

轻松看 轻松学
第一套全彩版烹饪刀工技能升级读物



喻成清/主编
中国烹饪协会会员
烹饪技能考评员
资深中式烹饪技师
资深食品雕刻师
广州花园酒店食雕师

加工

水产海鲜

烹饪刀工技法应用丛书

刀法



全国近两千万名厨师每天必须参考的厨艺范本
中国烹饪协会专家 中国饭店协会专家 国家职业技能鉴定中心专家
中国烹饪大师 广东十大名厨 广州市技师协会餐饮分会会长
世界厨师联合会国际评委 中国国家一级评委 广州酒家行政总厨

黄振华 大师
以军 先生

共同推荐

图书在版编目(CIP)数据

水产海鲜加工刀法/喻成清主编. —合肥: 安徽人民出版社, 2007. 3

ISBN 978-7-212-03028-5

I. 水… II. 喻… III. 海产品—食品加工 IV. TS972.111

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第028672号

水产海鲜加工刀法

喻成清 主编

出版发行	安徽人民出版社
地 址	安徽省合肥市金寨路381号九州大厦 邮编: 230063
经 销	新华书店
发 行 部	电话: 0551-2833066 0551-2833099 (传真)
广州发行部	电话: 020-89030750 020-34297045 邮编: 510230
策 划	名师文化出版(香港)有限公司 电话: 020-34284832
印 制	广州培基印刷镭射分色有限公司
开 本	889×1192mm 1/16 印张: 6
版 次	2007年3月第1版 2007年3月第1次印刷
标准书号	ISBN 978-7-212-03028-5
定 价	29.80元

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换。

律师声明:

本丛书版权所有, 严禁转载, 摘录, 侵权必究!





主编介绍

喻成清，资深食品雕刻师、中式烹饪技师、中国烹饪协会会员、烹饪技能考评员。作者从事烹饪工作多年，先后在北京、广州多家星级酒店担任食品雕刻师及烹饪技师，并在多家烹饪技术培训学校及旅游院校担任食雕讲师，作者现任职于广州花园酒店担任餐饮美工及食品雕刻师。

作者曾多次创作大型宴会展台接待国家领导人及国内外知名人士，并在广州国际美食节及国际烹饪大赛中多次获奖，受到各界的好评。作者曾得到食雕名师肖强先生的不吝赐教，并结合多年的食雕经验，逐渐形成了自己的食雕特点。

作者2005年创办“阿清厨艺创作室”，为多家酒店设计展台及食雕作品，并培训出了一大批专业食雕人才。其作品曾被多家报刊、杂志、电视台报道，曾出版个人专著《食雕精选花鸟集》及《基础围边盘饰应用》丛书，该书已被选为中级烹饪培训教材。



本书编委 阿清弟子
季别青 王琦 贾中一

一半是佳肴珍馐
一半是刀工气派

阿清厨艺创作室
WWW.AQ28.COM WWW.AQCY.CN
电话：13533357779



阅读指引

本书从烹饪实际应用的角度，科学全面地介绍了水产海鲜类食材的种类和特点、初加工原则及常见水产品的加工刀法实例。全书由烹饪专家现场演示，图解技法，简便易懂，既有专业性，又具实际应用价值。

全书内容精华

- 水产类食材的种类特点
- 优质水产品的选购方法
- 水产类食材的加工原则
- 水产类食材的基本刀法
- 近二十种常见河鲜类食材的加工刀法实例
- 近三十种常见海鲜类食材的加工刀法实例

