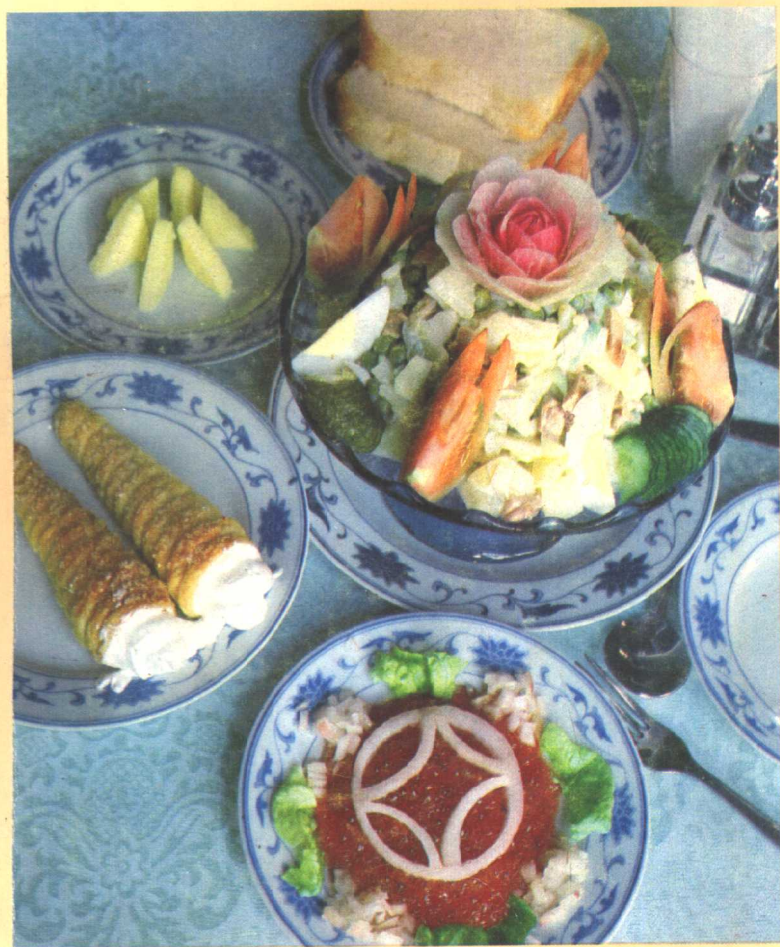


西餐烹饪知识



中国旅游出版社

西餐烹饪知识

李子厚 编著

中国旅游出版社

装帧设计：滕义仿

摄影：蒙 紫

责任编辑：范云兴

西餐烹饪知识

李子厚 编著

中国旅游出版社出版

(北京东长安街六号)

京辉印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

开本 787×1092 1/32 印张：5.75 字数：11万

1984年11月第1版 1984年11月第1次印刷

印数 1—42,000 册

统一书号：15179·613 定价：0.75元

前 言

西餐，通常是泛指外国饭菜，它主要是西欧、美国及部分东欧和东南亚等国家一些菜式的烹制。其中法国菜肴在西餐中占有重要地位，人们称法国菜为西餐的一颗明珠，烹调技艺驰名世界。

随着我国人民生活水平的不断提高，喜吃西餐的人也逐渐增多。近年来我国国际交往和旅游事业日益发展，迫切需要培养更多的西餐烹调技术人才，以便将西餐烹调技艺广为普及，为此，编写了这本《西餐烹饪知识》，一方面供西餐专业人员参考，另一方面满足广大西餐烹饪爱好者及家庭使用时参考。

本书共15章。1—10章是理论知识。主要内容是：

1. 有关国家人民的生活特点，民族风俗习惯，宗教信仰等。2. 烹调技术基础知识。3. 西餐宴会知识。4. 各种汤菜、饮料的理论知识。11—15章主要介绍了各种汤、菜、饮料的用料和具体制作方法。

