肝	3
(三)雉	4
(四)飞龙	4
(五)鹧鸪	5
三、野生类原料	5
(一)犴鼻	5
(二)鹿	6
(三)牛蛙	6
第二节 水产原料	7
一、海洋鱼类	7
(一)鲟鱼	8
(二)鲑鱼	10
(三)石斑	10
(四)青衣	10

(五) 真鲷	11
(六) 鲈鱼	11
(七) 河鲀	12
(八) 海水鱼的选择	13
二、淡水鱼类	17
(一) 鲑鱼	17
(二) 金枪鱼	17
(三) 秋刀鱼	18
(四) 九肚鱼	18
(五) 鲛鳕鱼	18
(六) 淡水鱼的选择	19
三、虾类	20
(一) 美国冷水虾	21
(二) 龙虾	21
(三) 美国龙虾	22
(四) 虾米	22
四、蟹类	23
(一) 河蟹	23
(二) 海蟹	25
(三) 人造蟹肉	26
(四) 如何挑选螃蟹	26
五、软体动物类	28
(一) 鲍鱼	28
(二) 象拔蚌	29
(三) 文蛤	29
(四) 牡蛎	30
(五) 带子和人造带子	30

(六) 蚬	31
(七) 蝶螺	32
(八) 蚶肉	32
六、野生类原料	33
(一) 甲鱼	33
(二) 海胆	33
第三节 植物性原料	34
一、蔬果类原料	34
(一) 雅枝竹	34
(二) 西兰苔	35
(三) 佛手瓜	35
(四) 白芦笋	36
(五) 食用大黄	36
(六) 根芹	36
(七) 球茎茴香	36
(八) 西葫芦	37
(九) 香蕉西葫芦	38
(十) 金蜡烛西葫芦	38
(十一) 泰国小青茄	38
(十二) 红花菜豆	38
(十三) 鼠尾草	38
(十四) 香蜂花	39
二、野生菌类	39
(一) 松露	39
(二) 松茸蘑	40
(三) 榆耳	41
(四) 白粘蜜环菌	41

(五) 白灵菇	42
(六) 红香菌	42
(七) 鸡油菌	42
(八) 蜜环菌	43
(九) 元蘑	43
(十) 红蘑	44
(十一) 羊肚菌	45
(十二) 金耳	45
(十三) 玉米黑粉菌	45
(十四) 真姬菇	46
(十五) 灰树花	47
(十六) 黑木耳	48
(十七) 白黄侧耳	49
(十八) 深凹杯伞	49
(十九) 紫褐羊肚菌	50
(二十) 黑马鞍菌	50
(二十一) 皱柄白马鞍菌	51
(二十二) 大白口蘑	51
(二十三) 泡质盘菌	51
(二十四) 蒙古口蘑	52
(二十五) 黄白蚁伞	53
(二十六) 黄绿蜜环菌	53
(二十七) 褐窝褶伞	53
(二十八) 暗褐窝褶伞	54
(二十九) 香杏丽菇	54
(三十) 硬柄小皮伞	55
(三十一) 粉紫香菇	55

(三十二)紫丁香蘑	56
(三十三)金针菇	56
(三十四)粉褶侧耳	57
(三十五)裂皮白环蘑	57
(三十六)双孢蘑菇	58
(三十七)蘑菇	59
(三十八)雀斑蘑菇	59
(三十九)麻脸蘑菇	60
(四十)草菇	60
(四十一)血红铆钉菇	61
(四十二)松乳菇	61
(四十三)黄斑红菇	62
(四十四)榆黄蘑	63
三、野生植物类	63
(一)薇菜	63
(二)蕨菜	63
(三)黄瓜香	64
(四)刺嫩芽	64
(五)魔芋	65
(六)鱼腥草	65
(七)仙人掌	66
(八)芦荟	66
(九)四棱豆	67
(十)香椿	68
四、水果类原料	68
(一)莲雾	68
(二)凤梨释迦	69

五、干货原料	69
(一)冬虫夏草	69
(二)鲍鱼	73
(三)燕窝	77
(四)海参	82
(五)鱼肚	85
(六)鱼翅	87
(七)哈什蟆油	90
(八)紫菜	90
(九)海带	91
(十)裙带菜	91

第二章 原料的初步加工

第一节 禽畜原料的初步加工	93
一、禽类的一般宰杀方法	93
二、猪牛羊内脏的加工	94
(一)猪肚	94
(二)猪舌、牛舌、羊舌	95
(三)猪肠	95
(四)猪肺、牛肺	95
(五)猪脑	95
(六)牛百叶、牛草肚	95
(七)粉肠、猪脾、猪心、猪腰	95
三、其他畜类的宰杀	95
第二节 水产品的初步加工	96
一、鱼类的加工	96
(一)生鱼	96

