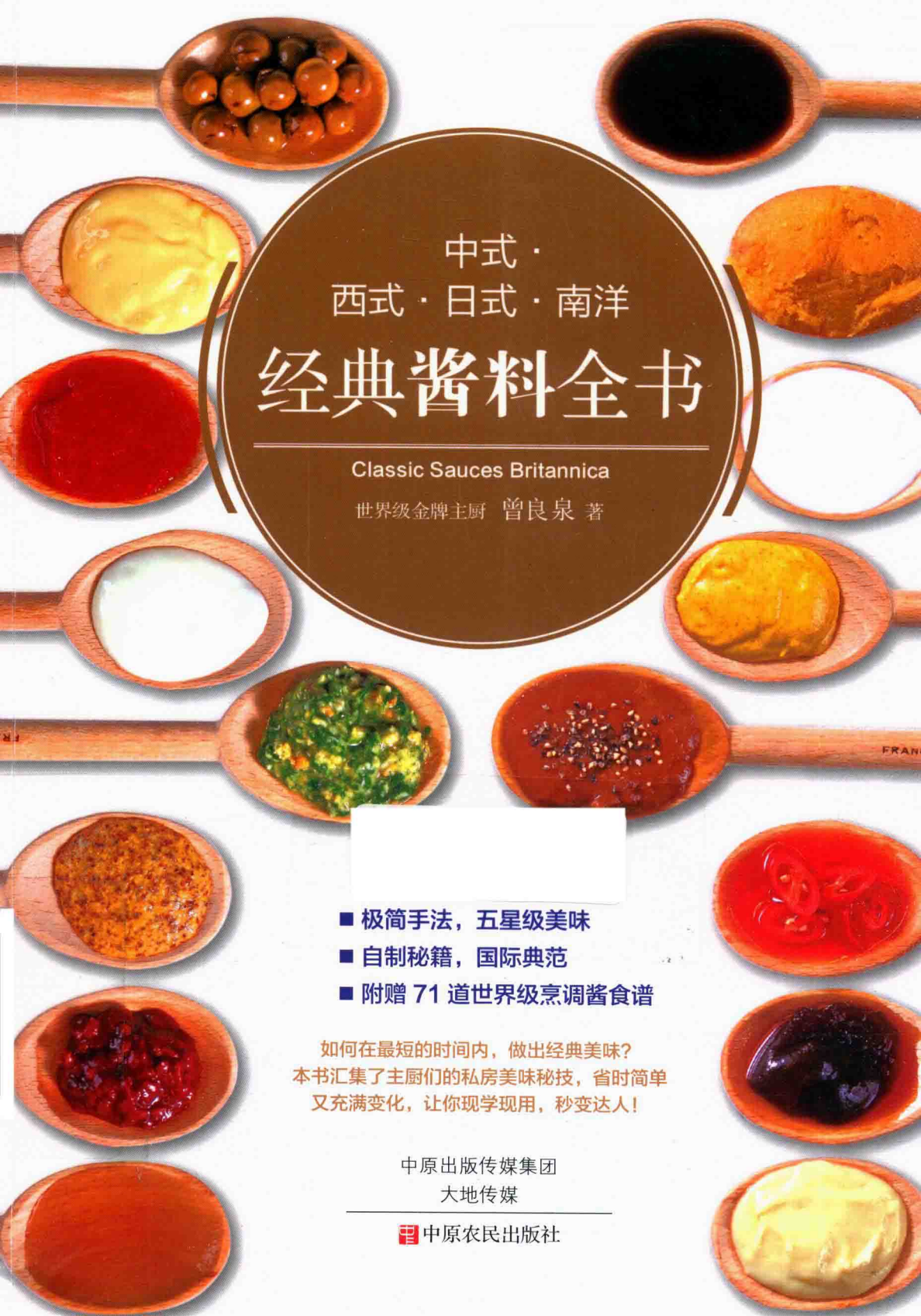




中式 ·
西式 · 日式 · 南洋

经典酱料全书

Classic Sauces Britannica

世界级金牌主厨 曾良泉 著

- 极简手法，五星级美味
- 自制秘籍，国际典范
- 附赠 71 道世界级烹调酱食谱

如何在最短的时间内，做出经典美味？
本书汇集了主厨们的私房美味秘技，省时简单
又充满变化，让你现学现用，秒变达人！

中原出版传媒集团
大地传媒

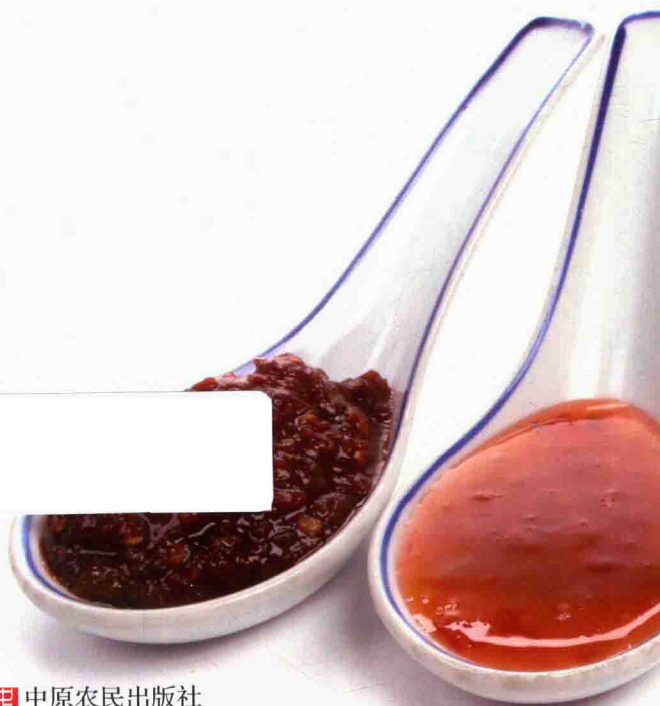
 中原农民出版社

中式 · 西式 · 日式 · 南洋

经典 酱料全书

Classic Sauces Britannica

世界级金牌主厨 曾良泉 著



中原农民出版社

· 郑州 ·

著作权合同登记号：图字16-2014-253

本书通过四川一览文化传播广告有限公司代理，经开企有限公司授权，中文简体字版由中原农民出版社出版发行。未经书面授权，本书图文不得以任何形式复制、转载。

图书在版编目（CIP）数据

中式·西式·日式·南洋经典酱料全书 / 曾良泉著. — 郑州：中原农民出版社，2015.10

ISBN 978-7-5542-1280-6

I. ①中… II. ①曾… III. ①调味酱—制作 IV. ①TS264.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第211094号

出版社：中原农民出版社