一半是佳肴珍馐
一半是刀工气派



名师图书·幸福生活读本
名师文化出版(香港)有限公司
HONGKONG MINGSHI CULTURE PRESS

喻成清/主编



加工 刀法

水产海鲜



APG 安徽人民出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

序

阿清厨艺精雕细刻

黄振华

广州花园酒店

一半是佳肴珍馐，一半是刀工气派

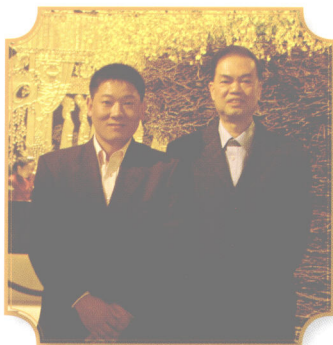
——《烹饪刀工技法应用》丛书推荐序一

从某种意义上讲，烹饪培训的市场需求有多大，《烹饪刀工技法应用》丛书的市场需求就有多大。刀工，既是厨艺入门学徒必须掌握的基本功，又是资深厨师日常切磋的一门技艺。追求刀法完美，是保证菜品质量的前提。目前，包括香港、澳门在内，在全国近两千万名厨师中，有大约四分之一的厨师每天都在从事着与刀工直接相关的工作，而对各种食物原料的加工刀法作全面的了解，更是全体厨师期盼掌握的基本技能。

晚辈阿清主编的《烹饪刀工技法应用》丛书，非常值得嘉许。这套丛书可以称为我国第一套以彩版丛书形式系统整合出版的烹饪刀工理论及刀法技巧尤其是不同食材的实际刀工应用丛书。这套丛书的独创之处是将水产海鲜、畜禽肉食、蔬菜水果等不同食材的加工应用刀法技巧进行分门别类地介绍，并独立成册，各成一统，结合另一本基础刀工应用分册，共同组成了一套完整的烹饪刀工实际操作全书。本丛书选题新颖，内容充实，符合市场需求，注重实际操作，方法简明扼要，图片丰富精美，教学互动，浅显易懂。它的出版，定将在烹饪界、职业培训领域、教育界以及社会有关方面包括在广大的烹饪爱好者中间产生巨大的反响。“工欲善其事，必先利其器。”刀工，是现代烹饪技术的基础，同时也是烹饪技艺突飞猛进的主要标志之一。刀工在烹饪教学中占有重要的位置，在餐饮行业中的实际应用也十分普遍，目前餐饮图书市场还缺乏系统的尤其是注重实际操作运用的彩版刀工专门著作，所以本丛书的出版意义非同一般。

一道美味上品，一半是佳肴珍馐，一半是刀工气派。这便是艺厨之道。

黄振华
2007.2.2.



作者与黄振华大师（右）合影

（黄振华，中国烹饪大师，中国十佳烹饪大师，中国餐饮文化大师，广东十大名厨，粤港澳餐饮业十佳名厨金奖获得者，中国烹饪协会特邀顾问，世界厨师联合会国际评委，中国国家一级评委，第五届中国烹饪世界大赛副总统判长，广东省中式烹调师技能鉴定专家组副组长，广州市技师协会餐饮分会会长，广州酒家行政总厨）

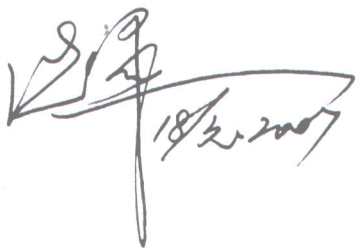
食话食说：“菜之品”之于“刀之形”

——《烹饪刀工技法应用》丛书推荐序二

有一种饕客世界的吃喝传说是这样讲的：日本人多用眼睛吃饭，法国人多用鼻子吃饭，美国人多用脑子吃饭，而中国人更多的是用舌头吃饭。如此看来，似乎全世界只有中国人吃饭是最注重口味的。其实，中华美食的博大精深又何止于此呢。就说一道上品中餐菜式，其色、香、味、形、养五大元素，往往是一个都不能少。其中，“色”与“形”关乎刀工，所以就有“菜之品”首先取决于“刀之形”之说。刀工在菜品制作中的重要性由此可见一斑。

如今，中餐已成为全世界受用群体最大的食系，我也很高兴看到在中餐厨师队伍中雨后春笋般涌现出了一大批文化水平、工作能力、修养素质都有极大提高的新生代优秀厨师。后生阿清便是这一群后起之秀中一个不负众望的人。他以其五星级酒店食品雕刻师的姿态步入美食厨艺领域的写作，创造出了自己独特的充满实际操作特色的烹饪刀工应用文本。这套丛书首次将烹饪刀工技法应用于水产海鲜、畜禽肉食、蔬菜水果等不同食材。作者现场示范，其一招一式、一点一滴，举手投足间，不经意之处，将烹饪刀工的基本技巧和应用方法，春风化雨般融入了现场教学的美丽图文之中，其简便易学、经济实惠、学而能用、用之有效的特色，深受读者喜爱。

