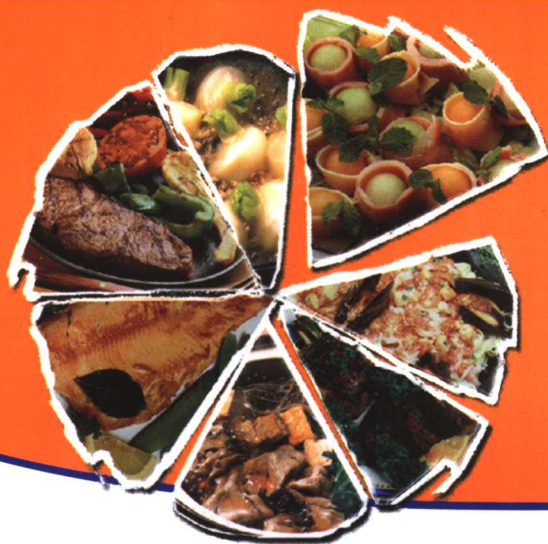




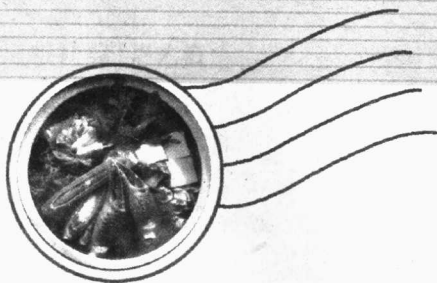
# Cai dian Jiushui **Zhishi** 菜点酒水知识

贺正柏◎主编



旅游教育出版社

Cai  
dian  
Jiushui **Zhishi**  
菜点酒水知识



贺正柏◎主编

旅游教育出版社

· 北京 ·

责任编辑:李荣强 朱海犀

图书在版编目(CIP)数据

菜点酒水知识/贺正柏主编. -北京:旅游教育出版社,2007.8  
ISBN 978-7-5637-1535-0

I. 菜… II. 贺… III. 饮食-文化-世界 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 123922 号

菜点酒水知识

贺正柏 主编

|        |                                     |
|--------|-------------------------------------|
| 出版单位   | 旅游教育出版社                             |
| 地 址    | 北京市朝阳区定福庄南里 1 号                     |
| 邮 编    | 100024                              |
| 发行电话   | (010)65778403 65728372 65767462(传真) |
| 本社网址   | www.tepcb.com                       |
| E-mail | tepx@163.com                        |
| 排版单位   | 首都经贸大学出版社激光照排部                      |
| 印刷单位   | 北京晨光印刷厂                             |
| 经销单位   | 新华书店                                |
| 开 本    | 787×960 1/16                        |
| 印 张    | 18.25                               |
| 字 数    | 298 千字                              |
| 版 次    | 2007 年 9 月第 1 版                     |
| 印 次    | 2007 年 9 月第 1 次印刷                   |
| 印 数    | 1—5000 册                            |
| 定 价    | 26.00 元                             |

(图书如有装订差错请与发行部联系)

## 编委会名单

主 编:贺正柏

副主编:栾鹤龙 金 敏 殷 剑

# 序

近年来,随着我国经济的繁荣发展,饭店业和餐饮业也取得了蓬勃的发展。截至2006年年底,我国的星级饭店已达1.4万余家,经济型饭店和特色主题饭店也异军突起,饭店的发展呈现出百花齐放的繁荣景象。

本书是为了培养饭店业所需的职业经理人、点菜师而编写的教材,知识准确、实用性强、通俗易懂,便于读者掌握和学习。本书与其他同类型教材相比,具有以下特点:

