

大众美味

张恩来 编著

烧烤



金盾出版社

大厨的味道

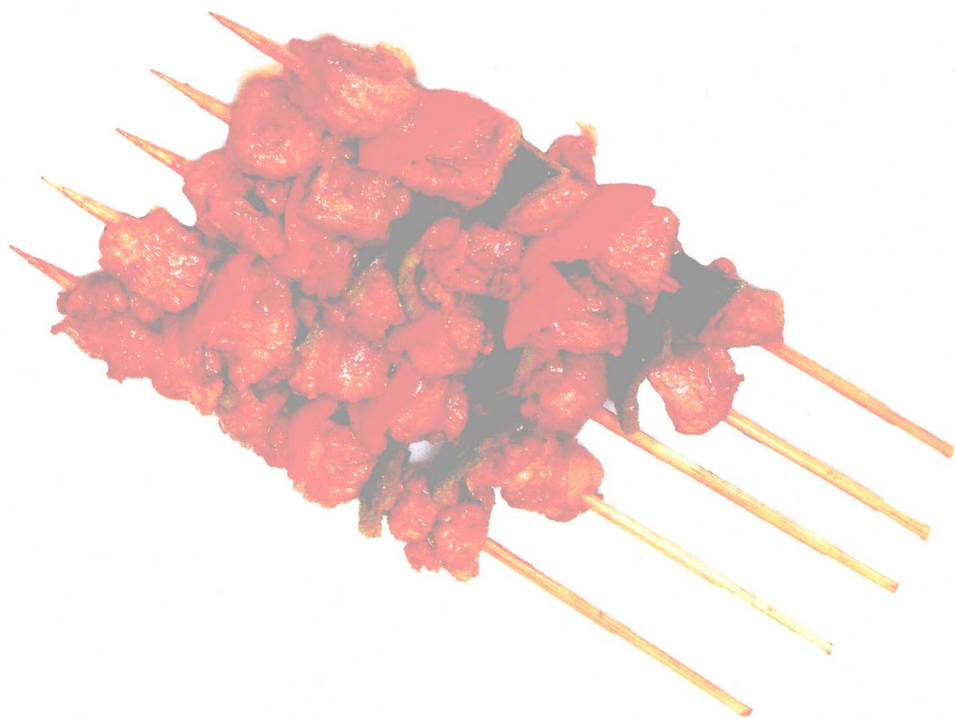
2009.10

大厨的味道



大众美味烧烤

张恩来 编著



金盾出版社

内 容 提 要

这是一本专门讲授烧烤菜肴制作技法的大众菜谱书。书中详细介绍了六大类88种常见美味烧烤的用料配比、操作步骤、注意事项和风味特点,并介绍了有关烧烤原料、技法、调味、工具等方面的基本知识。本书内容丰富,科学实用,图文并茂,一目了然,非常适合广大家庭及烹饪爱好者阅读使用,也可供餐馆、酒店经营参考,是一本十分难得的烧烤专著。

图书在版编目(CIP)数据

大众美味烧烤/张恩来编著. —北京:金盾出版社,2007. 11
ISBN 978-7-5082-4730-4

I. 大… II. 张… III. 菜谱 IV. TS972.129.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 151034 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)
邮政编码:100036 电话:68214039 83219215
传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn
封面印刷:北京百花彩印有限公司
正文印刷:北京精美彩印有限公司
装订:明珠装订厂
各地新华书店经销

开本:787×1092 1/16 印张:7 彩页:112 字数:40千字

2007年11月第1版第1次印刷

印数:1—8000册 定价:30.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

美味烧烤入门 1

- 烧烤历史 / 1
- 烧烤菜特点 / 1
- 烧烤原料 / 2
- 烧烤技法 / 2
- 烧烤调味 / 3
- 烧烤工具 / 4



- 电烤箱 / 4 烧烤炉 / 4 烧烤炭 / 5 保鲜膜·锡纸 / 5 扦子·牙签 / 5
- 烧烤叉·烧烤夹·烧烤铲·烧烤刷 / 6

烧烤味汁 / 6

- 蒜香烧烤酱汁 / 6 酱香烧烤汁 / 6 咖喱味汁 / 7 照烧酱汁 / 7 家常烧烤汁 / 7 京都味汁 / 7
- 麻辣烧烤汁 / 8 奶油浓汁 / 8 草莓味汁 / 8 番茄味汁 / 8 味噌酱汁 / 9 韩式烤肉酱汁 / 9
- 柠檬味汁 / 9 鲜味烤鱼汁 / 9 鱼露烤汁 / 10 怪味烤汁 / 10

美味烧烤菜肴 11

畜肉 11

- 原汁烤排 / 12
- 烤五花肉 / 13
- 酥香里脊 / 14
- 培根芦笋卷 / 15
- 蜜汁排骨 / 16
- 蒜烤香肠 / 17
- 家常烤羊腿 / 18
- 串烤羊排 / 19
- 黑椒烤排 / 20
- 炭烤羊肉串 / 21
- 彩椒肉串 / 22
- 烤肥瘦卷 / 23
- 北京烤肉 / 24
- 铁扒牛肉 / 25
- 牛肉蔬菜串 / 26