由于水平有限，经验不足，书中难免有缺点、错误和不妥之处，恳切希望读者给予批评和指正。

作 者

1983. 8,

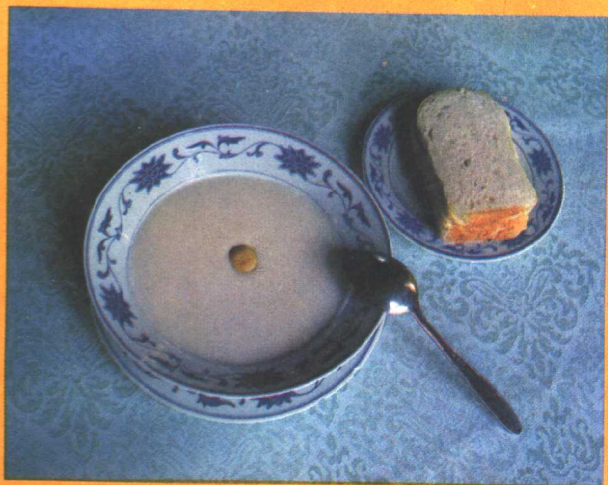


▲ 炸大虾



▲ 笋鸡

8/30/03



▲ 奶油汤



▲ 铁扒杂拌

目 录

第一章 西餐概述.....	1
第二章 有关各国的生活特点和风俗习惯.....	8
第一节 欧洲.....	3
1. 英国.....	4
2. 法国.....	6
3. 苏联.....	7
4. 德国.....	8
5. 意大利.....	9
第二节 亚洲.....	10
1. 日本.....	11
2. 土耳其.....	13
3. 印度和尼泊尔.....	14
4. 泰国.....	16
5. 朝鲜.....	17
第三节 北美洲.....	18
美国.....	19
第四节 拉丁美洲和大洋洲.....	20
第三章 西餐烹调技术基础知识.....	23
第一节 西餐炉灶.....	23
第二节 西餐主要用具.....	26

第三节	烹调操作的一般要求·····	27
第四节	烹调中常用的几种导热方法·····	32
第五节	几种不同导热方法所收到的效果·····	33
第六节	烹调中的卫生要求·····	35
第四章	西餐烹调的意义和作用·····	38
第一节	烹调的意义和作用·····	39
1.	什么叫做烹调·····	39
2.	烹调的意义·····	39
3.	烹的作用·····	40
4.	调的作用·····	42
第二节	西餐烹调的原则·····	43
1.	讲究色、香、味、形·····	43
2.	保持营养·····	44
3.	用料要得当·····	44
4.	了解外宾的风俗习惯·····	44
第三节	西餐配菜的作用·····	44
1.	营养的配合·····	45
2.	颜色的配合·····	45
3.	口味的配合·····	45
4.	制作配菜时的一般要求·····	46
第五章	少司(调味汁)·····	47
第一节	少司的类型·····	47
第二节	少司的作用·····	48
第三节	少司中的炒面粉和主要成分·····	49
第四节	少司的种类·····	50
第六章	西餐宴会知识·····	53

第一节	宴会	53
第二节	宴会的基本概念	53
第三节	制定宴会菜单应注意的几个问题	54
第四节	宴会前的准备工作	55
第五节	宴会菜肴的组成	55
第六节	宴会上菜程序与成本比重	56
	附 1、一般宴会菜单、附 2、中等宴会菜单	
第七节	鸡尾酒会	61
1.	鸡尾酒会的由来	61
2.	鸡尾酒的配制方法	62
3.	鸡尾酒会的特点和形式	62
	附：鸡尾酒会菜单	
第八节	冷餐酒会	64
1.	冷餐酒会的特点	64
2.	冷餐酒会的形式	64
	附：冷餐酒会菜单	
第九节	茶会	66
第七章	冷菜和小吃	67
第一节	冷菜的作用	67
第二节	冷菜间内主要食品的准备	68
第三节	冷菜拼摆时应注意的事项	69
第四节	冷菜的拼摆	70
第五节	冷菜加工和选料	72
第六节	沙拉和拌蔬菜	73
第八章	汤	74
第一节	汤的食用价值和作用	74

