

实用

上海科学技术出版社
陈金凤撰写并操作
上海电视二台社教部编



刀工和配菜



一册在手 刀下生花

实用刀工和配菜

○ 上海电视二台社教部编

○ 陈金凤撰写并操作

上海科学技术出版社

实用刀工和配菜

上海电视二台社教部编 陈金凤撰写并操作

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号)

新华书店上海发行所经销 常熟市印刷二厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 7.25 插页 2 字数 153,000

1992 年 10 月第 1 版 2002 年 1 月第 16 次印刷

印数:189 001 - 196 000

ISBN 7 - 5323 - 2875 - 9/TS·250

定价:7.40 元

本书如有缺页、错装和损坏等严重质量问题,
请向承印厂联系调换



▲ 三色桂鱼

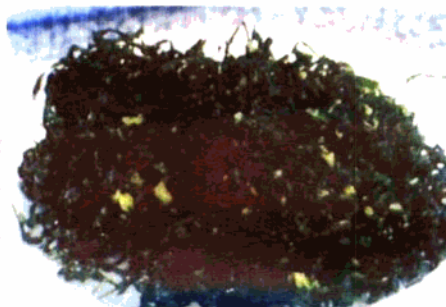


▲ 串炸里脊



▲ 如意虾卷

▶ 碧绿菜松



► 锅贴鱼



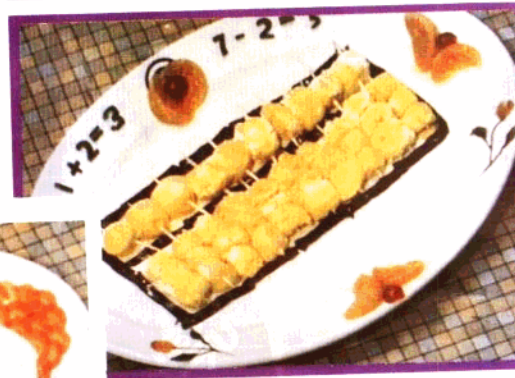
▲ 荷花双菇

► 柴把火腿



► 算珠鲜贝

▼ 串烤鸡球

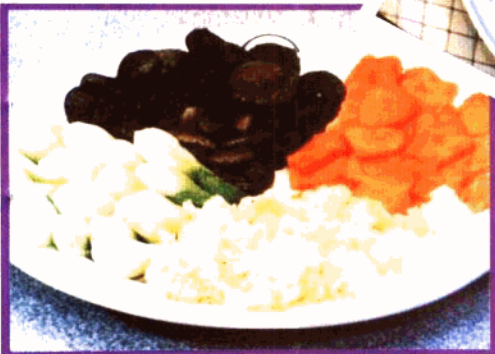


黄焖鸡块



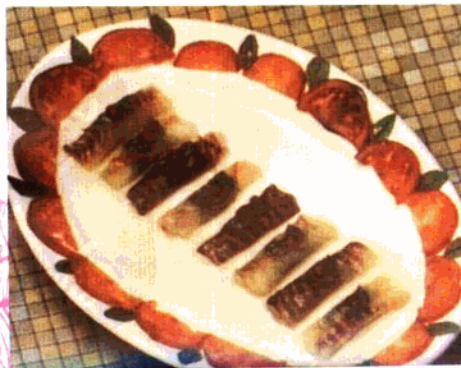
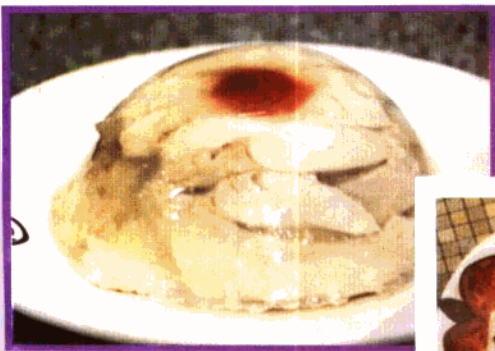
▲ 色蛋卷