(1)在书在结构体系上进行了大胆的尝试,对中国菜和外国菜以及菜点开发与创新,有自己独到的见解。

(2)对重要专业术语、菜点酒水名称均配有英文注解,便于读者学习。

(3)本书作者既具有丰富的烹饪实践经验,又有从事多年的餐饮教学工作经历,因此,本书理论联系实际,对学生的实践具有较强的指导作用。

(4)本书配有相关课件,便于教学。需要者请与旅游教育出版社发行部联系相关下载事宜。

我们期待本书的出版,能更好地为广大的饭店从业者及旅游专业的师生服务。

四川省旅游学校 范运铭  
2007年7月

# 目 录

|                     |       |
|---------------------|-------|
| 第一章 烹饪概述 .....      | (1)   |
| 第一节 烹饪的意义 .....     | (1)   |
| 第二节 烹饪原料 .....      | (4)   |
| 第三节 烹饪技术 .....      | (10)  |
| 第四节 菜品命名 .....      | (18)  |
| 第五节 筵席菜肴 .....      | (22)  |
| 第二章 中国菜 .....       | (26)  |
| 第一节 中国菜概述 .....     | (26)  |
| 第二节 四大菜系 .....      | (33)  |
| 第三节 其他菜系 .....      | (49)  |
| 第四节 地方风味菜 .....     | (59)  |
| 第五节 中式面点 .....      | (63)  |
| 第三章 外国菜 .....       | (79)  |
| 第一节 西餐概述 .....      | (79)  |
| 第二节 法国菜 .....       | (84)  |
| 第三节 俄罗斯菜和意大利菜 ..... | (86)  |
| 第四节 其他国家菜 .....     | (89)  |
| 第五节 西式面点 .....      | (93)  |
| 第四章 菜点开发与创新 .....   | (101) |
| 第一节 菜肴创新 .....      | (101) |
| 第二节 现代快餐 .....      | (109) |
| 第三节 药膳 .....        | (114) |
| 第四节 茶膳 .....        | (122) |
| 第五章 饮料概述 .....      | (128) |
| 第一节 饮料分类 .....      | (128) |
| 第二节 酿酒原理 .....      | (135) |

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| 第六章 软饮料 .....         | (140) |
| 第一节 茶 .....           | (140) |
| 第二节 咖啡、可可 .....       | (153) |
| 第三节 无咖啡因饮料 .....      | (160) |
| 第四节 软性饮料与混合饮料制作 ..... | (167) |
| 第七章 蒸馏酒 .....         | (173) |
| 第一节 中国白酒 .....        | (173) |
| 第二节 白兰地 .....         | (181) |
| 第三节 威士忌 .....         | (190) |
| 第四节 其他蒸馏酒 .....       | (196) |
| 第八章 酿造酒 .....         | (203) |
| 第一节 葡萄酒 .....         | (203) |
| 第二节 啤酒 .....          | (223) |
| 第三节 中国黄酒 .....        | (231) |
| 第九章 配制酒 .....         | (237) |
| 第一节 中国配制酒 .....       | (237) |
| 第二节 外国配制酒 .....       | (242) |
| 第三节 中外鸡尾酒 .....       | (247) |
| 附 录 .....             | (264) |
| 附录一:饮食服务业职业道德 .....   | (264) |
| 附录二:饮食习俗 .....        | (265) |
| 附录三:鸡尾酒调制实例 .....     | (276) |
| 主要参考书目 .....          | (284) |

# 第一章

中国烹饪协会、中国烹饪学会、中国烹饪名师工作室、中国烹饪大师工作室、中国烹饪大师工作室、中国烹饪大师工作室

## 烹饪概述

### 知识要点

1. 了解什么是烹饪及烹饪内容。
2. 了解烹饪原料。
3. 了解烹饪技术。
4. 掌握菜品的命名。
5. 掌握筵席菜点设计。

## 第一节 烹饪的意义

### 一、烹饪的概念

烹饪的本义是加热食物使之成熟,一般专指菜肴和饭食。具体而言,烹饪是人类为满足生理和心理需求,将可食性的物质原料,通过适当方法加工成菜肴、主食和小吃等成品的活动。

烹饪包括以下几个含义:

