

雅瑪

Uama

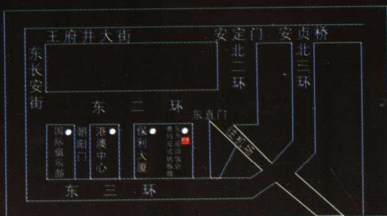
TEPPANYAKI SHOW BAR
雅瑪花式铁板烧餐吧



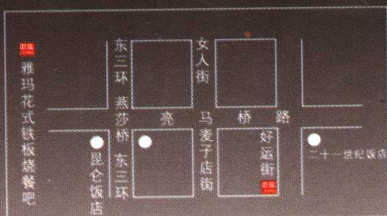
北京雅玛花式铁板烧餐饮有限公司已拥有3家自营花式铁板烧餐厅，目前还在筹建多家铁板烧餐厅，为京城铁板烧餐厅连锁店最多的餐饮企业。

北京雅玛花式铁板烧餐饮有限公司旗下有多名来自台湾、日本等地的铁板烧名厨，不仅能为食客提供精致美味，同时他们也培养了大批铁板烧专业技术人员，遍布全国，为国内铁板烧行业的蓬勃发展起到了一定的推动作用。

北京雅玛花式铁板烧餐饮有限公司创建人魏青具有丰富的铁板烧专业知识及餐饮经营管理经验，通过自身的优势，融合式、日式、法式等各派铁板烧所长，进行有效组合，创立了独特的雅玛花式铁板烧，在业界处于领先地位，带动了国内铁板烧行业的发展。



地址：北京市东城区东直门南大街6号
东方花园饭店2层
邮编：100027
电话：010-64150648 64168866-2278



地址：北京市朝阳区枣营路29号好运街23号
邮编：100026
电话：010-58670238 13701270768

雅瑪花式铁板烧餐吧
TEPPANYAKI SHOW BAR

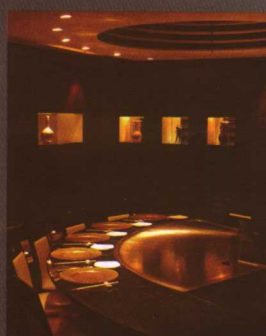


TEPPANYAKI SHOW BAR 雅玛花式铁板烧餐吧



铁板烧是将传统的后厨操作过程搬到了前台演示，增加了操作的透明度，并能与客人进行交流，让客人在进餐的同时能够欣赏到厨师精湛厨艺的一种餐饮形式。它的操作范围很广泛，煎、烤、烧、扒、蒸、煮、烩等几乎所有的烹饪手法都可以在这光亮平坦的铁板上完成。在雅玛花式铁板烧餐吧用餐时，客人所点的菜品都是那些手艺精湛的厨师在客人面前激情舞动刀铲的精彩献艺。同时，还能够为客人讲解关于铁板烧的饮食文化。每当完成一道菜肴，厨师都会以各种精美的盘饰造型展现出来，既保留了菜肴的营养，又保留了菜肴的色泽，真是让客人享受了一次视觉大餐，令人耳目一新。

雅玛花式铁板烧的特点主要体现在“花式”两个字上。其实许多顾客不只是为了品尝铁板烧的美味而来，还不乏出于欣赏厨师表演的目的。瞧，白衣高帽的厨师，凭着铁铲、叉子和小刀上下翻飞，拌着胡椒棒身前身后地窜动、高空抛鸡蛋的惊险等高难度动作，特别是有的特色菜品还要配以法国红酒点燃，当真是火焰热烈、激情燃烧，不时地令客人有种为厨师捏把汗紧张的感觉，让人们在享受美食的同时也享受到了精彩的表演。