禽蛋 27

- 烤仔鸡 / 28
- 蜜汁烤鸡 / 29
- 香烤鸡胸 / 30
- 骨肉相连 / 31
- 芝麻翅 / 32
- 香辣翅中 / 33
- 叉烤全翅 / 34
- 串烤鸡心 / 35
- 烤鸡皮 / 36
- 麻辣鸡脖 / 37
- 脆皮半片鸭 / 38
- 电烤鸭肝 / 39
- 荷叶鹌鹑 / 40
- 烤鹌鹑蛋 / 41
- 红酒烤鸽 / 42

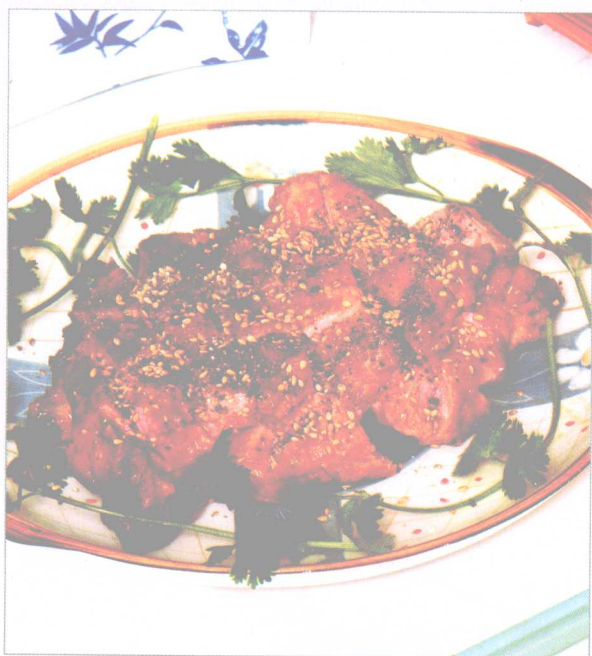


水产 43

- 串烤香辣虾 / 44
- 火焰烤虾 / 45
- 雪花蟹斗 / 46
- 芝麻蟹肉棒 / 47
- 蛋烤皮皮虾 / 48
- 辣烤小目鱼 / 49
- 煎烤带鱼 / 50
- 酥香烤鲳鱼 / 51
- 茄汁刀鱼 / 52
- 葱油鳕鱼块 / 53
- 烤蚝油鲤鱼 / 54
- 酥香小黄鱼 / 55
- 锡包泥鳅 / 56
- 烤鲜鱿 / 57
- 炭烤生蚝 / 58

果蔬 59

- 奶油芦笋 / 60
- 串烤尖椒 / 61
- 咖喱菜花 / 62
- 烤四季豆 / 63
- 原味土豆片 / 64
- 盐烤洋葱 / 65
- 烤萝卜丝饼 / 66
- 蜜汁山药串 / 67
- 奶香西兰花 / 68
- 麻辣甘蓝串 / 69
- 蒜香茄子 / 70
- 蚝油香菇 / 71
- 炭烤冬笋 / 72
- 菠萝虾串 / 73
- 鲜味蔬菜卷 / 74



米面 75

- 炭烤玉米 / 76
- 烤兰花豆干 / 77
- 香辣腐皮卷 / 78
- 酱汁烤麸 / 79
- 双面饅饅 / 80
- 烤米粉饼 / 81
- 巧克力黑米糕 / 82
- 烤年糕 / 83
- 烤肉松面包 / 84
- 奶油蒜香烤片 / 85
- 蛋烤花卷 / 86
- 素烤春卷 / 87
- 肉丝烤面 / 88

国外烧烤 89

- 韩式五花肉 / 90
- 黑椒烤排 / 91
- 巴西烤肉 / 92
- 炭烤牛排 / 93
- 西式牛肉串 / 94
- 照烧肉串 / 95
- 烤丁香羊腿 / 96
- 红酒羊排 / 97
- 意式烤虾 / 98
- 奶油烤虾 / 99
- 西式烤鸡 / 100
- 茄汁鸡翅 / 101
- 奶油鸡脯 / 102
- 炭烤鸭腿 / 103
- 味噌豆腐 / 104

附录 105

- 国外烧烤 / 105
- 野外烧烤 / 107

美味烧烤入门



烧烤历史

烧烤菜肴，在餐饮业是一种特殊的烹调方法，过去应用的不多，后来随着人们生活的提高，口味的变化以及生活节奏的加快，烧烤开始走向了快车道。许多的餐饮业、大排档、街头巷尾，烧烤店铺举目可见，烧烤已经是一种时尚，逐渐走进千家万户，成为百姓餐桌上的一个亮点。

烧烤是最原始的烹饪方法之一，在人类懂得用火熟食后不久便已出现。据考古资料表明，在“北京人”遗址中发现，有在火中烧食后的动物骨骼。后来出现了将原料移至火焰之外的烤法，古称“炙”。我国烤制的名菜，历代均有，如商朝的烤羊、周朝的牛炙、汉朝的烤肉串、晋朝的牛心炙、南北朝的炙豚、唐朝的光明虾炙、宋朝的烧羊、元朝的柳蒸羊、明朝的炙蛤蜊、清朝的烧鸭子等等。