为后生厨艺鼓气，更为中华美食喝彩，谨以此文为序。



（冼锋，中国饭店管理有限公司首席执行官，中国饭店协会副秘书长，香港饭店与饮食行业协会副会长，国家商务部会务会展特约顾问，国家劳动和社会保障部职业技能鉴定中心注册考评员，国际饭店与餐馆协会国际评委）

阿清厨艺
精雕细刻

黄振华

广州花园酒店

一把菜刀两斤半 学徒开始天天练

——品味阿清源于美食的刀工

初识阿清其人

现在喻成清的名字更多的时候是与广州一家知名的五星级酒店花园酒店的餐饮美工和食品雕刻师同时出现的。在花园酒店不远处有一幢旧式的灰楼，“阿清食艺创作室”就坐落于其中，不显山不露水，却是天南地北渴求厨艺、学习刀工之人来来往往的去处。喻成清是“阿清食艺创作室”的掌门人，一个朴实无华、粗中有细的北方汉子，一个事厨多年、极富食雕造诣的食品雕刻师，他希望能成为一代“艺厨”。

与阿清说故事

烹饪刀工是中华饮食文化的一大瑰宝，也是中华烹饪技艺的一朵奇葩，作为华夏传统厨技中“技”之所在，其源远流长，由来已久。与阿清一起说道东方美食艺术中的这颗耀眼的明珠，不免要溯古求源，归宗明义，还有好听的故事，一路讲来，典故的意味、玩味深长：早在旧石器时代，古人用石头磨成刀具，用于狩猎、生产和烹饪切割；青铜器时代，出现了铜质刀具，既是先民们的主要武器，又是其首选的生活工具；铁器时代，铁刀代替了石刀、铜刀，更具有超薄、坚硬、锋利的特点，成为当时人们日常生活中不可缺少的工具；秦汉以来，刀具的制造和应用日渐普遍；到了唐宋，更通过丝绸之路，开始有了中西饮食文化的交流；元朝曾有三户共用一把菜刀的规定；明清以后，刀具在中华饮食烹饪中的应用得以迅速发展。刀工在烹饪过程中得以广泛应用，从调味品切花到烹饪原材料加工，无论是禽畜肉食、海产水鲜还是蔬菜瓜果，所有食材的加工切配都离不开烹饪刀工的应用。

听阿清说刀工

阿清说得不错，随着物质生活水平和文化品位的提高，人们在钟情吃饱、吃好、吃出营养的同时更加讲究吃出文化，吃出中国特色。说到中餐的品质，刀工尤为重要。正确的握刀方法和用刀技巧、刀法技术的熟练程度、不同食材的加工方法、花刀造型的美观大方、刀法与菜品品质的内在关系等等，都是烹饪刀工的完美体现。俗话说“一把菜刀两斤半，学徒开始天天练”，即一语道出了烹饪刀工的重要性。只有真正领悟了厨艺与厨技的真谛，勤加苦练，才能达到刀轻如意、挥洒自如的艺厨境界。

再说这套丛书

立志成为一代“艺厨”是阿清的理想。传艺、教学、解惑之余，阿清还有一种顿悟之感：书是永恒的，有着非同一般的传承意义。于是，这样的想法促使他作出“著书立说”的决定，他觉得自己积累和擅长的一些东西需要被记录下来，让更多的人知道、了解和学习，尤其是对烹饪刀工技法的实操应用和不同食材加工刀法的经验总结，都具有极高的实用价值，广而告之，必将惠及于众。这样一来，便有了这套《烹饪刀工技法应用》丛书的问世。当然，阿清还有其他的美食厨艺方面的图书已经或即将出版，说到这里，我眼中的阿清，似乎在“艺厨”之外，又多了几分“儒厨”的味道。