首先,烹饪是具有一定艺术性的技术。其艺术性自然渗透到食品原料加工过程中,和技术水乳般融合在一起。

其次,烹饪包括对烹饪原料的认识、选择和组织设计;烹饪方法的应用;菜品、菜肴、食品的制作;饮食生活的组织;烹饪效果的体现等全过程。

第三,烹饪技术包括多种技术手段,并且以一定的技术设备为条件。

第四,烹饪技术的直接目的和客观作用是满足人们不断变化的生理和心理需求。

### 二、烹饪的基本内容

烹饪是人类的一种创造活动,其基本内容是利用可食用的原料生产制作菜肴、主食、小吃和点心。

### (一) 菜肴

菜肴是以动物性原料和蔬菜等为主料烹制的。菜肴按加工类别分为冷菜、热菜、大菜、小菜等。按消费类别分为家常菜、市肆菜、官府菜、宫廷菜、寺观菜等。其本质属性体现在色、香、味、型、质、营养、卫生等方面。

### (二) 主食

主食是中国膳食中供给人体所需主要能量的正餐食品,如米饭、馒头等。由于地理和历史等原因,我国大部分地区以粮食制品为主食,以肉类、蔬菜制品为副食。不同地区的主食各有特点,如长江以南多以大米制品为主食,如米饭、粉团等;长江以北则以小麦、玉米制品为主食,如馒头、窝头等。

### (三) 小吃、点心

小吃、点心是用于早点、夜宵、茶食或宴席间的点缀食品,如油条、汤圆、糕点等。它以量少、精致而有别于主食和菜肴。

## 三、烹饪的作用

### (一) 促进人类步入文明

人类用火熟食,摆脱了生吞活剥的野蛮生活方式,从根本上与其他动物区别开来,步入了文明社会。随着烹饪方法由简到繁,由粗到精的演变,饮食生活逐步由果腹充饥升级为生理和心理综合的美感享受。

### (二) 改善人类的饮食生活

烹饪技术丰富了食物的美感属性,提高了食物的营养价值,创造出了适口、悦目、养生、保健的美食,极大地改善了人类的饮食生活。

### (三) 繁荣社会经济

烹饪技艺是一种社会生产力,它把食品制作成风味菜点,使其具备了商品属性,从而促进了餐饮市场的形成和繁荣,为社会化服务增添了活力,在社会经济发展中产生了较大的推动力。

### (四) 有益于人们的社会交往

随着人类社会不断发展,交际性的社会活动日益增多,无论是亲朋间走访看望、婚庆嫁娶,还是社会团体、企事业单位、国内和国际间的友好往来,都需要适当的饮食招待以表达主人对客人的一份热情。精湛的烹饪技艺是保证食品质量的重要因素,它为人们的社会交往增添了色彩。

## 四、烹饪要素

烹饪是一种复杂而有规律的物质运动形式。它在选料与组配、刀工与造型、施水与调味、加热与烹制等环节上既各有所本,又互相依存,有着特殊的原理与法则。

### (一) 原料

#### 1. 主料

主料是烹饪的物质基础,也是烹饪诸要素的核心。

#### 2. 调味品

调味品可赋予菜品特殊的风味。味是菜品质量中最主要的指标,也是饮食审美的基本要求。欲使呈味物质进入原料,须解决一系列技术难题,其间变化甚多,而且不易把握。厨师水平的高低多以调味准否来衡量,故而它在烹饪中有定性定质的作用。

### (二) 工具

#### 1. 刀

刀的主要作用是切削。不同的刀法和刀口,不仅可以美化菜品,还影响原料成熟的快慢。通过刀工,分割出烹饪所需要的原料,起到进一步选料的作用。不论生切、熟切,都是烹调工艺流程中的重要环节。

#### 2. 炉

炉是烹饪的必需设备,不同的炉灶适用于不同的烹调技法。炉灶设计科学与否,对菜品质量有直接影响。炉灶不能得心应手,厨师的技艺就难以正常发挥。“工欲善其事,必先利其器”,炉灶亦然。

#### 3. 火

火能够直接使原料发生由生到熟的质变,在烹饪中至关重要。烹的实质,就是用火。如何用火,大有讲究。由于火的变化“精妙微纤”,故不同的火候可形成不同的技法,制出不同风味和质地的菜品。