◀ 四色蔬菜



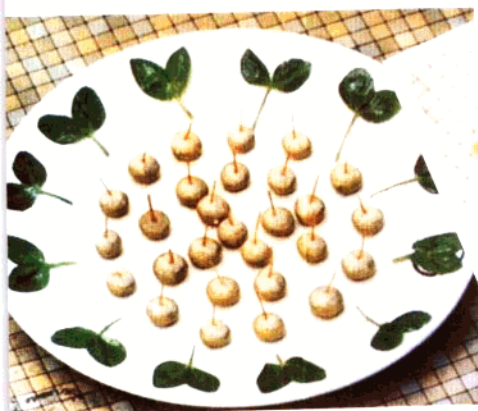
◀ 冻鸡

▼ 枕包鱼



► 贯耳里脊塔

▼ 豉汁毛蟹



蒜茸河鳗

▲ 伞形鲜菇

► 生仁鸭腿



目 录

一、刀工概述.....	1
1. 刀工的含义和作用	1
2. 配菜的含义和作用	3
3. 刀工、配菜与烹调的关系	6
二、常用副食品原料的初步加工.....	9
1. 蔬菜类原料的初步加工	11
(1) 青菜的一般加工.....	14
(2) 菜梗、菜叶的加工.....	14
(3) 菜包的加工.....	15
(4) 菜心的加工.....	16
(5) 薹菜的加工.....	16
(6) 芹菜的加工.....	17
(7) 莴笋的加工.....	17
(8) 荸荠的加工.....	17
(9) 藕的加工.....	18
(10) 慈姑的加工.....	18
(11) 笋类的加工.....	18
(12) 茭白的加工.....	18

(13)芋艿的加工·····19	(17)丝瓜的加工·····20
(14)大蒜头的加工·····19	(18)韭菜花的加工·····21
(15)洋葱的加工·····20	(19)金针菇的加工·····21
(16)山药的加工·····20	(20)鲜蘑菇的加工·····21

2. 水产类原料的加工 ·····21

(1)黄鱼的加工·····23	(16)对虾的一般加工·····34
(2)青鱼的加工·····24	(17)对虾的出肉加工·····34
(3)鲳鱼的加工·····25	(18)海虾、河虾 的一般加工·····34
(4)鲥鱼的加工·····25	(19)海虾、河虾 的出肉加工·····35
(5)带鱼的加工·····25	(20)蟹的一般加工·····35
(6)河鳗的活杀加工·····26	(21)蟹的出肉加工·····37
(7)海鳗的一般加工·····26	(22)牡蛎、蛤蜊、蛏子的一 般加工和出肉加工·····38
(8)鳗鲡的制作·····27	(23)宁蚶的加工·····38
(9)比目鱼的加工·····29	(24)河蚌的出肉加工·····39
(10)墨鱼的加工·····29	(25)海螺、田螺的一般加 工和出肉加工·····39
(11)鳊背的加工·····30	
(12)鳊段的加工·····30	
(13)鳊筒的加工·····30	
(14)鳊丝的加工·····31	
(15)甲鱼的加工·····32	

3. 家禽类原料的初步加工 ·····40

(1)活鸡的宰杀褪毛·····41	(5)鸡、鸭肝的加工·····46
(2)活鸭的宰杀褪毛·····43	(6)鸡、鸭肠的加工·····47
(3)光鸡、光鸭的加工·····44	(7)鸡、鸭血的加工·····47
(4)鸡、鸭肫的加工·····46	(8)鸡油的加工·····47

(9) 鸽子的宰杀和加工·····48	(10) 鹌鹑的宰杀和加工·····49
---------------------	----------------------

4. 家畜类原料的初步加工 ·····51

(1) 猪肉的洗涤·····51	(10) 猪肝的洗涤·····54
(2) 牛肉的洗涤·····52	(11) 猪肺的洗涤·····55
(3) 猪肠的洗涤·····52	(12) 猪腰的加工·····55
(4) 猪肚的洗涤·····52	(13) 猪油的加工·····55
(5) 牛肚的洗涤·····53	(14) 猪皮冻的制作·····56
(6) 猪尾的洗涤·····53	(15) 猪肉皮的干制·····56
(7) 猪舌的洗涤·····53	(16) 火腿的洗涤加工·····57
(8) 猪脑的洗涤·····54	(17) 咸肉的腌制·····57
(9) 猪爪的洗涤·····54	(18) 酱肉的制作·····57