请沿虚线剪下 ✂



北京雅玛花式铁板烧餐饮有限公司

会员卡

订餐电话：5867 0238

凭此卡零点就餐可享受八折优惠，

报名参加铁板烧培训可享受九折优惠。

电话：13701270768 13701231694

Email: Uama58670238@126.com

此卡最终解释权归本店所有

雅瑪
Uomo

雅瑪鐵板燒名廚

魏青

北京雅瑪花式鐵板燒餐飲有限公司總經理，烹飪高級技師，畢業於烹飪專科學校，有豐富的廚房操作、管理、經營的專業知識。

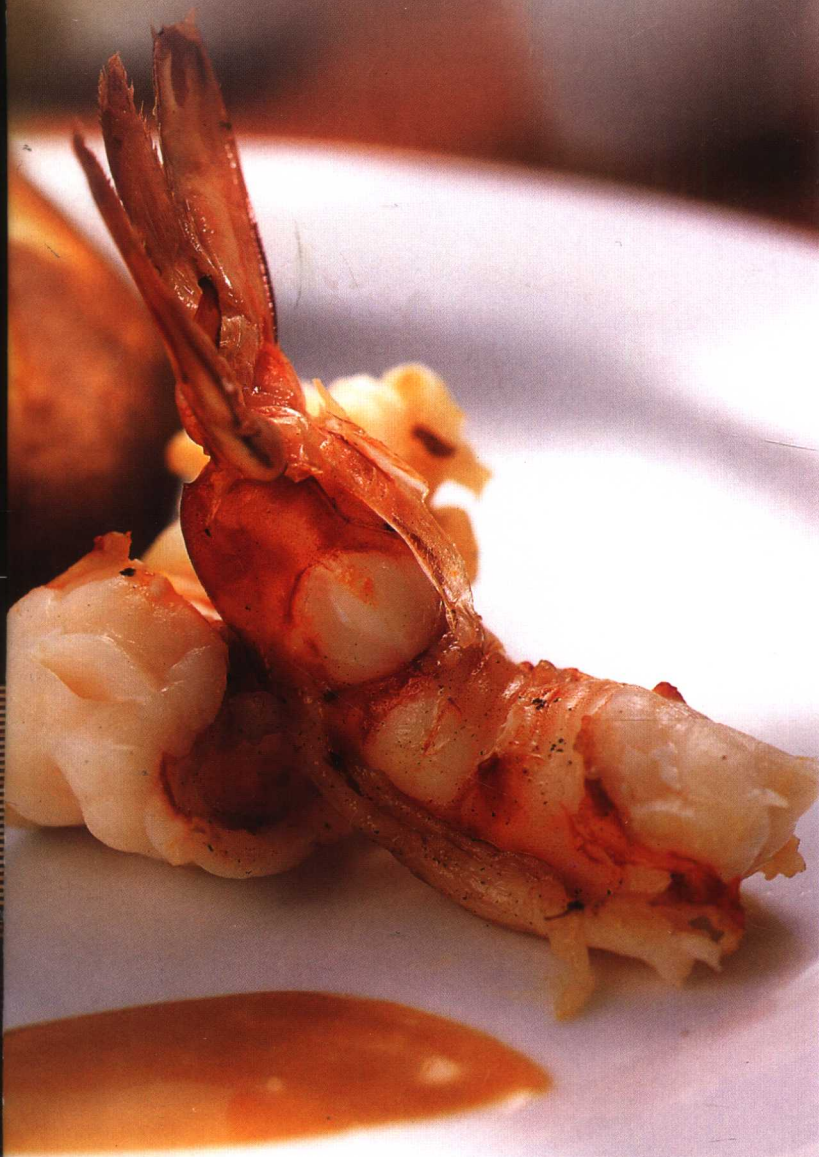
從事鐵板燒行業近20年，在五星级酒店工作的10多年中積累了大量的鐵板燒廚房管理和經營理念。同時，掌握法式、日式、台式及各檔次鐵板燒烹飪技術，擔任過廚師長、店長等職位13年。創建、管理多家知名鐵板燒餐廳，並為國內多家鐵板燒餐廳進行策劃、籌備。