我国的烧烤技法在魏晋南北朝时期有了很大的发展，据《齐民要术》记载，当时有衔炙、酿炙、范炙

等十多种明炉烤制方法。元朝的柳蒸羊是历史上较有特色的烤制菜，它是先在地上挖三尺深的火炉一口，周围用石头围上，把火炉烧红，把一只整羊放在铁算子上，



放入火炉内，上面盖上柳树枝叶，再用土封严后烤制，羊熟后取出食用。这一方法直到现在新疆仍在使用，并为后代的暗炉烤法奠定了基础。

烧烤菜特点

凡是烤制的菜肴，通常都把鲜、嫩、肥、活作为主要原料，选料精细，制作有简有繁，简单的烤味菜肴，个人可以自做自食；繁杂的需要拜师学艺，方能掌握。一般烤制菜肴成品色泽金红，外焦里嫩，肉香醇厚，肥而不腻。

操作简单，自取自食是烧烤菜肴的主要特点之一。烧烤是一种非常古老的烹调技术，而今已成为大街小巷受人喜欢的烹调方法，其操作简单，一般几个人用一个长不过70厘米、宽不足8厘米的炭炉子，大家围坐在炉子周围，不仅可烤羊肉串，还可以烤鸡、鱼、畜肉和部分海鲜，而口味自调，随烤随吃，互相交谈，自取自乐，十分的方便和快乐，这就是烧烤在快餐店、大排档非常火爆的原因之一。



在烧烤的菜肴中，还有一些烧烤的方法是比较复杂，需要学习后方可实施，如我国的烤鸭，从初步加工到上桌食用，需要经十几道工序才能完成，虽然都不是多么复杂的工序，但必须学习后，经过实践方可进行。还有烤乳猪、烤全羊、叫化鸡等都是需要经过比较繁琐的工序才能完成。还有很多关键

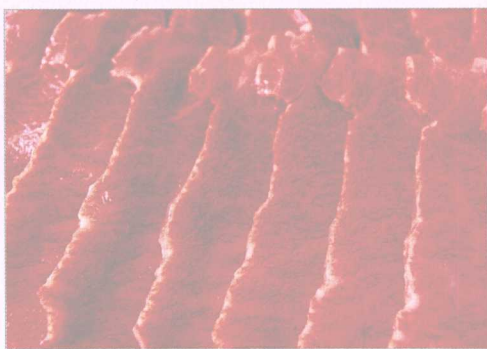


的地方，如风味、火候、时间等都需要指点后方能操作，以上这些在烧烤中是比较繁琐的，技术性也比较强，就因为如此，这些菜肴过去都在星级宾馆、高级酒楼里才能品尝到。由于市场的开放，这些所谓的“高级菜肴”已经由饭店走上了街头，如北京烤鸭，在很多市场都可以买到；烤羊腿、烤全羊、烤乳猪等也随处可见，这些烤制菜肴如果家庭自己制作，相对还是比较困难，不过想吃、想品尝并不难，因为它们就在我们身边，随时都可以品尝。

烧烤原料

烧烤是我国传统的烹调方法之一，其原料选择范围很广，从传统的烤鸡、烤鸭、烤肉、烤鱼等，扩展到现在的烤虾蟹、烤蔬菜（土豆、红薯等）、烤豆制品、烤水果（苹果、梨）、烤主食等，并且广泛应用于面点熟制。烧烤的原料荤素皆可，一般来讲适合烧烤的原料主要有畜肉、禽蛋、各种海鲜、蔬菜瓜果和面食、豆制品等几大类。

畜肉以及禽蛋原料是烧烤菜肴的主力军，其中常见的有各种肉串、各种腰串、鸡鸭翅串等。选购时需要注意畜肉以及禽蛋原料易变质，一定要选择新鲜的。



海鲜及一些鱼类也是重要的烧烤原料，其中主要有鲜鱼、鲜鱿鱼、墨鱼仔、活虾、大闸蟹、鲜贝、扇贝等，选择时特别要注意“鲜活”两字。

蔬菜瓜果类原料可以调剂一下烧烤的种类，让人们不会感到过于油腻。此类食品中最受欢迎的应是马铃薯、玉米、红薯等，而山药、芋头、青菜、青椒、苹果、香蕉、板栗等也是不错的选择。



此外一些面食和豆制品可以选择的有：馒头片、面包片、小烧饼、熟的小包子、豆腐块、豆腐皮等，这些也是大家喜欢的食品，而且烤过的主食还有养胃的作用，适合有胃病的朋友食用。

蔬菜瓜果类原料可以调剂一下烧烤的种类，让人们不会感到过于油腻。此类食品中最受欢迎的应是马铃薯、玉米、红薯等，而山药、芋头、青菜、青椒、苹果、香蕉、板栗等也是不错的选择。