(二) 鲟龙鱼	97
(三) 山斑鱼、乌鱼、笋壳鱼	97
(四) 鳊鱼、鲈鱼、东星斑、鱧鱼	97
(五) 鲮鱼	98
(六) 条鳉	98
(七) 鲇鱼、鮎鱼	98
(八) 胡子鲇	99
(九) 鲤鱼	99
(十) 大眼鸡、剥皮牛	99
(十一) 白鳢	99
(十二) 黄鳢	99
(十三) 鲩鱼	99
二、虾蟹的初步加工	100
(一) 龙虾	100
(二) 虾	100
(三) 蟹	100
三、软体动物的初步加工	101
(一) 鲜鲍鱼	101
(二) 响螺	101
(三) 田螺、石螺等螺蛳类	101
(四) 圆贝	101
(五) 带子	101
(六) 鲜蚝	102
(七) 青口、文蛤、蛭子、蛭子王	102
(八) 鲜鱿鱼、鲜墨鱼、鲜柔鱼	102
(九) 鲜章鱼	102
(十) 象拔蚌	102

四、其他水产品的初步加工	102
(一) 甲鱼、山瑞	102
(二) 田鸡	103
第三节 干货的涨发加工	103
一、植物干货的涨发	103
(一) 冬菇	103
(二) 蘑菇	104
(三) 陈草菇	104
(四) 雪耳	104
(五) 桂花耳	104
(六) 黄耳	104
(七) 榆耳	104
(八) 木耳、石耳、云耳	104
(九) 竹荪	104
(十) 玉兰片	105
(十一) 黄花菜	105
(十二) 菜干	105
(十三) 剑花	105
(十四) 笋干	105
(十五) 百合	105
(十六) 茨实、薏米	105
(十七) 仙翁米	105
(十八) 栗子干	106
(十九) 干白莲子	106
(二十) 核桃仁	106
二、动物干货的涨发	106
(一) 燕盏	106

(二) 鲍鱼	106
(三) 海参	107
(四) 鱼翅	108
(五) 鱼肚	110
(六) 花胶	112
(七) 广肚	112
(八) 蹄筋	112
(九) 鱿鱼	113
(十) 墨鱼	113
(十一) 章鱼	113
(十二) 蚝豉	113
(十三) 珧柱	114
(十四) 安虾	114
(十五) 鱼唇	114
(十六) 鱼皮	114
(十七) 黄鱼头	114
(十八) 蛤士蟆油	114
(十九) 鳖裙	114

第三章 原料的保存

第一节 水产品的保存	115
一、鱼类的保存	115
二、其他水产品的保存	116
第二节 肉料的保存	117
第三节 干品的保存	118

第四章 预制与调味

第一节 腌制方法	121
一、腌虾仁	121

二、腌牛肉	122
三、腌猪扒	122
四、腌爽肚	122
五、蒜香骨	123
六、京都骨	123
七、象拔蚌片	124
八、腌蛇皮	124
九、水律片	124
十、生炸鸡	125
十一、炸蛇碌	125
十二、焗骨	125
十三、猪粉肠	125
十四、东江盐焗鸡	126
十五、叉烧	126
十六、烧排骨	126
十七、牛柳	127
十八、带子	127
第二节 馅料的制作	127
一、虾胶	127
二、鱼青	128
三、鱼腐	130
四、鱼胶	131
五、墨鱼胶	132
六、猪肉胶(肉丸)	133
七、蟹百花馅	134
八、牛肉馅(牛肉丸)	134
九、荔蓉馅	135

十、山药馅	136
十一、莲蓉馅	137
十二、八宝(全鸭)馅	138
十三、冬瓜盅馅	138
十四、东江春卷馅	139
十五、果肉馅	139
十六、海鲜卷馅	140
第三节 调味.....	141
一、调味原料	141
(一)山奈	141
(二)白芷	141
(三)肉豆蔻	142
(四)肉豆蔻衣	142
(五)小豆蔻	143
(六)白豆蔻	143
(七)陈皮	144
(八)草果	144
(九)荜拨	144
(十)甘草	145
(十一)姜黄	145
(十二)丁香	146
(十三)八角	146
(十四)紫苏	147
(十五)砂仁	147
(十六)杏仁	148
(十七)小茴香	148
(十八)百里香	149

(十九)肉桂	149
(二十)桂皮	150
(二十一)香叶	150
(二十二)辣根	151
(二十三)香茅	151
(二十四)香蓼草	152
(二十五)高良姜	152
(二十六)大蒜	152
(二十七)大葱	153
(二十八)小葱	153
(二十九)洋葱	153
(三十)干葱	153
(三十一)姜	153
(三十二)薤	154
(三十三)胡椒	154
(三十四)辣椒	154
(三十五)二荆条	155
(三十六)咖喱	155
(三十七)芥末粉	157
(三十八)五香粉	157
(三十九)香子兰	157
(四十)迷迭香	158
(四十一)九层塔	158
二、汁类	159
(一)咸鲜类	159
(二)芳香类	168
(三)辛辣类	173