現在經營管理北京雅瑪花式鐵板燒餐飲有限公司，擁有3家連鎖店。目前，與北京崇文培研職業技能培訓學校合作創建北京第一家具有正規辦學資質的鐵板燒專業培訓學校，長期為國內各地輸出優秀鐵板燒專業操作及管理人才。





现代人 名厨经典系列



星级铁板烧

叶国英 陈国焯



 中国轻工业出版社

美味的铁板烧料理



本书介绍各式各样的高级铁板烧料理，从开胃前菜到甜点，包括酒类的搭配、选择。

同一种食材，每个厨师的烹调手艺都不相同。这是因为每个厨师对食材烹调的喜好与判断有自己的风格，且心情的好坏也会影响食材的烹饪结果，但大致上是不会相差太多的。同样，每个客人所喜好的味道也不一样，所以铁板烧的常客会选择所喜爱的厨师为其烹调，厨师不仅要厨艺得到认可，而且自身经验、相关知识也应不断补充、学习，才能跟不同行业的客人有话题互动，使整个就餐过程丰富又有趣。常有许多客人是为了跟厨师聊天而来餐厅的，所以很多商业客人喜欢到铁板烧店，边用餐边谈生意，尤其是带外国客户，让外国人能够边吃边欣赏，还能一边谈生意。

若想品尝优质原味的牛排与海鲜，那非铁板烧莫属了。品尝高级食材的原味是最健康美味的，所以食材必须是最新鲜的，才能呈现给客人。想要几成熟及不同口感的每一口牛肉，铁板烧料理绝对能够让人满意。通常，厨师会根据客人用餐的速度烹调下一道菜，所以客人可以一直享受热腾腾与最美味的食物，当然花费的时间相对也比较多。铁板烧料理适合那些想品尝美味及享受用餐气氛且不赶时间的客人。当然如果需要赶时间的话，客人也可以告知服务人员，厨师可以掌握时间为顾客完成所有食材的烹调。

高级铁板烧与平价铁板烧绝对不相同，不只是味觉就连视觉都不一样，有机会一定要品尝一下，绝对值得。



前言



最完美的料理尽在铁板烧

听说过铁板烧的人，可能不一定尝试过高级的铁板烧。很多人都以为铁板烧就像美食街上的小吃一样，炒肉片和豆芽菜外加一碗白饭配紫菜蛋花汤，那就错了！

高级铁板烧是复合式的料理做法，可以将顶级的食材做出最新鲜、最美味的佳肴，不管是海鲜还是肉类，都能让人品尝最原味、最不一样的口感。精致的料理不仅是视觉上的享受，也能让人感受食物的美味，一道道热腾腾的佳肴从烹饪到完成尽收眼底，让人有幸福的感觉。想知道一般铁板烧与高级铁板烧的做菜方法以及特别的菜品吗？请来探索研读这本书吧！

认识铁板烧

铁板烧起源于日本。相传在第二次世界大战后，有人在日本看见美国士兵用破裂的炮弹铁片烹煮食物，于是日本人也捡起破碎的铁片烹煮食物，进而演变成广岛烧及大阪烧。后来，有一外国厨师到日本游玩，见到日本人在铁板上烹调煎饼，心想如果在铁板上烹调其他食物，例如牛排、海鲜等，应该很美味并能像煎饼一样热腾腾的，且不容易凉。



随着日本人将铁板烧发扬光大并传到我国台湾，如今台湾铁板烧已经有 30 多年的历史，第一家铁板烧店是新滨铁板烧，当时的日本师傅将技术传给台湾徒弟，后来徒弟们便开始创业，越来越多的铁板烧餐厅就在台湾兴起了。从一开始的花式表演，发展成适合大众都能消费的台式热炒平价铁板烧，而现在一些寻求精致、高级食材及健康美味的人也特别独钟于高级铁板烧。