烧烤技法

烧烤的具体方法有很多，它可以与炒、炸、蒸、煮等烹饪方法一样，归纳为一个大类。其分类方法也

有许多，细分起来，烤可以划分为清烤、烤油烤、挂浆烤、盐烤、泥烤、网油烤等。

● **清烤**：是原料在没有任何粘裹物的情况下，直接接受干热空气或辐射的热能至熟的一种方法，常见的如烤面包、烤蛋糕、烤红薯等，其风味特点是色泽呈焦黄色，质感外干香、内柔软。

● **烤油烤**：将经过腌渍的原料置于烤盘内，以原料体积的1/3或2/3的烤油为中间介质，放入暗炉内烘烤的一种方法，如烤鲳鱼、烤豆腐等，其风味特点为色泽焦红，质感表层菜肴焦香，中下层菜肴汁多肥嫩。

● **挂浆烤**：又可细分为两种，一种是将处理过的原料挂上一层糖浆水或边烤边挂上一层调味卤汁进行烤制的方法，如北京烤鸭、广东烧鸭等，其特点为色泽红亮，皮脆肉嫩，软嫩香醇；另一种为将处理过的原料盖上一层蛋泡糊或沙司，迅速烤制而成，如烤明虾、烤鲜贝等，其风味特点为色泽焦黄光亮，质感香软鲜嫩。

● **盐烤**：是将经过处理后的原料，粘上盐粒或埋入盐粒中，以盐为中间介质进行烤制的一种烹调方法，如盐烤虾、盐烤鳝鱼等，其特点为干香清口，香味浓郁。

● **泥烤**：把经过处理后的原料，依次包裹上荷叶、玻璃纸等，再用黄泥巴包裹在原料表面（近年来为了加工便捷，以锡纸代替黄泥），放入烤炉内进行烤制成熟，如叫化鸡、黄泥鳊鱼等，其风味特点为原汁原味，质地酥嫩可口。

● **网油烤**：将含油量较少的原料经过处理后，用猪网油包上并且涂以全蛋糊，经过油炸定型后，放入烤盘内，入烤炉进行烤制。如叉烤鱼、网油烤里脊等，其风味特点为色泽金黄，外脆里嫩，鲜香肥润。



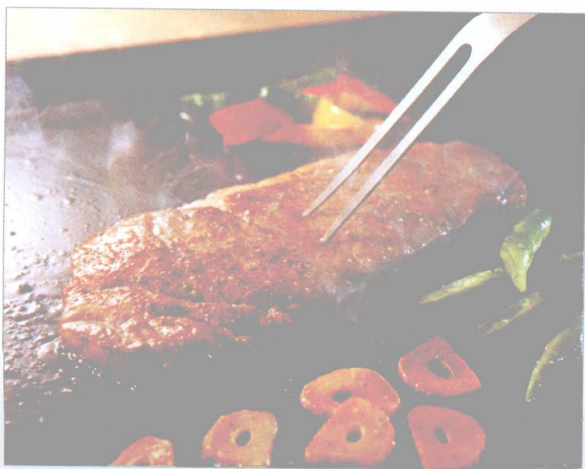
烧烤调味

烧烤菜肴的调味主要分为3种，为烤制后进行调味、烤制中进行调味和烤制前进行调味。

● **烤制后进行调味**：代表菜为北京烤鸭、广东烤乳猪等，在烤前不加任何口味，只加一些确保色泽美观的饴糖水，原料本身就有鲜嫩、肥香的特点，因此烤制前不需要加任何调料。制成成品后再进行调味，如烤鸭的调味品为甜面酱、辣椒酱，还有一些配料，如青萝卜条、黄瓜条、大葱丝、荷叶饼等；烤乳猪的调料为甜面酱、酱豆腐、葱丝、荷叶饼等。

● **烤制中进行调味**：最有代表性的菜肴为烤羊肉串、烤猪肉片、烤各种鸡杂等，都是在烤制过程中进行调味，主要调味品有盐、辣椒酱、甜面酱、辣椒粉、孜然、花椒粉、五香粉、味精、芝麻油等，烤制后即可食用，不需要再增加任何调料。

● **烤制前进行调味**：主要的代表菜为烤全羊、烤羊腿、烤鸡等，这一类的原料都要进行调味腌制。有的原料在头一天就要进行调味腌制，有的原料需要提前半天腌渍入味，其基本的调味品有料酒、盐、酱油、味精、葱姜、辣椒粉、孜然、芝麻油等，经过腌制入味后再进行烤制。还有的原料要进行包裹处理，如用荷叶、黄泥等包裹后烤制成熟后，去掉荷叶和黄泥即可。烤制成熟的成品有的可直接上桌食用，有些需要经过改刀后装盘上桌。烤制前调味的菜肴食用时，不需要加任何调料，直接食用即成。



烧烤工具

工欲善其事，必先利其器，要制作出美味的烧烤菜肴，有些工具是必须具备的，而事前对烧烤工具加以初步了解，可在选购、使用上做到心中有数。常用烧烤菜肴需要的工具有电烤箱、烧烤炉、烤网、烤叉、烧烤扦、烧烤夹、木炭、锡纸等。