第二节	汤的种类和温度	75
第三节	煮汤的方法	76
第四节	各种清汤的化学成分和发热量	78
第九章	饮料类	80
第一节	咖啡	80
1.	咖啡的由来	80
2.	咖啡的营养价值和作用	81
3.	咖啡的饮用方法	81
4.	冲咖啡时开水的比例	82
5.	咖啡粉的保管方法	83
第二节	茶叶	83
1.	有关各国茶叶饮用简况	83
2.	茶叶的作用和养分	84
3.	茶的泡制方法和比例	84
4.	茶叶的贮藏与保管	85
第十章	刀工和刀法	86
第一节	刀工的一般要求	86
第二节	西餐几种常用的刀法	87
第三节	加工后的原料形状	90
第十一章	冷菜和三味吃	93
第一节	冷菜	93
1.	马乃司	93
2.	法国少司	93
3.	辣根少司	94
4.	素沙拉子	94
5.	法式鸡蛋番茄沙拉子	95

6. 法式肉沙拉子	95
7. 英式苹果沙拉子	96
8. 英式奶油蘑菇沙拉子	96
9. 法式菠菜沙拉子	96
10. 法式拌菜花	96
11. 美式鸡肉沙拉子	97
12. 酸黄瓜腌制方法	97
13. 酸甜泡菜	97
第二节 三味吃	98
1. 美国三味吃	98
2. 公司三味吃	99
3. 开口三味吃	99
4. 牛肉三味吃	99
5. 猪肉三味吃	99
6. 火腿三味吃	100
7. 计司三味吃	100
8. 鸡蛋火腿三味吃	100
9. 红鱼子三味吃	100
10. 热狗	101
第十二章 汤类	102
第一节 清汤	102
1. 清汤龙须菜	102
2. 清汤鸡丁豌豆	102
3. 鸡汤面条	102
4. 鸡汤蘑菇	102
5. 意大利鸡汤饺子	103

第二节 肉类蔬菜汤和鱼汤.....	103
1. 德式土豆小肠汤.....	103
2. 捷克土豆汤.....	104
3. 古巴板肉白豆汤.....	104
4. 意大利白豆汤.....	104
5. 法国牛肉素菜汤.....	105
6. 意大利通心粉汤.....	105
7. 红菜汤.....	106
8. 法国鲜鱼汤.....	106
9. 鱼土豆汤.....	107
第三节 糊状汤类.....	107
1. 法式葱头汤.....	107
2. 德式土豆泥汤.....	108
3. 德式番茄牛肉丁汤.....	108
4. 捷克豌豆瓣泥子汤.....	108
5. 法国长葱汤.....	109
6. 尼泊尔豌豆瓣汤.....	109
7. 奶油汤.....	110
8. 奶油鲍鱼汤.....	110
9. 奶油龙须菜汤.....	110
10. 奶油口蘑汤.....	111
11. 奶油大虾汤.....	111
第十三章 热菜.....	112
第一节 水产类.....	112
1. 美式花旗大虾.....	112
2. 意大利烩虾.....	112

3. 炸大虾配土豆丝.....	113
4. 炸大虾多士.....	113
5. 美式煮鱼.....	114
6. 尼泊尔鱼.....	114
7. 奶汁烩大虾.....	115
8. 美式龙虾.....	115
9. 瓢龙虾.....	115
10. 奶汁烩龙虾.....	116
11. 铁扒大虾.....	116
12. 奶汁烤蟹盖.....	117
13. 煮整大虾.....	117
14. 奶汁烤大虾.....	118
15. 煎比目鱼.....	118
16. 法式煮鱼鲜蘑少司.....	119
17. 法式素菜烤鱼.....	119
18. 巴黎式煎鱼.....	120
19. 法式鱼卷.....	120
20. 意大利烤鱼.....	121
21. 煮马哈鱼.....	121
22. 熏鱼.....	122
23. 软煎鱼.....	122
24. 炸鱼.....	122
第二节 牛肉类.....	123
1. 汉堡牛肉.....	123
2. 奥国牛肉扒.....	123
3. 巴基斯坦牛肉饼.....	124