高级铁板烧

铁板烧不属于任何料理流派，因为从开胃前菜到甜点，它可以任意变化、没有一定的准则，可以是日式的，也可以是法式或意式，当然也能是台式的，只要客人喜欢且厨师的能力可以达到就都不成问题。

铁板烧不同于其他料理的原因之一就是现场烹调。铁板烧的厨师能够一边烹饪一边跟客人聊天，且保持食物的美味及美感，最主要的是能够在客人面前介绍菜品以及烹调方法。人们吃的每一口牛肉都是师傅现场切割的，还能品尝一片片不同熟度及口感的牛肉，鲜活的龙虾及新鲜海产配上西式酱汁，还有空运来的新鲜鹅肝等精致美味，所以最完美的料理尽在铁板烧。



作者介绍

叶国英

现任：台湾五洲调酒烹饪西餐铁板烧料理专任讲师

台湾景文技术学院西餐兼任讲师

台北天母红门铁板烧餐厅行政总监

经历：台湾红门餐饮事业有限公司

台湾富瑶铁板烧餐厅主厨

台湾桃园县永平工商铁板烧及西餐专任教师



葉國英

陈国炜

现任：台湾尚林铁板烧餐厅主厨

经历：台湾富瑶铁板烧餐厅主厨

台湾桃园县永平工商餐饮科专任教师



陳國煒



目录

Contents

- 09 - 铁板烧厨师基本功
- 12 - 铁板烧调味料
- 12 - 铁板烧工具



调味料及酱汁的调制法

- 14 - 蚝油水
- 14 - 柴鱼调味高汤
- 15 - 柴鱼高汤
- 15 - 洋葱酱油
- 16 - B.B.Q 酱汁
- 17 - 红椒沙司
- 17 - 马铃薯酱
- 18 - 番茄沙司
- 18 - 红糊
- 19 - 红酒沙司
- 19 - 芒果沙司
- 20 - 虾酱
- 20 - 白酒沙司
- 21 - 酸奶酱
- 21 - 和风酱
- 22 - 山药酱汁
- 22 - 果醋酱汁
- 23 - 恺撒汁
- 23 - 桑葚酱
- 24 - 海胆酱
- 24 - 可利姆
- 25 - 白糊
- 25 - 大蒜面包酱
- 26 - 牛肉原汁
- 26 - 柳橙沙司
- 27 - TABSCO (辣椒水)
- 27 - 柳橙沙拉酱
- 28 - 菠菜原汁



开胃及前菜

- 30 ----- 螃蟹牛油果
- 31 ----- 蒜味奶油焗田螺
- 32 ----- 山药细面
- 33 ----- 生牛肉
- 34 ----- 鲑鱼卷
- 35 ----- 果醋酱汁鳕鱼肝
- 36 ----- 鱼子蟹肉冻



汤点及沙拉

- 38 ----- 恺撒沙拉
- 39 ----- 牛肉清汤
- 40 ----- 海鲜清汤
- 41 ----- 山药汤
- 41 ----- 玉米汤
- 42 ----- 菠菜蛤仔汤
- 43 ----- 海鲜浓汤
- 44 ----- 南瓜汤
- 45 ----- 洋葱汤
- 45 ----- 青豆汤
- 46 ----- 蛤蜊巧达汤



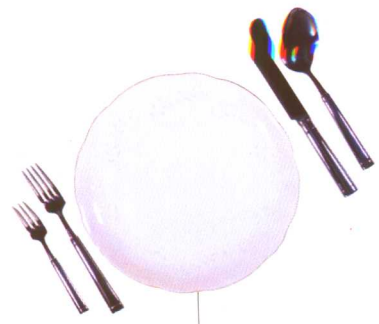
主菜

- 48 ----- 香煎鹅肝
- 49 ----- 牛舌
- 50 ----- 明太子肉卷
- 50 ----- 鹅肝肉卷
- 51 ----- 薄片牛排
- 52 ----- 黄金炒饭
- 54 ----- 法式羊排
- 55 ----- 蜜汁鸡排
- 56 ----- 清煎活龙虾
- 58 ----- 蒜味奶油焗龙虾
- 60 ----- 樱花烧牛肉