#### 4. 器

器主要指炊具,它既是传热的媒介,又是制菜的工具。不同的炊具有不同的效用,可以形成不同的技法。

### (三) 水

水是烹饪中的辅助物,几乎每道工序都不可缺少。它可以传热、导味,也可保护营养素,还能约制菜品的外观与口感。

### (四) 方法

方法即技法,如生烹(含理化反应、微生物发酵、味料渗透),熟烹(含火烹、水烹、汽烹、油烹、矿物质烹、混合烹)。技法既是工序,又是技巧,还是规程,更是上述七个要素有机的结合。不同的技法可制出不同的菜肴,这也是地方风味的成因之一。

## 第二节 烹饪原料

### 一、中餐原料

我国的烹饪原料总数达万种以上。稻麦豆薯、干鲜果蔬、畜禽鸟兽、鱼鳖虾蟹、蛋奶菌藻、本草花卉,乃至昆虫野菜都可选做烹饪原料。

#### (一) 中餐原料分类

##### 1. 根据烹饪原料的作用分类

###### (1) 主配料

主配料是构成菜点主体的烹饪原料,绝大部分品种既可作主料又可作配料,难以截然划分,故概称为主配料。主配料又可分为天然性主配料和加工性主配料两类。

###### (2) 调味料

在烹饪过程中用于调和菜点口味的原料统称为调味料,又称调味品。调味料包括咸味、甜味、酸味、辣味、香味、鲜味调料和其他调料。

###### (3) 佐助料

在烹饪过程中对菜点的色、香、味、型和质感产生帮助或促成作用的烹饪原料统称为佐助料。主要品种有水、油脂、淀粉及各种食物添加剂。

##### 2. 根据原料本身的性质分类

###### (1) 植物性原料

植物性原料是指植物中可被人类作为烹饪原料的一切植物体,主要有粮食、果品、蔬菜三大类。

###### (2) 动物性原料

动物性原料主要指动物中可被人类作为烹饪原料使用的一切动物及其附属产品,包括畜禽、水产、蛋奶、野味及虫类。

###### (3) 矿物性原料

矿物性原料是指某些用地质矿物制取的被人类用作烹饪原料,如食盐、纯碱、明矾等。

###### (4) 人工合成原料

人工合成原料是指一些化学物质通过人工合成被用于烹饪的原料,如合成香精、合成色素等。

##### 3. 根据原料加工与否分类

这种原料可分为鲜活原料、干货原料、复制品原料等。

## (二) 中餐原料主要品种

### 1. 家禽类

家禽类原料是指人工饲养的鸟类动物,主要有鸡、鸭、鹅、鹌鹑、肉鸽、火鸡等。

### 2. 家畜类

家畜类原料通常指人工饲养的哺乳动物,是人类肉食的主要来源。家畜种类很多,如猪、牛、羊、驴、马、骡、狗、兔、骆驼等。

### 3. 畜禽制品

畜禽制品分腌制品、脱水制品、灌肠制品、其他制品(烟熏制品、烘烤制品、酱卤制品、罐装制品)四大类,主要品种有:火腿、腊肉、香肠、香肚、肉松等。

### 4. 水产品

水产品是产于江河湖海的各种可食性原料的统称,主要有鱼类、虾蟹类、软体类和其他水产类。

### 5. 蔬菜类

蔬菜是新鲜植物的根、茎、叶、花等可供食用的一类烹饪原料。

### 6. 干货制品

干货制品是由各种动植物鲜活原料经过脱水加工而成的一类烹饪原料,主要有海味类干货(如鱼翅、海参);陆生类干货(用各种畜、禽、野味、蔬菜等鲜活原料干制品而成,多数属于山珍,品种很多,其中驼峰、鸵蹄、板鸭、哈士蟆油、香菇、猴头菇、竹荪、冬虫夏草等较名贵)。