5. 干货原料的胀发加工 ·····58

(1) 干货原料的胀发方法·····60

① 水发·····60	③ 盐发·····62	⑤ 火发·····64
② 油发·····62	④ 碱发·····63	

(2) 干货原料胀发实例·····64

① 香菇的胀发·····64	⑥ 虫草的胀发·····66	⑫ 肉皮的胀发·····68
② 银耳、黑木耳的 胀发·····65	⑦ 干贝的胀发·····66	⑬ 蹄筋的胀发·····69
③ 金针菜的胀发·····65	⑧ 淡菜的胀发·····66	⑭ 海参的胀发·····69
④ 海蜇皮的胀发·····65	⑨ 琼脂的胀发·····66	⑮ 鱿鱼的胀发·····71
⑤ 发菜的胀发·····66	⑩ 海带的胀发·····67	
	⑪ 笋干的胀发·····67	

6. 原料的分档取料及整料出骨 ·····72

(1) 青鱼、草鱼的分档取料·····74	(3) 整鱼出骨·····78
(2) 鸡的分档取料·····75	(4) 鸡、鸭的整料出骨··79

三、刀工的应用·····82

1. 常用的刀法·····82

(1) 直切·····83	(12) 平刀批·····89
(2) 推切·····83	(13) 推刀批·····90
(3) 拉切·····84	(14) 拉刀批·····90
(4) 锯切·····85	(15) 抖刀批·····91
(5) 压切·····85	(16) 滚料批·····91
(6) 摇切·····85	(17) 正刀批·····92
(7) 拍刀切·····86	(18) 反刀批·····93
(8) 滚料切·····86	(19) 直刀剖·····94
(9) 直刀劈·····87	(20) 推刀剖·····95
(10) 跟刀劈·····88	(21) 拉刀剖·····96
(11) 排斩·····88	

2. 副食品原料的性能与刀法的应用·····96

(1) 脆性原料·····96	(5) 软性原料·····97
(2) 嫩性原料·····97	(6) 带骨、带壳原料·····97
(3) 韧性原料·····97	(7) 松散性原料·····97
(4) 硬性原料·····97	

3. 原料基本形态的成形方法与规格·····98

(1) 块·····98	(3) 条与丝·····100
(2) 段·····99	(4) 片·····103

(5) 丁·····	109	(7) 末·····	110
(6) 粒·····	110	(8) 茸和泥·····	110

4. 花式形态的成形方法·····111

(1) 麦穗形·····	111	(11) 松鼠形·····	117
(2) 荔枝形·····	112	(12) 牡丹形·····	119
(3) 菊花形·····	113	(13) 人字形·····	120
(4) 核桃形·····	113	(14) 多正十字形·····	120
(5) 蓑衣形·····	114	(15) 斜双十字形·····	120
(6) 鱼鳃形·····	114	(16) 多斜十字形·····	120
(7) 球形·····	115	(17) 柳叶形·····	121
(8) 卷筒形·····	116	(18) 波浪形·····	122
(9) 兰花形·····	116	(19) 夹片形·····	122
(10) 滚筒形·····	116	(20) 花枝形(蝴蝶片)···	124

5. 常用副食品原料的成形形态与用途·····124

(1) 黄鱼·····	124	(12) 鸡、鸭血·····	129
(2) 青鱼·····	125	(13) 鹌鹑·····	129
(3) 鲳鱼·····	125	(14) 猪肉、牛肉、羊肉···	129
(4) 河鳗、海鳗·····	125	(15) 猪肚·····	130
(5) 墨鱼·····	126	(16) 猪腰·····	130
(6) 鱿鱼·····	126	(17) 火腿·····	131
(7) 黄鳝·····	126	(18) 香菇·····	131
(8) 对虾·····	127	(19) 海参·····	132
(9) 光鸡·····	127	(20) 蹄筋·····	132
(10) 鸡、鸭肫·····	128	(21) 肉皮·····	132
(11) 鸡、鸭肝·····	128	(22) 面包·····	132

(23)豆腐干·····	133	(32)芋艿·····	136
(24)豆腐·····	133	(33)茭白·····	137
(25)水面筋·····	134	(34)土豆·····	137
(26)烤麸·····	134	(35)黄瓜·····	138
(27)丝瓜·····	134	(36)茄子·····	138
(28)青菜·····	135	(37)胡萝卜、白萝卜··	138
(29)芹菜·····	135	(38)葱·····	139
(30)竹笋、冬笋、毛笋··	135	(39)姜·····	140
(31)藕·····	136	(40)大蒜头·····	140