地址：河南省郑州市经五路66号

网址：<http://www.zynm.com>

发行单位：全国新华书店

承印单位：河南安泰彩印有限公司

邮编：450002

电话：0371-65788679

传真：0371-65751257

成品尺寸：170mm×230mm

印张：15.5

字数：289千字

版次：2016年6月第1版

印次：2016年6月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5542-1280-6

定价：49.00元

本书如有印装质量问题，由承印厂负责调换

目录

推荐序

10

自序

14

第一章

厨师们都在学的美味万灵丹——万能酱料

酱料让食物更美味

18

中式酱料

20

日式酱料

22

西式酱料

24

南洋酱料

28

制作酱料你要先准备哪些工具？采购指南

30





第二章

中式酱料

蒜泥酱 蒜泥白肉	34
蒜泥蒸酱 蒜泥蒸虾	38
怪味酱 棒棒鸡丝	40
椒麻酱 松花拌豆腐	44
叉烧酱 豉汁蒸凤爪	48
剁椒酱 剁椒鱼块	52
五味酱 五味中卷	56
炭烤酱 黑椒烤肋排	58
树子蒸酱 树子蒸鱼	60
八宝炸酱 炸酱面	62
胡椒盐 胡椒虾	66
甜酱油 四川红油抄手	68
清蒸鱼露 清蒸鲈鱼	72
烤鸡脆皮水 脆皮烤鸡	74
油鸡卤汁 玫瑰油鸡	78
万灵汁 塔香炒蛤蜊	82
糖醋汁 糖醋鱼片	84
宫保汁 宫保鸡丁	88
三杯汁 三杯中卷	92
京都汁 京都排骨	96