### 7. 调味品

调味品是在烹饪过程中用于调味的原料的统称,如酱油、盐、味精、醋、蚝油等。

## 二、西餐原料

### (一) 家禽

根据肉色,家禽可分为两类:深色肉类和浅色肉类,深色肉类包括鸭、鸽子、珍珠鸡、鹅等;浅色肉类又叫白肉类,包括雏鸡、童子鸡、阉鸡、公鸡、火鸡、母鸡等。

### (二) 畜肉

家畜肉在西餐中占有很重要的地位,是烹调的肉类原料的主要来源。西餐中使用的家畜肉主要有牛、猪、羊等,其中牛肉的使用量最大。家畜肉适应多种烹调方法,可制作各式各样的美味佳肴,还可加工成各种肉制品。

### (三) 奶制品

西餐的显著特点是奶制品使用广泛。不论在菜肴、西点,还是在汤中,都奶香馥郁。西式菜点较多地使用奶制品的主要原因是欧美各国畜牧业十分发达,奶牛饲养量大,牛奶的产量高。欧美人均年消费牛奶量居世界第一。

#### (四) 野味

野味是西餐的重要组成部分。大多数野味都在冬季食用,原因是冬天的野味肉质比较鲜嫩。目前,发达的科技使不少野味品种都能人工饲养,一年四季均有供货。常用的品种有野山羊、野兔、獐、野猪、野鸡、松鸡、鹧鸪、鹌鹑、野鸽、斑鸠等。

#### (五) 鸡蛋

鸡蛋在西式烹饪中是不可缺少的材料。虽然在西餐烹饪中,鸡蛋一般不作为主料,但在早餐和西点制作中,鸡蛋是不可替代的主要原料。

在美国,根据蛋白质在蛋壳内部体积的比例和蛋黄的坚固度,将鸡蛋分为特级(AA)、一级(A)、二级(B)和三级(C)。特级蛋的蛋白质体积最大,其蛋黄也最坚硬,因此,它适用于煎、水泡等任何方法。一级蛋适用于快煮。二级蛋不适用以上方法,可作他用。

#### (六) 水产品

鱼类在西餐中属于主菜,用量较大,但鱼类水分多,容易变质,因此,对鱼类的选择甚为重要。西餐鱼类选择的标准是:鱼目必须明亮、圆鼓、不下陷;鱼鳃须呈鲜红色;鱼身须硬实并有弹性;鱼鳞应平滑、湿润、丰满;表皮应附新鲜黏液;气味须新鲜。

#### (七) 蔬菜

蔬菜在西餐烹饪中使用非常广泛,西餐中常用的蔬菜有以下几种。

##### 1. 茎菜类

茎菜类是指以肥大的变态茎作为食用的蔬菜。常见的茎菜类有莴苣、茼蒿、紫菜苔、土豆、芋头等。

##### 2. 果菜类

果菜类是指以果实和种子作为食用的蔬菜,按照果菜的特点,又可分为茄果、瓜类和荚果三大类。如番茄、茄子、辣椒、黄瓜、北瓜、冬瓜、菜瓜、西葫芦、南瓜、大豆荚、刀豆、扁豆、豇豆、嫩蚕豆、嫩豌豆等。

##### 3. 叶菜类

叶菜类是指以肥嫩菜叶及叶柄作为食用的蔬菜。常见的叶菜有小白菜、油菜、菠菜、莴菜、芥菜、雪里蕻、瓢儿菜、红球叶菜、大白菜、甘蓝、大葱、韭菜、青蒜、芹菜、茼蒿、茴香菜、豌豆苗等。

##### 4. 根菜类

根菜类是指以肥大根部作为食用的蔬菜,常见的根茎有萝卜、胡萝卜、蔓菁、山药等。

##### 5. 花菜类

花菜类是指以菜的花部作为食用的蔬菜。花菜的种类不多,常见的有黄花菜、花椰菜等。花菜类食用特点是特别鲜嫩。

## 6. 食用菌类

食用菌类是以无毒菌类的子实体作为食用的蔬菜,如蘑菇、黑木耳、白木耳等。

## 三、新潮原料

随着经济的发展,一方面,交通条件的改善,烹饪原料的地域性局限大大减弱,不少国外烹饪原料纷纷进入国内,走上百姓的餐桌。另一方面,科学技术和生产工艺的进步,不少烹饪原料新品种被开发、培育出来。不少原料营养丰富、风味独特,一进入市场便为烹饪行家和消费者接受,因而涌现出许多特色菜肴。目前较为新潮的烹饪原料有:

### (一) 水果类

水果是人们生活中不可或缺的一种食物,也是人类饮食结构中的一个重要组成部分。近年来,餐饮市场对水果的需求,无论是品种还是数量都有较大的拓展,且成为餐饮的时尚选择。除了常见的水果品种外,又有不少水果加入了烹制的行列,如蛇果、芒果、木瓜、猕猴桃、椰子、甘蔗、柠檬、火龙果、红毛丹等。菜肴制作甜、咸均有,主、辅皆可。有的水果与燕窝、哈士蟆油、鱼翅等高档原料相匹配,具有其他原料无法企及的效果。

### (二) 蔬菜类

#### 1. 洋菜

洋菜是从国外引进的质地优良的蔬菜新品种的总称。这些品种与国内一般蔬菜相比,风味独特、色调别致、营养丰富,不少品种还寓药于食,具有一定的药用保健功效。

根菜类有牛蒡、根芹菜、婆罗门参等;茄果类有樱桃番茄、五彩甜椒、香艳茄等;绿叶类有西芹、洋菠菜、大叶茼蒿、橘红心白菜等;甘蓝类有紫甘蓝、羽衣甘蓝、孢子甘蓝、西兰花等;瓜菜类有小南瓜、厚皮甜瓜、西葫芦、切根黄瓜等;多年生洋菜有辣根、黄秋葵、芦笋、玉米笋等。

#### 2. 野菜

野菜即野生蔬菜,主要包括某些森林、海洋、荒野、湖滩植物的根、茎、叶、果、花和菌藻类原料。随着饮食回归自然理念的掀起,野生蔬菜越发受人青睐。由于野生蔬菜生长于山野、荒郊、水荡,全凭天然生长,少污染,无残毒,食之对人体无任何不良作用,因而成为纯天然的绿色食品。最受欢迎的是被人们称为“森林蔬菜”和“海洋蔬菜”的野生品种。

森林蔬菜是国内外时兴的热门货,它生长于山区、森林、田野,无环境污染,营养丰富,且具有较高的医疗保健作用。常见的有苜蓿、荠菜、马兰头、马齿苋、鱼腥草、蒲公英、萎蒿、蕨菜等。

海洋蔬菜将成为21世纪的健康食品。海洋蔬菜即常见的海带、紫菜、裙带菜等

海藻。海藻含人体必需的营养物质,由于光合作用,海藻把海洋里的种种无机物转化为有机物,因此海藻内含有陆生蔬菜中所没有的植物化合物,对人体十分有益,尤其是对困扰现代人的许多疾病具有良好的防治作用。常见的海洋蔬菜有海带、鹅掌菜、裙带菜、苔菜、石花菜、麒麟菜、鹿角菜、石莼等。

### 3. 特菜

特菜即特种蔬菜,是20世纪80年代开始出现的各种新型蔬菜的总称。特菜包括异地引进的种类和品种,由观赏、药用转为食用的种类及由某种蔬菜类新扩展的种类等。特菜有明显的时间性、区域性和创新性,近年来受到生产者、消费者和烹饪专业人员越来越多的重视。

特菜品种繁多,琳琅满目。白菜类有奶白菜、小白菜、京水菜、叶盖菜等;绿叶菜类有生菜、油麦菜、珍珠菜、人参菜等;根茎菜类有天绿香、何首乌、菊芋、百合等;瓜果类有香瓜茄、四棱豆、节瓜等;水生类蔬菜有蒲菜、西洋菜、海菜花、莼菜等。