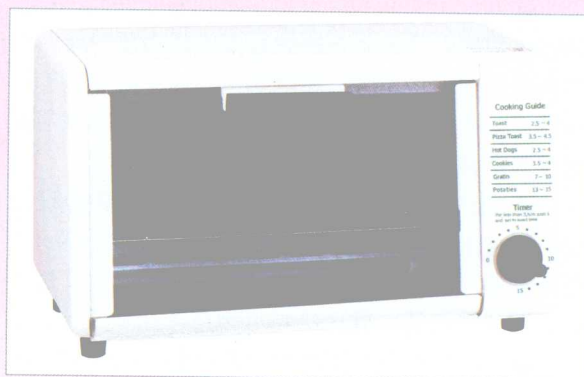
电烤箱

目前市面上的电烤箱可以说是种类繁多，不同品牌、不同功能、不同价位的烤箱有很多，您在选购时要注意以下几点：

● **确定类型：**市场上的烤箱类型很丰富，有机械的、电子的，有定时控制的、定时温度可调的，有单功能的、有多功能的等。一般来说，普通的电烤箱都能自动控温，而且价格较便宜，但烤制时间要由人工控制，适合一般家庭使用。而温度、时间和功率都能由电脑自动控制的高级家用电烤箱，虽然使用时会方便许多，但价格也会高很多，您可以根据自己的经济能力选择购买适合自己的烤箱。

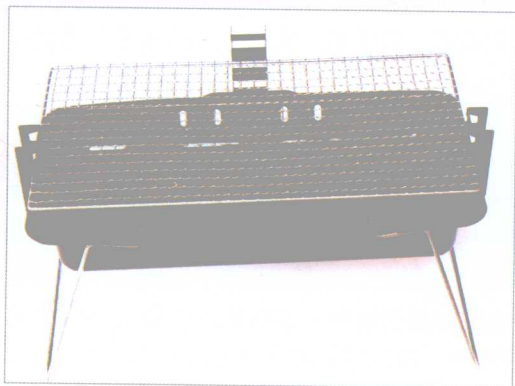
● **按需选择：**选购电烤箱之前，您需要明确要用来干什么的？目的不同，选择的类型就会不同。有的烤箱较小，只能烤小蛋糕、鸡翅等小食品，它的价格便宜；而有的烤箱较大，可以烤整鸡或大块肉食，但价格也高。你尽可以按自己的生活需要来购买，以免浪费厨房空间和金钱。

● **功率选择：**电烤箱的规格是以功率来划分的，一般功率为500至2000瓦，家庭在制作烧烤菜时，至少应选800瓦以上的，高功率电烤箱升温快，热损少，耗电省。但在购买烤箱时还要考虑您家中电线的承受能力，不要一味追求大功率，回到家里却因电表负荷问题不能正常工作。



烧烤炉

市面上常见的烧烤炉种类有苹果炉、长方炉、轻便炉等。其中苹果炉外形似苹果，圆圆的轮廓，容量很大，一般里面用两层罩网分隔，可以分别用来焖和熏，而且有轮子和把手，便于在烧烤过程中随意变换位置。



但苹果炉的架子不可调高度，个高或个矮者都不太容易找到舒服的烧烤姿势。长方炉横面宽，方便几个人同时操作，营造出其乐融融的氛围，两侧伸展出的木架还可以放些盘子和食物，减少往来奔波。如果不想占用太多空间，那种造型精巧的轻便炉也是不错的选择，轻便炉的优点是烧烤架高低可调，便于控制火力，价格便宜。

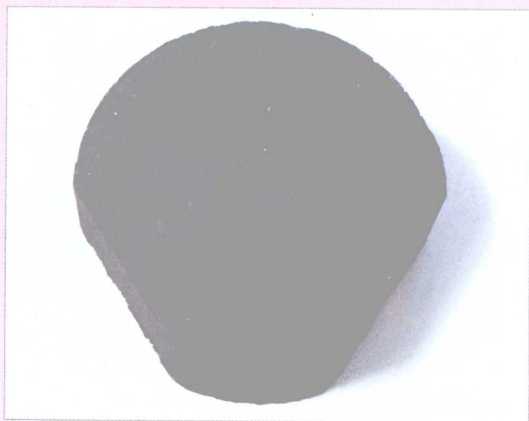


此外，不同型号的烧烤炉会有不同的火势控制装置或者设计。如苹果炉和长方炉通常会带可调节的风门设计，根据需要旋转风门片即可获得理想的烧烤温度。对于带盖的烧烤炉，盖上盖子后火势自然会削弱，

因而适合于烧烤时间较长的菜肴。有的烤炉的烤盆上加有炭网，炭网可以将燃料架高，因而燃烧更加充分。大部分烤炉的烤网高度都是可以调节的，烤网高低位置的不同当然也意味着火势和温度的不同了。

烧烤炭

市面上常见的烧烤炭有易燃炭、普通木炭和机制炭三种。易燃炭有方形和饼形两种，其表面有一层易燃层，比起普通木炭要容易引燃，缺点是价格较贵。普通木炭优点是便宜，缺点是大小不一，烧烤时火力不均，燃烧时间短，烤的过程中须加炭。机制炭其实是由炭和煤混合而成，压制成中空的多棱形，从炭灰上就看得出来含有煤的成份。这种炭大小均匀，燃烧时间长，火力均匀，无烟，价格不贵，其缺点是不易于引燃。