这套丛书选题新颖，符合市场对烹饪刀工技法应用培训类图书的大量需求，各分册图书内容充实、注重实际操作，方法简明扼要，图片丰富精美，教学互动，浅显易懂。这套丛书的出版，将在烹饪培训、职业培训领域以及广大餐饮行业从业者中产生广泛而积极的影响。

“菜之品、刀之形”，说的就是这个道理。品味阿清源于美食的刀工，是为序，并祝愿阿清在未来的厨艺道路上一路走好。

赖咏
二〇一五年十月于广州

（赖咏，本丛书总策划，资深图书策划人，中国文化研究会发展研究中心研究员，安徽人民出版社广州编辑部总策划，香港名师文化出版有限公司出版人）

CONTENTS

目录

PART 1

7 水产海鲜类食材的加工刀法技巧

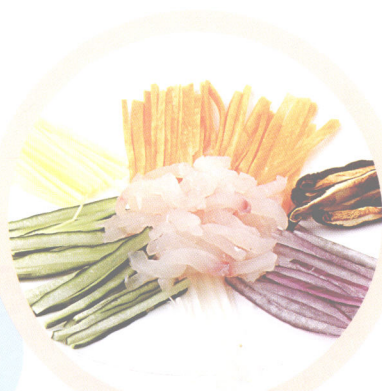
- 8 一 水产品的种类
- 9 二 优质水产品的选购方法
- 9 三 水产品的初加工刀工原则
- 10 四 水产品食材的基本加工刀法



PART 2

11 常见河鲜类食材的加工刀法实例

- | | |
|--------|--------|
| 12 鲢鱼 | 28 白鳢 |
| 16 鲫鱼 | 30 太阳鱼 |
| 18 鲤鱼 | 32 田鸡 |
| 20 胖头鱼 | 34 桂鱼 |
| 23 鲮鱼 | 35 鳊鱼 |
| 24 生鱼 | 36 草虾 |
| 25 泥鳅 | 39 河虾 |
| 26 鳝鱼 | 40 白鲟鱼 |
| | 42 甲鱼 |
| | 44 罗非鱼 |
| | 46 黄颡鱼 |



CONTENTS

目录

PART 3

47 常见海鲜类食材的加工刀法实例

- | | | | |
|----|-----|----|-----|
| 48 | 龙虾 | 84 | 多宝鱼 |
| 50 | 八爪鱼 | 86 | 黄角利 |
| 53 | 对虾 | 88 | 象拔蚌 |
| 54 | 蟹 | 90 | 海螺肉 |
| 56 | 蟹肉棒 | 91 | 小龙鱼 |
| 57 | 青口 | 92 | 银鳕鱼 |
| 58 | 三文鱼 | 93 | 生蚝 |
| 60 | 墨鱼 | 93 | 扇贝 |
| 66 | 鱿鱼 | 94 | 海带 |
| 69 | 带鱼 | | |
| 70 | 海蜇 | | |
| 71 | 鲈鱼 | | |
| 76 | 马鲛鱼 | | |
| 77 | 扒皮鱼 | | |
| 78 | 琵琶虾 | | |
| 79 | 平鱼 | | |
| 80 | 蛙鱼 | | |
| 81 | 小沙鱼 | | |
| 82 | 白花鱼 | | |

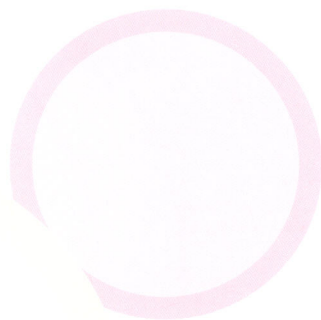


PART 1

水产海鲜类食材的加工刀法技巧



水产品营养丰富，含有大量的脂肪、蛋白质和无机盐，是人们日常生活的主要食品，也是菜肴的主要原料之一。要想烹调出鲜美可口的鱼虾菜肴，就应该了解各种水产的特点，掌握水产品的初步加工方法。