61	-----	-海胆干贝
62	-----	-白酒鲷鱼
63	-----	-上汤焗圆鳕
64	-----	-干煎白鲳
66	-----	-枫糖芥末明虾
68	-----	-香煎加蚧
70	-----	-清蒸圆鳕
71	-----	-香煎生蚝
72	-----	-酱汁薄片牛排
73	-----	-熟菜牛肉卷
74	-----	-生菜牛肉卷
76	-----	-剥皮辣椒牛肉卷



招待小菜

78	-----	-铁板豆腐
79	-----	-丝瓜干贝
80	-----	-奶油螃蟹
81	-----	-纸包鱼
82	-----	-纸包青菜
83	-----	-蛤仔清汤
84	-----	-洋葱蛋
86	-----	-培根鸡肉卷

甜点

88	-----	-奶酪
89	-----	-铜锣烧
90	-----	-布丁蛋糕
92	-----	-金黄香蕉冰淇淋
93	-----	-玉米饼
94	-----	-饼皮
95	-----	-火烧冰淇淋
96	-----	-红豆饼

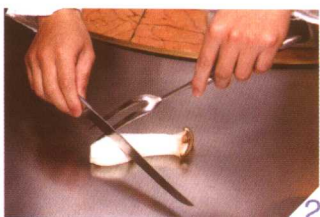
附录

98	-----	-开铁板烧餐厅前的准备工作
98	-----	-创业族实战手册
101	-----	-心得分享

铁板烧厨师基本功

切刀示范

在铁板上切食材不同于一般切食材的方式，而是用“拉”的方式在切食材。铁板烧专用叉子是一件辅助工具，目的是使食材能够固定，切出来的食材大小比较平均。而铁板烧专用的刀子，最锋利处则是在其中间部位。



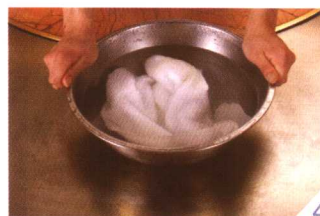
洗铁板



取一块专门刷铁板的抹布及丝瓜瓤；取一容器，内装洗涤剂水。

用丝瓜瓤沾洗涤剂水刷铁板，将炉心焦黑的地方刷干净。

用抹布将铁板擦干净。

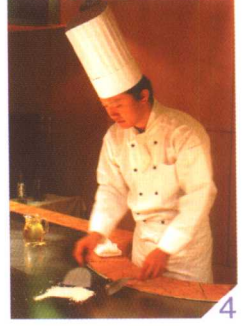
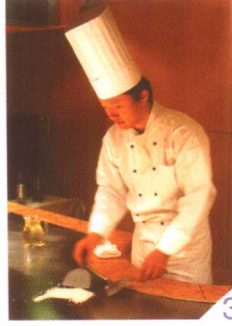
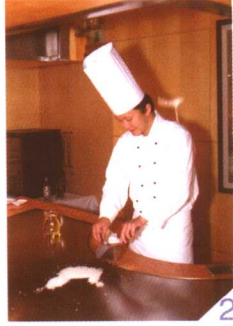
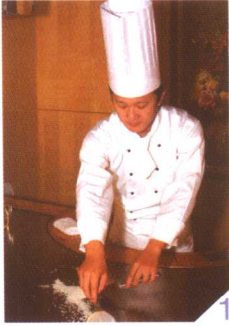