近年来“特菜”的种植、选用、烹制又有了新的变化,出现了彩色蔬菜。彩色蔬菜是指传统蔬菜中许多颜色特殊的品种,如甜椒中的青、红两色;七彩甜椒又有橙、红、黄、紫、深绿、浅绿、宝石绿七色;番茄由大红而变成宝石红、樱桃红、黄、金黄、绿,还有一种番茄表皮有红、黄、绿宽条纹相间的色彩;花菜中的紫、绿、黄色等。

袖珍蔬菜是指传统蔬菜中那些小巧玲珑的品种。袖珍蔬菜以美观可爱、食用方便、营养丰富为特色。它既包括了一些传统蔬菜改良后的新品种,也有科研人员新近培育的稀特品种。袖珍蔬菜主要品种有袖珍黄瓜、袖珍番茄、袖珍白菜、袖珍甘蓝、袖珍茄子、袖珍辣椒、袖珍南瓜、袖珍冬瓜等。

种芽蔬菜是指各种作物的种子生成细芽供食用的蔬菜。此类蔬菜无公害、规模化,培育方式灵活,风味别致。种芽蔬菜分两类,一类为种芽,另一类为体芽。种芽菜有黄豆芽、绿豆芽、蚕豆芽、花生芽、芝麻芽、萝卜芽、苜蓿芽、豌豆苗、谷芽、荞麦芽等;体芽菜有枸杞头、竹笋、芦笋、龙芽槐木、佛手瓜茎梢、菊花脑、花椒芽等。

### (三) 花卉类

古人以花入肴,不仅取其色艳、香清和味美,还因它有健康保健、祛病延年之功。自然界许多花卉都可以食用,兰花色泽淡雅、清香鲜爽,是原味去腻、淡味提香的理想配料;梅花花质细嫩,多人羹肴,以存其色香味;梨花清香甜淡,入菜时多以之点缀佳肴;榆钱烹饪后色泽或金黄或碧绿,气味香甜绵软而浓郁扑鼻,不失时鲜风味;夜来香花香蒸腾四溢,入菜沁人脾胃。

欧美、日本等国食花已很流行,并出现了食用花研究会、花料理教室,还生产了不同品种的鲜花食品罐头。中餐用花做菜的方法也多种多样,糖渍、盐腌、水烫、入炒、炖汤、油炸、做馅、凉拌、热炆等均可。

### (四) 菌菇类

食用菌分为野生菌和栽培菌两大类。野生菌由于多种原因已很少在市场上见

到,产地也很少采集,目前市场供应的绝大部分是经人工栽培的菌菇。传统食用的香菇、蘑菇、草菇、银耳、黑木耳等早已人工栽培,连一些珍贵的食用菌,如竹荪、松茸、猴头菇、虫草、灵芝等也开始人工栽培。近年又出现了不少菌菇新品种,如白灵菇、杏鲍菇、滑子菇、茶树菇、鸡腿菇、珊瑚菌、珍珠菌、龙眼菌等。一些高档的菌菇原料,如羊肚菌、牛肝菌、松茸、花菇、鸡腿菇等也进入了菜谱。食用菌原料在几乎所有中菜烹制方法中都能应用,可做冷菜、热菜,也可进汤菜、点心。

### (五) 粮食类

米、面粉、杂粮制品等粮食类原料,通常用来制作主食,有些菜肴偶尔用到也多为挂糊、拍粉。随着当今营养观念的逐步普及和菜点制作技术的不断融合,粮食类也开始为许多菜肴所利用,并逐渐流行起一种新的菜点结合制作美味佳肴的模式。

粮食原料作主料入菜,一般采用两种形式。一是运用菜肴加工手段和烹调方法,将米、粉或其他制品直接做菜,传统的风味菜肴有桃花泛、虾仁锅巴、麻糖锅炸等。二是将加工成型的面点制品,改变其原有加热方式,借助菜肴的烹调方法,再加以一定辅料,制成菜肴,如由淮安传统名食馓子改良而成的三鲜茶馓,还有响铃鸡片、八宝卷煎饼等。三是利用粮食原料的特殊性能和口感,作为辅助原料大量出现在菜谱上,如中国名菜北京烤鸭,吃时用薄饼卷裹;香酥鸭子跟荷叶夹配合;干烧鲫鱼镶面是在烧鲫鱼盘中镶上制熟的面条,鱼面相配风味独特。