第三章

西式酱料

青酱 鲜虾青酱意大利面	102
白酱 奶油海鲜焗白菜	106
红酱 意式番茄意大利面	110
蛋黄酱 金枪鱼沙拉	112
香草卡士达酱 巧克力布朗尼	116
佐香草卡士达酱	116
恺撒沙拉酱 恺撒香酥软壳蟹	120
塔塔酱 塔塔鸡肉	122
佐什锦果香沙拉	122
蘑菇沙司 香烤鸡腿佐蘑菇沙司	126
海鲜沙司 酥香明虾佐海鲜沙司	130
红酒沙司 香料羊排佐红酒沙司	134
黑胡椒沙司 香煎牛小排	138
佐黑胡椒沙司	138
小黄瓜优格酱 烟熏鲑鱼	142
佐小黄瓜优格酱	142
马爹利酱 香煎鸭肝衬苹果泥	144
佐马爹利酱	144
油醋调味汁 烟熏鸭胸佐油醋汁	148
玛莎拉酱 菲力牛排佐玛莎拉酱	152
莎莎酱 盐烤松阪烧肉片	156
佐莎莎酱	156

第四章

日式酱汁

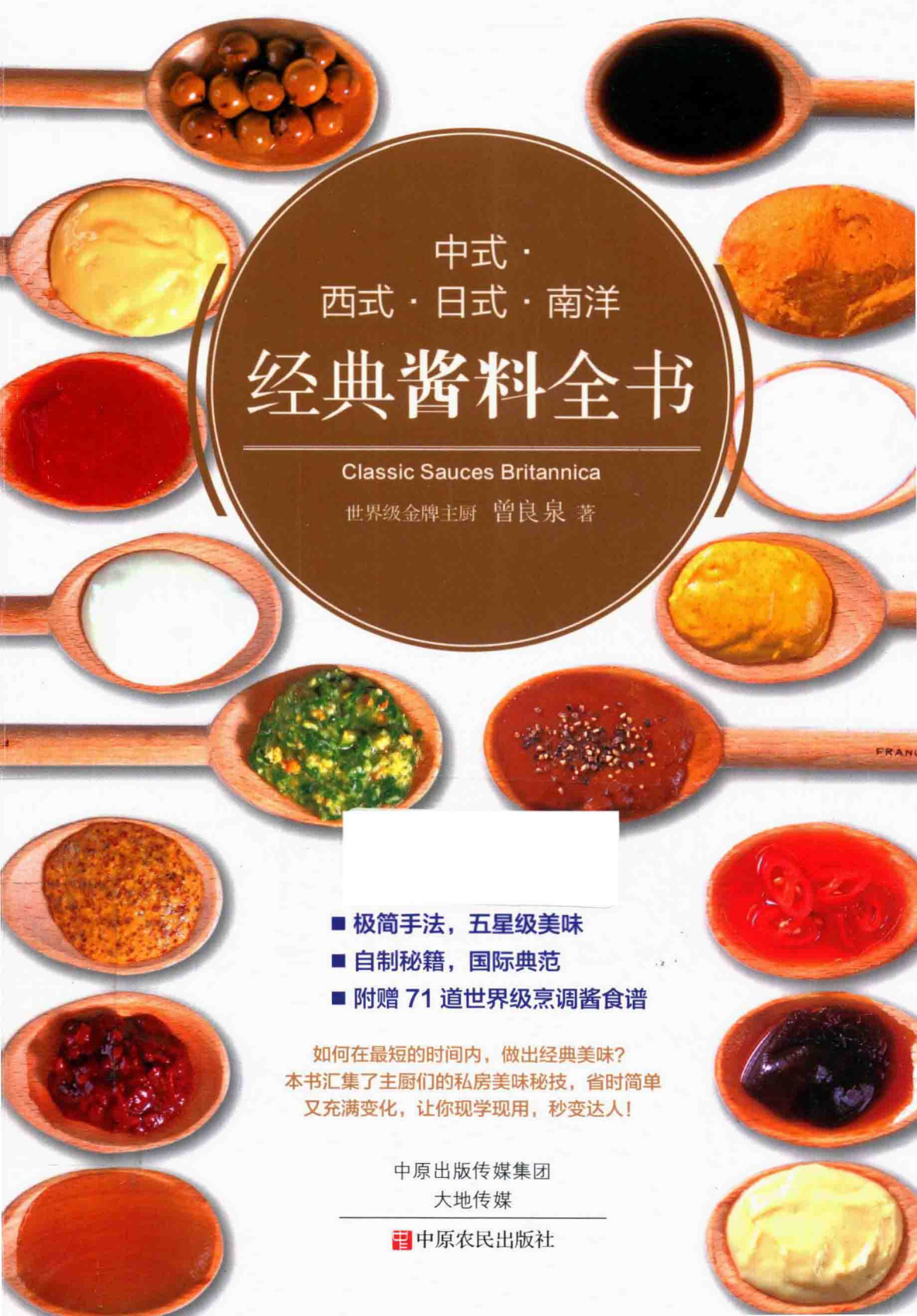
一夜干腌渍汁 透抽一夜干	162
三杯醋 醋味章鱼	164
姜烧汁 姜烧猪肉	166
佃煮汁 佃煮香鱼	168
叉烧卤汁 日式叉烧	172
天妇罗蘸汁 炸虾天妇罗	174
墨鱼卤汁 墨鱼饭	176
溏心蛋汁 溏心蛋	178
亲子煮汁 亲子丼	180
陶板烧汁 香菇牛肉奶油烧	182
味噌腌酱 味噌鳕鱼	186
和风酱 日式和风沙拉	188
照烧酱 照烧鸡腿	190
七味芝麻酱 七味芝麻淋紫茄	194
韩风辣酱 青葱甘酱金枪鱼	196