四、配菜的要领和实例·····141

1. 配菜的基本要求·····	141
2. 菜肴原料的搭配原则·····	143
3. 一般菜肴的配制方法和实例·····	148

(1)单一料的配制实例·····149

①辣白菜·····	149	⑬脆炸鱼条·····	154	⑳冰糖甲鱼·····	160
②醋熘白菜·····	150	⑭松鼠黄鱼·····	155	㉑爆田螺片·····	161
③奶油凤尾·····	150	⑮糖醋黄鱼·····	157	㉒炒菊红·····	161
④糖藕·····	150	⑯菊花青鱼·····	157	㉓葱汁鹌鹑·····	162
⑤油焖笋·····	150	⑰茄汁鱼片·····	157	㉔清炖乳鸽·····	162
⑥葱油芋艿·····	151	⑱面拖鱼·····	159	㉕椒盐排条·····	162
⑦拔丝山药·····	151	⑲火爆鱿鱼卷·····	159	㉖金钱牛排·····	162
⑧炸菜松·····	151	㉚红油墨鱼片·····	159	㉗鱼香猪肝·····	163
⑨清蒸河鳢·····	152	㉛生爆鳝背·····	159	㉘火爆腰花·····	163
⑩豉汁毛蟹·····	153	㉜红烧鳝筒·····	160	㉙麻酱鸡片·····	163
⑪葱姜海蟹·····	154	㉝生焖虾段·····	160	㉚糟猪肚·····	163
⑫盐水肫·····	154	㉞炒虾球·····	160	㉛香酥鸭·····	164

③7 贵妃鸡..... 164	③9 蚝油牛肉片... 164	④0 油烙青鱼..... 165
③8 沙茶鸡柳..... 164		

(2) 主辅料的配制实例..... 165

① 蟹粉菜包..... 165	⑪ 腰果鸡球..... 169	⑲ 辣子肉丁..... 172
② 开洋芹菜..... 166	⑫ 宫爆鳝背..... 169	⑳ 蘑菇菜心..... 172
③ 牛肉炒韭黄... 166	⑬ 青椒鸡丁..... 170	㉑ 青椒明虾片... 173
④ 蒜沫河鳗..... 166	⑭ 银丝金勾..... 170	㉒ 蒜泥烙蛤蜊... 173
⑤ 香菇焖鸡块... 167	⑮ 麻婆豆腐..... 170	㉓ 香肠炒豌豆... 174
⑥ 咖喱鸡块..... 168	⑯ 干烧茭白..... 171	㉔ 生仁炖鸭腿... 174
⑦ 葱烤海参..... 168	⑰ 鱼香茄子..... 171	㉕ 核桃里脊花... 175
⑧ 鸡茸蹄筋..... 168	⑱ 竹笋炒肉丝... 171	㉖ 银芽鸡丝..... 175
⑨ 松仁香菇..... 169	㉚ 芡爆墨鱼卷... 171	㉗ 火腿蚕豆..... 175
⑩ 糟熘鱼片..... 169	㉛ 洋葱牛肉片... 172	㉘ 子姜鸡块..... 176

(3) 不分主次多种料的配制实例..... 176

① 炒双冬..... 176	⑥ 煎藕夹..... 177	⑪ 荠菜春笋..... 179
② 辣土豆丝..... 176	⑦ 油爆双脆..... 178	⑫ 珍珠菜包..... 179
③ 三味蔬菜..... 176	⑧ 三丝汤..... 178	⑬ 炒素什锦..... 180
④ 四色蔬菜..... 177	⑨ 海鲜羹..... 178	⑭ 双菇面筋..... 180
⑤ 酸辣汤..... 177	⑩ 腌笃鲜..... 179	⑮ 炆双笋..... 181

(4) 分主次的多种料的配制实例..... 181

① 三鲜蹄筋..... 181	⑥ 炒鲜奶..... 183	⑪ 芋艿羹..... 185
② 酸辣鱿鱼..... 182	⑦ 南江豆腐..... 183	⑫ 春白海参..... 185
③ 锦绣鱼丝..... 182	⑧ 炆鸡片..... 184	⑬ 咕嚕肉..... 185
④ 五彩虾仁..... 182	⑨ 小煎鸡米..... 184	⑭ 少子蹄筋..... 185
⑤ 香末鱼羹..... 183	⑩ 瓜姜鱼丝..... 184	⑮ 砂锅鱼头..... 186