除稻米、小麦外,玉米、豆类、薯类等粮食类原料,也纷纷进入厨房,并创制了大量富有特色的菜肴。黑米、燕麦、荞麦、大豆、赤豆、绿豆等原料,因其所含特殊营养成分和独特风味,也不断为菜肴所选用。

### (六) 人造原料类

#### 1. 人造花生

人造花生用小麦胚芽、酪酸钠、大豆蛋白、氢化大豆油、花生香精、食用色素等加工而成。在烹饪中适用于炸、拔丝等方法。

#### 2. 人造大米

人造大米是以玉米粉、氨基酸、矿物质和维生素等成分加工而成的一种制品,营养全面。

#### 3. 人造植物肉

人造植物肉以大豆蛋白为主要原料加工而成的高蛋白食品,食之有似肉的感觉,味醇香,适宜于烧、烩、蒸、拌等方法。

#### 4. 人造火腿

人造火腿由40%的面粉和豆粉混匀后加水、植物油、植物蛋白、香料、调味品、果胶等加工而成,其色、香、味均不逊于火腿,烹饪用途同于火腿。

#### 5. 人造虾

人造虾由小米、大豆、玉米、蚕豆、芝麻等按一定比例混合,经浸泡、煮沸、加压、

加热后接种根霉发酵,直到物料被菌丝填满,然后粉碎,杀菌消毒,制成虾状外形,再放入虾味佐料、蛋白质、麸酸钠等配合的汁液中浸泡,捞出冷冻包装而成。使用时需解冻,烹制中略加些红黄色素,其色味能与真虾相比。

#### 6. 人造鱼子

人造鱼子由蛋白质、玉米油、鱼肝油、卵磷脂、鱼汁、食盐、明胶等原料经特殊工艺加工而成,其色泽与味感与天然鲑鱼子相同。

#### 7. 人造蜇皮

人工蜇皮以猪肉皮为主要原料,经特殊工艺加工而成,食用方式与天然海蜇相同。此外,还有人造蟹肉、人造肉皮、人造鱼翅等。

## 第三节 烹饪技术

### 一、中餐烹调技术

#### (一) 冷菜制作技术

冷菜是菜肴中一个重要的而颇具特性的种类,其制作技术是烹调技术中一个重要的组成部分。冷菜在筵席中具有先声夺人,突出显示筵席规模与水平的地位和作用。冷菜常用的制作方法有以下几种。

##### 1. 拌

拌是指将能生食的原料或熟制晾凉的原料加工切配成较小的丝、丁、片、块等形状,再用调味料直接调拌成菜的烹调方法。拌按选料和菜品特点分生拌、熟拌、生熟拌三种。

拌制的菜肴用料广泛,如熟料多用烧鸭、五香鸡、海蜇、鱿鱼、猪肚等;生料则多用莴笋、黄瓜、胡萝卜、番茄以及水果等。拌菜的调味料主要用精盐、醋、酱油、香油,也可根据不同口味需要加入白糖、味精、蒜泥、姜末、葱花、花椒油、辣椒油、芥末等。拌菜的口味有糖醋味、酸辣味、麻辣味、蒜泥味、姜汁味、红油味、怪味等。

拌菜具有香脆嫩、清凉爽口、味型多样等特点。

##### 2. 炆

炆是将加工成丝、片、条、块等形状的小型原料,以滑油或沸水打焯,以花椒、辣椒、精盐为主要调料调拌成菜的一种烹调方法。炆菜均得加热成熟,根据菜品需要,选择滑油炆或焯水的方式使原料断生。

炆菜的原料一般有莲菜、芹菜、冬笋、芦笋、茭白、豌豆、海米、鸡肉、鱼肉、虾仁等。炆菜常用的调味品有精盐、味精、姜丝、花椒油、胡椒粉、花椒面。

炆菜成品具有脆嫩、鲜咸、醇香、色泽鲜艳等特点。