第五章

南洋酱料

虾酱 虾酱空心菜	202
酸辣酱 酸辣炸牡蛎	204
辣炒酱 泰北打抛猪	206
椒麻汁 泰式椒麻鸡	208
泰河酱 泰式炒河粉	210
什锦酱 泰式炒茄子	212
生虾酱 柠檬酸辣生虾	214
沙爹酱 沙爹烤肉串	216
梅子酱 月亮虾饼	218
红咖喱酱 椰浆咖喱鸡片	222
绿咖喱酱 绿咖喱椰汁鸡	224
黄金咖喱酱 咖喱软壳蟹	226
柠檬鱼露 清蒸柠檬鱼	228
梅子鱼酱 清蒸梅子鱼	230
烤肉辣酱 辣烤牛肉	232
三味酱 三味跳鱼	234
凉拌酱 凉拌花枝	236
泰式肉骨茶包 肉骨茶	238
木瓜酱 凉拌青木瓜	242
拌面酱 暹罗妈妈面	244





中式 ·
西式 · 日式 · 南洋

经典酱料全书

Classic Sauces Britannica

世界级金牌主厨 曾良泉 著

- 极简手法，五星级美味
- 自制秘籍，国际典范
- 附赠 71 道世界级烹调酱食谱

如何在最短的时间内，做出经典美味？
本书汇集了主厨们的私房美味秘技，省时简单
又充满变化，让你现学现用，秒变达人！

中原出版传媒集团
大地传媒

 中原农民出版社

用好调味料，没有菜做不好！ 即使是费工的菜，也一次搞定！

作者主厨 26 个春秋，在这本书中，他将个人认为最完美的酱料比例、最美好的味道完整呈现了出来。由此，我们能轻松地将餐厅的美味配方，轻松改良为家庭需求的食谱。

一道菜要有色、香、味，酱料是关键。当然，料理要好吃，除了酱料，还要掌握火候、食材个性等种种因素。

书中，蛋黄酱是所有西式酱料的第一步。愈懂得调味的秘诀，就愈能掌握变化的乐趣。例如，人气酱料糖醋酱的制作重点就是凭借咸来解腻，就是要让人在第一口就有酸、甜、咸的口感层次……