一 水产品的种类

水产品原料是指生活在海洋、江河、湖泊、池塘或人工养殖的鱼类、虾类、蟹类、贝类、藻类等。

1. 鱼类 分海鱼和淡水鱼两大类，主要品种有：带鱼、鲳鱼、鲛鱼、墨鱼、草鱼、银鱼、鲫鱼、鳊鱼、黄鳝、桂鱼、鲤鱼、鲶鱼、甲鱼、胖头鱼、鲢鱼等。

2. 虾类 主要分海水虾和淡水虾。常见淡水虾有青虾、河虾、草虾；常见海水虾有对虾、龙虾、竹节虾、基围虾、白虾等。

3. 蟹类 主要品种有大闸蟹、肉蟹等。

4. 贝类 主要品种有牡蛎、蛤蜊、淡菜、田螺、海螺、河蚌、鲜贝、干贝等。



二 优质水产品的选购方法

在选购水产品时，一定要选新鲜的，水产品的质量好坏可从以下几个方面来鉴别：

1. 鱼类是否新鲜的鉴别方法

鱼类是否新鲜可以从鱼鳃、鱼眼、鱼体表皮和鱼肉组织来进行鉴别。新鲜鱼的鳃色泽鲜红或粉红，鳃盖紧闭、黏液较少、呈透明状、没有气味；新鲜鱼的眼澄清而透明、完整且向外稍凸出，周围没有充血和发红现象；新鲜鱼的表皮上黏液较少，体表清洁，鱼鳞紧密、完整而光亮；新鲜鱼的肌肉组织紧密而有弹性，肋骨与脊骨处的鱼肉组织很结实。

2. 鱼类是否鲜活的鉴别方法

观察其在水中游动是否活泼，对外界的刺激有无敏锐的反应，身体各部分如口、眼、鳃、鳍是否完整无残缺、无病害等。

3. 虾类的品质鉴别方法

这可以从虾的外形、色泽、肉质等方面来进行鉴别。新鲜的虾，头尾完整，有一定的弯曲度，虾身较挺，虾壳发亮，呈青绿色或青白色，肌肉坚实、细嫩。活虾会在水中游动，体形完整无残缺。

4. 蟹类品质的鉴别方法

可以从蟹的外观、色泽、体质及肉质等几方面来进行鉴别。新鲜的蟹，腿肉坚实肥壮，用手捏有硬感，脐部饱满，分量较重，外壳呈青色泛亮，腹部发白，肉质鲜嫩。如果是活蟹，将其翻扣在地上，它能迅速地翻转过来。

5. 贝类的品质鉴别方法

可以从贝类的外形、色泽、肉质、清洁程度这几个方面来进行鉴别。新鲜的贝类原料外壳完整、不破碎，壳能张闭，自行呼吸，有各自固有的色泽、花纹和斑点，肉质厚实、鲜嫩、色白不腐，肉砂不混合。

三 水产品的初加工刀工原则

1. 根据品种规格合理加工

初加工时，要求根据水产品的不同特性，以保持其营养成分、鲜美滋味以及形体特征为前提，对不同的水产品采取不同的方法和步骤。

2. 根据不同的切配、烹调要求进行初步加工

水产品的切配、烹调方法具有多样性，完成初加工的方法也很多。因此，需要紧密联系切配、烹调方法的要求，选择最合适的方法完成初加工。

3. 合理使用原料

初加工前，应充分了解原料的特性，量材而用，不浪费原料。

4. 除尽污秽杂质，确保清洁卫生

鱼、虾、蟹、贝类等水产品本身就有某些部位不能食用，如鱼鳞、鱼鳃、鱼鳍、鱼骨、硬壳、内脏、黏液、血污、砂粒、皮膜、硬皮等，同时，这些部位往往含有较重的腥臭气味，因此在初步加工过程中，要及时、合理、有效地清除这些部位，以便更好地体现出水产品特有的鲜美滋味。