4. 印度尼西亚牛肉片	124
5. 牛里脊扒鲜蘑少司	125
6. 烧牛肉片	125
7. 法式烤牛外脊	126
8. 瑞士牛肉扒	126
9. 法式红酒烩牛肉	127
10. 烤牛肉串	127
11. 德式牛肉扁豆	128
12. 德式牛肉白菜	128
13. 里昂牛肉扒	128
14. 圆牛肉饼	129
15. 美式肉末通心粉	129
第三节 猪肉类	130
1. 法式煎猪排	130
2. 炸猪排	130
3. 法式炸瓢馅猪排	131
4. 炸猪肉片	131
5. 煎猪肉串	132
6. 美式白菜卷	132
7. 意大利火腿切面条	133
8. 烤整奶猪	133
9. 烤猪通脊	134
10. 德式焖猪排	134
11. 法式煎猪肝	135
12. 英式烩猪肉	135
第四节 鸡鸭菜肴	136

1. 法式烩鸡.....	136
2. 煎鸡肉串.....	136
3. 美式烩鸡.....	136
4. 巴基斯坦式鸡.....	137
5. 德式烩鸡丝.....	137
6. 烤鸭.....	138
7. 英式焖鸡.....	138
8. 法式红酒烩鸡.....	139
9. 意大利式焖鸡.....	139
10. 鲜橙鸭.....	139
11. 烤野鸭酸菜.....	140
12. 英式奶油烩鸡块.....	141
13. 炸鸽子.....	141
第五节 羊肉和素菜菜肴类.....	142
1. 法式烤羊腿.....	142
2. 英式烤羊腿.....	143
3. 巴基斯坦式羊肉土豆.....	143
4. 巴基斯坦式羊肉土豆丸子.....	143
5. 炸羊排.....	144
6. 清煎羊肉片.....	144
7. 葱头煎土豆.....	145
8. 菠菜泥子.....	145
9. 意大利式炒茄子青椒.....	145
10. 巴基斯坦式胡萝卜泥.....	146
11. 印度尼西亚式圆白菜.....	146
12. 印度尼西亚式炒饭.....	146

第六节 配菜类.....	147
1. 油焖红菜头.....	147
2. 焖酸菜.....	147
3. 煮土豆.....	148
4. 炸干葱.....	148
5. 煮菜花.....	148
6. 炸土豆片.....	149
7. 土豆泥.....	149
8. 炸土豆丝.....	149
9. 炸土豆条.....	150
10. 煮胡萝卜条.....	150
11. 煮配菜青笋.....	150
12. 煮鲜扁豆(架豆).....	151
13. 煮配菜鲜豌豆.....	151
第十四章 饮料类.....	152
1. 煮咖啡.....	152
2. 清咖啡.....	152
3. 香桃咖啡.....	152
4. 牛奶咖啡.....	152
5. 煮红茶.....	153
6. 香桃茶.....	153
7. 牛奶茶.....	153
8. 冷咖啡.....	153
9. 冷香桃茶.....	154
10. 冷牛奶.....	154
11. 冷可可.....	154

12. 可可汁	154
13. 牛奶可可	155
第十五章 日本国菜类	156
1. 木鱼汤	156
2. 年糕	156
3. 海带汤焖米饭	156
4. 糖醋腌姜片	157
5. 鱼松	157
6. 四喜饭	158
7. 豆腐蛋蒸碗	158
8. 蛋制豆腐	159
9. 蛋蒸碗	159
10. 蔬菜烩猪肉	159
11. 素菜串	160
12. 鸡肉末芋头	160
13. 炭烤牛肉串	161
14. 田不拉汁	161
15. 田不拉糊	161
16. 素菜田不拉	161
17. 鱼田不拉	162
18. 猪肉田不拉	162
19. 五色虾田不拉	162
20. 蟹肉田不拉	163
21. 猪排碗饭	163
22. 大虾碗饭	164
23. 母子饭	164