除了酱料的搭配，也希望喜爱烹调的你，能够从这本书中重新找回食物原本的美好滋味。

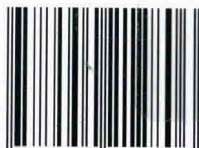


世界级金牌主厨

曹飞东



ISBN 978-7-5542-1280-6



9 787554 212806 >

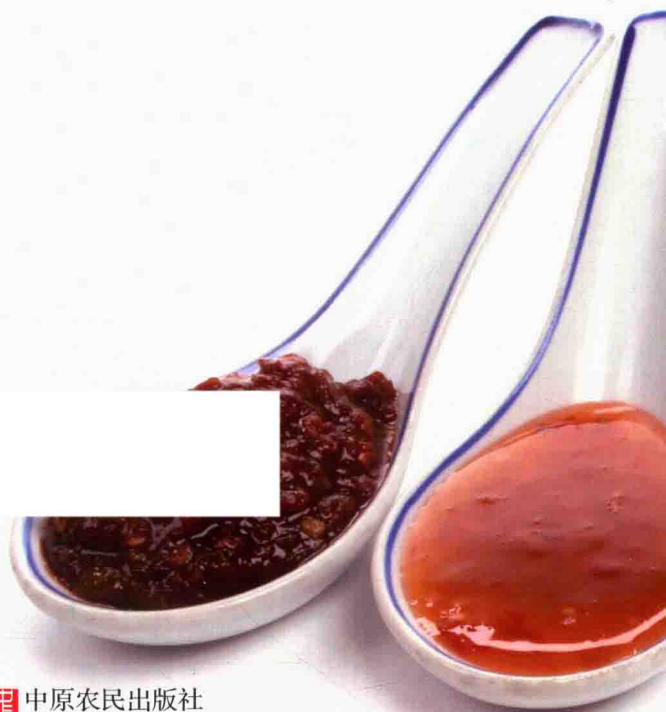
定价：49.00元

中式 · 西式 · 日式 · 南洋

经典 酱料全书

Classic Sauces Britannica

世界级金牌主厨 曾良泉 著



中原农民出版社

· 郑州 ·

著作权合同登记号：图字16-2014-253

本书通过四川一览文化传播广告有限公司代理，经开企有限公司授权，中文简体字版由中原农民出版社出版发行。未经书面授权，本书图文不得以任何形式复制、转载。

图书在版编目（CIP）数据

中式·西式·日式·南洋经典酱料全书 / 曾良泉著. — 郑州：中原农民出版社，2015.10

ISBN 978-7-5542-1280-6

I. ①中… II. ①曾… III. ①调味酱—制作 IV. ①TS264.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第211094号

出版社：中原农民出版社

地址：河南省郑州市经五路66号

网址：<http://www.zynm.com>

发行单位：全国新华书店

承印单位：河南安泰彩印有限公司

邮编：450002

电话：0371-65788679

传真：0371-65751257

成品尺寸：170mm×230mm

印张：15.5

字数：289千字

版次：2016年6月第1版

印次：2016年6月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5542-1280-6

定价：49.00元

本书如有印装质量问题，由承印厂负责调换



green onions



parsley



basil



thyme

目录

推荐序

10

自序

14

第一章

厨师们都在学的美味万灵丹——万能酱料

酱料让食物更美味

18

中式酱料

20

日式酱料

22

西式酱料

24

南洋酱料

28

制作酱料你要先准备哪些工具？采购指南

30





第二章

中式酱料

蒜泥酱 蒜泥白肉	34
蒜泥蒸酱 蒜泥蒸虾	38
怪味酱 棒棒鸡丝	40
椒麻酱 松花拌豆腐	44
叉烧酱 豉汁蒸凤爪	48
剁椒酱 剁椒鱼块	52
五味酱 五味中卷	56
炭烤酱 黑椒烤肋排	58
树子蒸酱 树子蒸鱼	60
八宝炸酱 炸酱面	62
胡椒盐 胡椒虾	66
甜酱油 四川红油抄手	68
清蒸鱼露 清蒸鲈鱼	72
烤鸡脆皮水 脆皮烤鸡	74
油鸡卤汁 玫瑰油鸡	78
万灵汁 塔香炒蛤蜊	82
糖醋汁 糖醋鱼片	84
宫保汁 宫保鸡丁	88
三杯汁 三杯中卷	92
京都汁 京都排骨	96