四 水产品食材的基本加工刀法

水产品中动物性原料主要采用刮鳞、去鳃、去内脏、褪砂、剥皮、宰杀、泡烫、摘洗等方法。

1. 刮鳞

需要刮鳞的鱼很多，处理的大体过程是：刮鳞→去鳃→除内脏→洗涤。刮鳞要倒刮，有些鱼的背鳍和尾鳍非常尖硬，应先去掉。有的鱼如鲈鱼的鳞含有丰富的脂肪，味道鲜美，不应刮掉。

2. 去鳃

可用剪刀、手来挖，但黄花鱼、大王鱼的鳃需用筷子绞出。鲤鱼和鲫鱼的鳃要用刀挖出，鲨鱼的鳃很坚硬，需用剪刀剪。

3. 去内脏

多数采用剖腹的方法。为了保持某些鱼的形体完美，可将其内脏从口中取出。取淡水鱼内脏不要碰破苦胆，以防止鱼味变苦。去除内脏后要用清水冲洗干净鱼的污秽和血水，以保持鱼肉的鲜美。

4. 褪砂

需要褪砂的鱼类主要是鲨鱼，处理过程是：开水烫→褪砂→取内脏→洗涤。开水烫是根据鱼质老嫩程度，分别运用不同温度的热水浸烫。鱼质老，水温可高些；质嫩，水温可低些。不要长时间烫，避免烫破鱼皮。褪砂是用刀刮去砂，不要将砂粒扞入肉内。

5. 剥皮

有些鱼的表皮很粗糙，颜色发黑，影响菜肴的质量，因此需要剥皮后再烹制食用。其处理过程大体是：刮鳞→剥皮→去鳃→开膛→洗涤。剥皮前需先刮去不发黑的那一面鳞片，然后从头部开一刀口，将皮剥掉，接着才是剖腹取内脏，用清水冲净血水。

6. 泡烫

主要用于鳝鱼的初加工。加工方法有两种，一是生处理，二是熟处理。熟处理的过程是：烫煮→剔肉→洗涤→改刀。具体步骤为：将活鳝鱼放入锅内，加入清水、食盐、醋。盖严锅盖，将水烧开，见鱼张开嘴倒入凉水冲洗。最后根据需要用刀剔下鱼肉，改刀备用。

7. 宰杀

需要宰杀处理的产品，常见的有甲鱼。加工过程是：宰杀→烫皮→开壳→取内脏→洗涤。

具体步骤为：将活甲鱼腹部朝上，待头伸出用刀剁去。将宰杀后的甲鱼放入热水中烫一会捞出，刮去外膜，沿裙边骨缝处用刀割开，将盖掀起，取出内脏，用清水洗净。然后，根据需要改刀。

8. 摘洗

一般软体水产品，大多采用摘洗的方法处理，如墨鱼、章鱼等。以墨鱼为例：先将头部拉出，剥去外皮、背骨，用手将鱼身拉成两片，洗净即可。

常见河鲜类食材的加工刀法实例



温馨提示：



水果刀



桑刀



片刀

本书内图中使用水果刀作示例是为了保持图片的美观，实际操作时应使用常规的片刀及桑刀。

【 鲢 鱼 】

鲢鱼俗名叫草鱼，它与青鱼、鳙鱼、鲢鱼并称为我国四大淡水鱼。其肉质细嫩、骨刺少、营养丰富，并且很适合切花刀制作菊花鱼等造型菜，因此深受人们喜爱。



松鼠鱼

操作步骤: ▶▶▶

1. 用去鳞刷打去鱼鳞。
2. 用刀切去鱼鳃。
3. 将鱼肚切开，去除鱼的内脏。
4. 用清洁布擦去鱼体内的黑膜。
5. 用刀斩去鱼背鳍。
6. 从鱼鳃下面1厘米左右处斩下鱼头。
7. 把鱼头斩开。
8. 用刀从脊骨处切开鱼肉。
9. 斩去鱼脊背骨。
10. 切去鱼排。
11. 用斜刀切片，但不要切断。
12. 再用直刀切花刀。
13. 用同样方法将另外一边切出花刀。



制作菜式

适合于做松鼠鱼、双味鱼、菊花鱼等菜式。