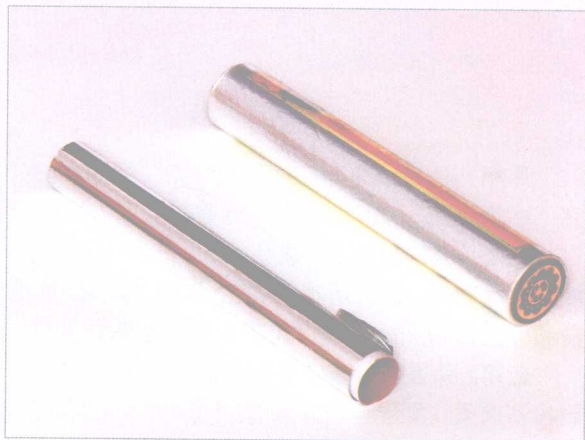
健康忠告

当木炭刚开始燃烧时会伴有浓烟及火苗，此时并不适宜烧烤，为了您的健康，请在烟雾和火苗消失后再开始烧烤！

保鲜膜·锡纸

市场上的保鲜膜大体分为两类，一类是普通保鲜膜，适用于冰箱保鲜；一类是微波炉保鲜膜，既可用于冰箱保鲜，也可用于微波炉。后一种保鲜膜在耐热、无毒性等方面远远优于普通保鲜膜。

锡纸在现今市场上用途较广，备受消费者青睐，锡纸不但可以将食物直接用火烧烤及作保温用途，还有保鲜、保洁、无毒的特点，并能保持食品色泽和使其不脱水。此外除了锡纸外，家庭烧烤中还可使用铝箔纸，锡纸和铝箔纸的作用是相同的，都可以使烧烤食物受热均匀，其中铝箔纸比锡纸要厚一些，价格也比锡纸高。



扦子·牙签

烧烤用扦子根据材质不同，可分为铁扦子、不锈钢扦子和竹扦子几种，其中竹扦子使用方便，使用后不可再次使用；而铁扦子和不锈钢扦子可反复使用，但需要注意使用后需要用热水浸泡，再严格进行消毒处理；在烧烤菜肴时，牙签的用处也很大，其一可以穿制一些小型原料和易于变形卷曲的食品，如鱿鱼卷、墨鱼仔等；此外还可以代替筷子充当取食品的工具。





烧烤叉·烧烤夹·烧烤铲·烧烤刷

既然制作烧烤菜肴,就缺少不了一些小工具。其中烧烤叉是最常用的烧烤配套工具,可很方便将原料叉起来并烤制;烧烤夹的功能强大,既可以用来翻转食物,又可以用来夹炭;烧烤铲主要用于翻动大块的食物,如牛扒、烤鱼等;烧烤刷又称烧烤扫,主要用于食物上色以及调味等,也是烧烤过程中必不可少的配件之一。

烧烤味汁

烧烤菜肴的口味可有多种变化,其中最为常见的口味有原味、蜜汁、酸辣、鲜咸、怪味等。现在使用单一的或经加工而成的烧烤调味料,往往不能满足人们的需要,因而自己动手加工一些常用的烧烤味汁,可使烧烤菜肴菜色更丰富、口味更多样,最大限度地满足人们对美味菜肴的追求,是非常有益处的。

蒜香烧烤酱汁

原料: 色拉油 50 克, 蒜末 50 克, 蚝油 40 克, 酱油 50 克, 冰糖 40 克, 白酒 15 克, 五香粉 3 克, 胡椒粉少许。

制法: 净锅置火上, 放色拉油烧至六成热, 加入蒜末煸炒至色泽微黄, 加入清水 250 克、蚝油、酱油、冰糖(砸碎)、白酒、五香粉和胡椒粉, 用小火熬煮至浓稠即可。

应用: 蒜香烧烤酱汁在制作烧烤时应用非常广泛, 既可制作畜肉类、禽蛋类烧烤菜肴, 也可作为蔬菜、豆制品等烧烤菜的调味, 常见菜肴有蒜香烤翅、蒜香烤鱼、蒜香茭白等。



酱香烧烤汁

原料: 熟猪油(或花生油) 25 克, 甜面酱 40 克, 盐少许, 白糖 25 克, 酱油 5 克, 料酒 15 克, 芝麻油 5 克。

制法: 把熟猪油放净锅内烧热, 放入甜面酱煸炒片刻, 加上盐、白糖、酱油和料酒炒至浓稠, 淋上芝麻油, 出锅盛在碗里即成。

应用: 酱香烧烤汁以甜面酱和白糖为主要调味料, 以突出甜润咸鲜的风味特点, 在烧烤菜肴中应用较为广泛, 其中菜品有酱香烤鸡、酱香排骨、烤酱香板栗、酱香百叶等。



咖喱味汁

原料：黄油 15 克，咖喱粉（或咖喱酱）25 克，盐 3 克，料酒 15 克，白糖 5 克，葱姜末各 5 克，味精少许。

制法：把黄油放锅内翻炒至融化，放入葱姜末和咖喱粉，用小火煸炒出香味，加入少许清水烧沸，再放入盐、料酒、白糖和味精炒拌均匀即成。

应用：咖喱味汁重用咖喱酱（或咖喱粉），以突出咖喱的特色，其口味香味浓郁、鲜咸带辣。咖喱味汁多用于家禽、家畜类烧烤菜肴的调味，成菜有咖喱烤翅、烤咖喱牛扒、咖喱仔鸡等。