第三章

西式酱料

青酱 鲜虾青酱意大利面	102
白酱 奶油海鲜焗白菜	106
红酱 意式番茄意大利面	110
蛋黄酱 金枪鱼沙拉	112
香草卡士达酱 巧克力布朗尼 佐香草卡士达酱	116
恺撒沙拉酱 恺撒香酥软壳蟹	120
塔塔酱 塔塔鸡肉 佐什锦果香沙拉	122
蘑菇沙司 香烤鸡腿佐蘑菇沙司	126
海鲜沙司 酥香明虾佐海鲜沙司	130
红酒沙司 香料羊排佐红酒沙司	134
黑胡椒沙司 香煎牛小排 佐黑胡椒沙司	138
小黄瓜优格酱 烟熏鲑鱼 佐小黄瓜优格酱	142
马爹利酱 香煎鸭肝衬苹果泥 佐马爹利酱	144
油醋调味汁 烟熏鸭胸佐油醋汁	148
玛莎拉酱 菲力牛排佐玛莎拉酱	152
莎莎酱 盐烤松阪烧肉片 佐莎莎酱	156

第四章

日式酱料

一夜干腌渍汁 透抽一夜干	162
三杯醋 醋味章鱼	164
姜烧汁 姜烧猪肉	166
佃煮汁 佃煮香鱼	168
叉烧卤汁 日式叉烧	172
天妇罗蘸汁 炸虾天妇罗	174
墨鱼卤汁 墨鱼饭	176
塘心蛋汁 塘心蛋	178
亲子煮汁 亲子丼	180
陶板烧汁 香菇牛肉奶油烧	182
味噌腌酱 味噌鳕鱼	186
和风酱 日式和风沙拉	188
照烧酱 照烧鸡腿	190
七味芝麻酱 七味芝麻淋紫茄	194
韩风辣酱 青葱甘酱金枪鱼	196

第五章

南洋酱料

虾酱 虾酱空心菜	202
酸辣酱 酸辣炸牡蛎	204
辣炒酱 泰北打抛猪	206
椒麻汁 泰式椒麻鸡	208
泰河酱 泰式炒河粉	210
什锦酱 泰式炒茄子	212
生虾酱 柠檬酸辣生虾	214
沙爹酱 沙爹烤肉串	216
梅子酱 月亮虾饼	218
红咖喱酱 椰浆咖喱鸡片	222
绿咖喱酱 绿咖喱椰汁鸡	224
黄金咖喱酱 咖喱软壳蟹	226
柠檬鱼露 清蒸柠檬鱼	228
梅子鱼酱 清蒸梅子鱼	230
烤肉辣酱 辣烤牛肉	232
三味酱 三味跳鱼	234
凉拌酱 凉拌花枝	236
泰式肉骨茶包 肉骨茶	238
木瓜酱 凉拌青木瓜	242
拌面酱 暹罗妈妈面	244







推荐序

“食谱”是当代社会学的最佳显学！

我们从中国最早的家庭食谱——北魏的《食经》里看到，崔浩将其母持家的烹饪技能尽书其中。同属北魏时期的高阳太守贾思勰编纂了《齐民要术》，他的编纂“起于耕种，终于醯醢”，仔细翻阅，可以看出当时中国黄河中下游的百姓们，已能自给自足地生活，他们的社会、农业、经济的状态也可从中略知一二。

在近代食谱中，傅培梅女士所编的《培梅食谱》，开创性地将中国八大菜系的各类名菜做了整合。她所展现的，其实就是1949年之后，中国各地的厨艺精英及其烹调技艺，因政治、社会的变迁所产生的一种新族群生态与新生活态度。

接着，20年前我制作美食节目，大量采访知名与年轻的厨师，从傅培梅、梁琼白、林慧懿等家庭主妇到专业厨师阿发、水蛙及现今当红的阿基，他们在电视上对食谱做了形象生动的诠释。

借助于电子媒体，这些厨师出名了。他们并没有满足，着手开拓平面媒体，也取得了不错的成就。他们的厨艺展示及对异域料理的引进，又反映着台湾民众的消费情况及社会经济状况。

时代在竞争、变迁中不停地演变。近年来，台湾厨艺不断创新。在台湾国际厨艺协会理事长吴权儒的带领下，宜兰武暖餐厅呈现出了新一派的厨艺。就是在那儿，我认识了总顾问良泉。

良泉个子不高，但其志向既高又远！他习川湘熟东瀛，入行也快26个年头了。他将国际先进的厨艺理念、标准化的制作管理机制，注入台湾的新一代厨艺世界。

“酱”虽然在中国已有千年之史，但新的使用生态即将在良泉一辈的新生代努力之下，谱出拨云见日的厨艺光芒！我期待，时代也期待！

少年郎，加油！

知名美食家

江长祥