刷完后，用另一容器装干净的清水。

反复擦二三次，擦干净即可。

基本功：炒米

这是铁板烧厨师的基本功，要把米当作任何一种可能在铁板上出现的食材，不停地练习翻炒。有些铁板烧餐厅厨师，会把炒米的功夫练一二年，才能够熟悉铲子的拿法与手感。



刮除铁板上的焦黑油渍



右手拿铲子时铲子与铁板需呈 45° 角，由内往外推刮，且左手需持铲挡在要刮除脏东西的前方，防止溅到客人身上。

去除铜帽内的蒸汽

先将铜帽举起，让烟罩吸取水蒸气。再用抹布将铜帽内的水分擦干。若没有此动作，当需要用铜盖盖焖第二样食材时，铁板上会有印子。



拿铲子、刀的方式



1
拿铲子的方式：轻轻握住，不要让手太僵硬，这样比较好操控。



2
拿刀子的方式：半握住刀，若是整个握住容易被铁板烫伤。

在铁板上翻动食材



1
右手铲入食材，左手轻压在食材上，避免其掉下。



2
翻面后，右手仍要轻压在食材上。



3
右手离开后，左手慢慢抽离。可用抹布做练习。

锡箔纸碗的做法



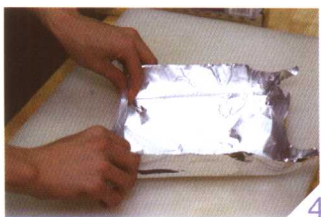
1
取锡箔纸，大小以食材体积而定。



2
拉好两边对角。



3
两手定位好四边角。



4
把四边拉平。



5
把四个角卷起。



6
即成四方形纸碗。

派盘包锡箔纸的做法



取一派盘装水。



取锡箔纸，锡箔纸的大小要超过派盘。



用力收紧派盘底部的边缘，可防止食材外溢。



派盘周围戳小洞，这样水蒸气才会出来。



即成圆形派盘。

铁板烧调味料

铁板烧的调味料不多，有盐、研磨黑胡椒、辣酱油、水、普通酱油、蜂蜜、美极鲜酱油、橄榄油等。

黑胡椒：粗粒黑胡椒以搅拌机打细备用。

盐：盐是使用搅拌机搅打后，再用铁板干炒至水分蒸发，以避免潮湿。

味精：使用搅拌机打碎即可。

胡椒盐：是将黑胡椒、盐、味精以6:3:1的比例拌匀的调味料。其中，黑胡椒、盐、味精都需先用搅拌机处理后才可使用。



铁板烧工具



锅铲



铜帽



刀叉

调味料及 酱汁的调制法

好吃且独特的酱汁是多种调味料组成的，例如搭配明虾的蜂糖芥末酱，鲜鱼佐意式番茄酱以及特殊的水果沙拉酱等，都是铁板烧厨师亲手制作的。从前菜到甜点，每一种食材的呈现都需要调味料起到画龙点睛的作用，使食物更加美味。

因为铁板烧所需酱汁都十分费工耗时，所以大部分是在厨房里制作完成的，以便于厨师在铁板上烹调鲜美的食材时，能够随时运用不同的酱汁调味使菜肴更美味。

蚝油水

材料：

蚝油 100 克，水 400 克，葵花油 1 匙。

做法：

蚝油倒入锅中，加水 400 克煮开，加入葵花油即可。

Tips

此酱料为蒸鱼用；加入少许洋葱碎，可拌青菜食用，如番薯叶，风味绝佳。

注：本书中 1 匙约 15 克，1 茶匙约 5 克。



柴鱼调味高汤

材料：

水 500 克，干香菇 1 朵，烹大师 1 茶匙，柴鱼 20 克。

做法：

- ① 水煮滚，加入干香菇煮约 10 分钟出味。
- ② 以烹大师调味，加柴鱼净泡约 30 分钟，捞除柴鱼即可。

Tips

- ◎ 此高汤为煮汤用；可用于烤肉时的纸包青菜或香菇的汤底。
- ◎ 烹大师是一种日式调味品，大型超市有售。