照烧酱汁

原料：酱油 50 克，蚝油 50 克，白糖 50 克，黑胡椒 5 克，芝麻油 15 克。

制法：净锅置火上，放清水（250 克）、酱油、蚝油和白糖烧煮 5 分钟，加上黑胡椒调匀，淋上芝麻油，出锅盛在小碗里即成。

应用：照烧酱汁为日本风味调味汁，在制作烧烤菜肴时，既可作为原料的腌制料使用，也可在烧烤时把酱汁刷在原料表面，常见菜肴有照烧肉串、照烧鸡翅、照烧鲜虾等。



家常烧烤汁

原料：郫县豆瓣 25 克，泡红辣椒 10 克，盐 1 克，酱油 10 克，米醋 15 克，料酒 10 克，芝麻油 5 克。

制法：把郫县豆瓣和泡红辣椒剁碎，放入烧热的净锅内煸炒出香辣味，加上盐、酱油、米醋和料酒翻炒均匀，淋入芝麻油，出锅盛在碗里即成。

应用：郫县豆瓣和泡红辣椒是组成家常烧烤汁不可缺少的调味料，有去腥解腻、提色增香功效。家常烧烤汁一般用于鸡、鸭、猪等家畜家畜为原料的菜肴，以及鱿鱼、豆腐和各种淡水鱼为原料的菜肴，其口味醇正浓厚，鲜咸香辣，四季皆宜。



京都味汁

原料：大红浙醋 75 克，镇江香醋 50 克，蜂蜜 75 克，白糖 25 克，盐 2 克，芝麻油 10 克。

制法：将大红浙醋、镇江香醋、蜂蜜、白糖和盐放净锅内烧至沸，出锅盛在碗里，淋上芝麻油调匀即成。

应用：京都味汁为酸甜味型的一种，其用大红浙醋和镇江香醋定菜肴的酸香口味，蜂蜜、白糖（或冰糖）定菜肴的甜味。京都味汁主要用于肉类烧烤菜肴的调味，如烤京都排骨、京都烤鳗鱼、蜜制京都肉等。





麻辣烧烤汁

原料：豆瓣 25 克，花椒 3 克，葱末 5 克，姜末 3 克，盐少许，酱油 10 克，料酒 15 克，胡椒粉 1 克，白糖 10 克，芝麻油 5 克。

制法：将豆瓣、花椒剁成细末，与葱姜末、盐、酱油、料酒、胡椒粉和白糖调成味汁，放烧热的锅内翻炒炒匀，淋上芝麻油，出锅盛在碗里即成。

应用：麻辣烧烤汁为烧烤菜肴中比较常用的味汁之一，其口味浓厚，麻辣爽口，常作为畜肉、禽蛋、海鲜等菜肴的味汁使用，成菜如烤五花肉、烤鸡翅、麻辣小龙虾等。



奶油浓汁

原料：黄油 100 克，面粉 100 克，牛奶 150 克，鲜奶油 150 克，鸡清汤 400 克，盐 5 克。

制法：把不锈钢锅置火上烧热，放黄油烧熔化，加入面粉，用木棍搅拌以免糊底，当炒至面粉起沙且呈微黄色时，倒入滚沸的牛奶并用力搅拌，使其洁白光亮成一体，再放入鲜奶油，搅匀后放鸡清汤煮沸，加上盐调好口味，出锅过滤即成。

应用：奶油浓汁是以鲜奶油、牛奶和黄油为主料制作而成，一般用于蔬菜、水果等菜肴的调味，菜品有奶油芦笋条、奶油西兰花、奶油烤苹果等。



草莓味汁

原料：鲜草莓 100 克（或草莓酱），白糖 100 克，白醋 100 克，麦芽糖 5 克。

制法：将鲜草莓放入食品搅拌器内搅打成草莓酱，取出放在碗里，加上白糖、白醋和麦芽糖调拌均匀即成。

应用：草莓味汁是一种新型的酸甜口味调味汁，用鲜草莓（或草莓酱）定菜肴的酸甜口味，麦芽糖起到增色添香的作用。草莓味汁可作为烧烤菜肴的蘸料直接食用，或用于海鲜、蔬菜等菜肴的调味品，成菜如烤草莓鲜虾、草莓山药饼等。