4. 花式菜肴的配制手法和实例187

(1) 花式菜肴的配制 手法	187
----------------	-----

(2) 花式菜肴的配制 实例	189
----------------	-----

① 锅贴鱼	189	⑮ 菱角豆腐	202	⑳ 串炸鸡球	209
② 锅贴明虾	192	⑯ 柴把鸡	202	㉑ 串烤鹌鹑	210
③ 琵琶虾	192	⑰ 银红彩束	202	㉒ 冻鸡	210
④ 网油鸡卷	192	⑱ 彩带鱼丝	203	㉓ 菠萝鸭片	211
⑤ 兰花春笋	192	⑲ 柴把火腿	203	㉔ 卤香菇	211
⑥ 萝卜脆卷	193	㉚ 荔枝鸡球	204	㉕ 干蒸莲子	212
⑦ 色蛋卷	193	㉛ 八宝鸭、八 宝鸡	206	㉖ 蝴蝶素烩	212
⑧ 如意虾卷	196	㉜ 伞形鲜菇	206	㉗ 荷花双菇	214
⑨ 鱼丝卷	198	㉝ 瓢田螺	207	㉘ 莲蓬汤	214
⑩ 纸包鸡	198	㉞ 瓢丝瓜	207	㉙ 莲花鸡米	215
⑪ 干炸响铃	198	㉟ 瓢桂鱼	208	㉚ 三色桂鱼	215
⑫ 贯耳里脊塔	199	㊱ 串烤里脊	208	㉛ 火夹鱼	217
⑬ 荷叶蒸鸭	201	㊲ 算珠鲜贝	209	㉜ 鱼香虾面	219
⑭ 枕包鱼	201				

一、刀工概述

菜肴的制作过程分为三个阶段：一是准备阶段，具体的工作有选择原料和初步加工；二是定形、定质、定量阶段，具体的工作有刀工（定形）、配菜（定质、定量）；

三是成熟和定味阶段，具体的工作有烹饪和调味。刀工和配菜技术，在菜肴制作过程中处于承前启后的重要地位，这一工作的好坏，将直接关系到菜肴的质量。

1. 刀工的含义和作用

刀工是根据烹调和食用的要求，运用各种不同的刀法，将原料加工成一定形状的操作过程。

用来制作菜肴的原料，种类繁多，形状千差万别，质地有韧和脆、老和嫩、硬和软、松和紧之分，各有差异

许多食品原料，仅仅通过初步加工，还不能直接用来制作菜肴，必须运用刀工技术，进行成形处理后才能烹调。在众多的食品原料中，有少部分因形体较小，或有一定的自然形状，基本上不用刀工成形，例如虾仁、青豆、花生仁、核桃仁、腰果、鲜贝、木耳、香菇、发菜、豆芽等，百分之九十以上的原料，必须经过刀工成形，才能便于烹调 and 食用。但为了制作出精细的花式菜肴，有时还需要对形态较小或有自然形状的原料，重新进行刀工处理，如斩虾茸、斩花生末、核桃末等。

刀工有以下作用：

第一，便于烹调。

经验告诉我们，将大块、整只或质地较硬的原料直接烹制，往往对火力和烹制的时间都不易掌握，如果将原料加工成形状整齐，大小一致的块、条或片、丝等，便于控制烹饪的时间和火候。

不同的原料，有不同的加工要求，一般要根据原料的质地和烹制要求进行成形。如鸡片和肉片，韧性较强，但要求加热时间短，为了保证入口柔软、鲜嫩的口感，我们在加工时，以薄、以小为主；而鱼片质地松软、韧性较差，入口易碎，我们可以加工得厚一点，大一点，以防止加热时碎烂。整齐的形态，可以保证食品在烹制过程中受热均匀，成熟一致。

第二，便于入味。

如将整块大料直接烹制，加入的调味品大多停留在原料的表面，不易渗透到内部去，会形成外浓内淡的弊病。如果我们将大料切成小料，整料切成零料，或在整只原料表面剞上刀纹，这样，就可以帮助调味品渗透到原料内部，烹制后的菜肴，内外口味一致，香醇可口。

第三，便于食用。

整只的大块原料，如猪前腿、猪后腿、鸡、鸭、鹅、