番茄味汁

原料：番茄酱 40 克，盐 2 克，葱姜末各少许，料酒 10 克，白糖 15 克，味精 1 克，芝麻油 5 克。

制法：把番茄酱、盐、葱姜末、料酒、白糖、味精等放碗里对成味汁，再放入烧热的净锅内煸炒至浓稠，出锅盛在碗里，淋上芝麻油即成。

应用：番茄味汁以盐、番茄酱定咸鲜味，重用番茄酱，



以突出番茄的酸甜口味，白糖以入口甜酸适度为佳。番茄味汁甜酸适口，一般用于鱼类、禽蛋、豆制品菜肴的调味，如烤茄汁鱼条、茄汁烤鸡片、茄汁面筋等。

味噌酱汁

原料：味噌（一种日式大豆酱）50克，色拉油15克，葱末5克，蒜茸5克，白醋5克，白糖15克，芝麻油5克。

制法：净锅置火上，放色拉油烧至五成热，加入味噌、葱末和蒜茸稍微煸炒片刻，放入白醋、白糖和少许清水翻炒至浓稠，淋上芝麻油，出锅盛在碗里即成。

应用：味噌酱汁是日式风味酱汁，在烧烤菜肴中的应用比较广泛，不仅用于肉类菜肴，如味噌大虾、味噌肉串等，还可用于蔬菜、豆制品等，如味噌豆腐、味噌香菇等。



韩式烤肉酱汁

原料：蒜瓣50克，姜50克，洋葱75克，鸭梨1个，辣椒酱150克，大酱（或黄豆酱）50克，酱油50克，清酒25克，胡椒粉5克，白糖75克，芝麻油10克，熟芝麻15克。

制法：把蒜瓣、姜块、洋葱和鸭梨放搅拌机中搅打成茸，倒入不锈钢锅内。把锅置火上，加上适量清水、辣椒酱、大酱、酱油、清酒、胡椒粉和白糖，用小火熬浓稠，出锅盛在容器内，加上芝麻油和熟芝麻调匀即成。

应用：韩式烤肉酱汁色泽红润，酱香味浓，主要用于烹调具有韩国风味的畜肉类烧烤菜肴，如韩式五花肉、韩式烤猪肉、韩式羊肋肉、韩国烤牛肉等。



柠檬味汁

原料：柠檬4个，盐3克，白醋40克，白糖50克，料酒10克。

制法：将柠檬洗净，放榨汁机内榨取柠檬汁，取出放在碗里，加上盐、白醋、白糖和料酒搅拌均匀，再放入净锅内煮沸即成。

应用：柠檬味汁是一种酸甜口味的烧烤汁，其中柠檬汁和白醋定菜肴的酸味，白糖用于菜肴的甜香口味。柠檬味汁以烹调肉类烧烤菜为主，常见菜肴有柠檬烤鸡、柠檬烤鸭方、西柠烤鱼排等。



鲜味烤鱼汁

原料：美极鲜酱油50克，生抽25克，老抽25克，姜块15克，洋葱35克，香菇10克，香菜根10克，白糖15克，味精5克。



制法：把姜块、洋葱、香菇和香菜根洗净切成碎末，放在锅内，加入清水（约500克），用小火慢煮至汤汁剩下一半时，过滤去渣，加入美极鲜酱油、生抽、老抽、白糖和味精，再稍煮片刻即成。

应用：鲜味烤鱼汁味鲜、清香，因常用于烹调鱼类以及海鲜类菜肴而得名，常见菜肴有鲜味烤鱼、烤鲜味鱿鱼等，此外除了烧烤菜肴外，还可以用于各种冷热菜肴的蘸汁使用。



鱼露烤汁

原料：花生油25克，鱼露50克，葱姜末各5克，生抽15克，盐2克，白糖5克，淡奶20克。

制法：净锅置火上，放花生油烧热，用葱姜末炆锅，加上鱼露、生抽、盐和白糖烧沸，出锅盛在碗里，再加上淡奶调匀即成。

应用：鱼露烤汁是一种新的复合烧烤调味汁，除了可直接作为菜肴的蘸料使用外，还可用于禽蛋、海鲜类烧烤菜的调味，菜品有鱼露烤翅、铁板鱼露带子、鱼露烤鲜鱿等。

怪味烤汁

原料：芝麻酱25克，清汤75克，盐少许，酱油15克，白糖20克，米醋20克，味精2克，花椒粉2克，辣椒油15克。

制法：把芝麻酱放碗里，加上清汤调匀、澥开，放入盐和酱油搅拌调和，再加入白糖、米醋和味精，搅至滋味互溶，再加入花椒粉、辣椒油拌均匀即成。

应用：怪味烤汁集咸、甜、麻、辣、酸、香、鲜各味于一体，在制作烧烤菜肴时，适用于本味鲜美的原料，如鸡肉、兔肉、鱼肉等，菜肴有怪味烤鸡条、烤怪味鸭片等。





美味烧烤菜肴

畜肉

猪里脊肉、猪五花肉、牛里脊肉和羊腿肉为畜肉中常见的烧烤原料，一般可穿成串，或者切成条块后，用炭火烤制成熟。而猪肋排、羊肋排也是非常好的烧烤原料，成菜有肥嫩松软、清香味美的特点。此外，一些畜肉的下水，如猪牛羊的腰子、羊肝、牛舌、牛心等，也可制作烧烤菜肴。

