

教育部中等职业教育“十二五”国家规划立项教材
中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业系列教材



〈烹饪艺术与冷拼制作〉

PENGRÉN YISHU YU LENGPIN ZHIZUO

主 编 赵福振



重庆大学出版社

内容提要

本书是中等职业学校烹饪专业主干课程用书。全书共设4个模块,依次为烹饪艺术基础知识、果蔬雕刻与盘饰运用、冷菜制作、冷菜拼摆基础类型。本书内容全面而不失简练、涉及广泛但不失重点,具有很强的实用性和可操作性,符合中等职业教育的需要。

本书适合中等职业学校烹饪专业作为教材使用,也可作为旅游管理、饭店管理、餐旅服务等专业的培训教材使用。

图书在版编目(CIP)数据

烹饪艺术与冷拼制作 / 赵福振主编. — 重庆: 重庆大学出版社, 2017.8

中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业系列教材

ISBN 978-7-5689-0639-5

I. ①烹… II. ①赵… III. ①烹饪—中等专业学校—教材 IV. ①TS972.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第163822号

中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业系列教材

烹饪艺术与冷拼制作

主 编 赵福振

副主编 张 淼 周炜彬

策划编辑: 沈 静

责任编辑: 杨 敬 版式设计: 沈 静

责任校对: 邹 忌 责任印制: 赵 晟

重庆大学出版社出版发行

出版人: 易树平

社址: 重庆市沙坪坝区大学城西路21号

邮编: 401331

电话: (023) 88617190 88617185 (中小学)

传真: (023) 88617186 88617166

网址: <http://www.cqup.com.cn>

邮箱: fxk@cqup.com.cn (营销中心)

全国新华书店经销

重庆俊翔印务有限公司印刷

开本: 787mm×1092mm 1/16 印张: 7.75 字数: 195千

2017年8月第1版 2017年8月第1次印刷

印数: 1—3 000

ISBN 978-7-5689-0639-5 定价: 29.00元

本书如有印刷、装订等质量问题,本社负责调换

版权所有,请勿擅自翻印和用本书
制作各类出版物及配套用书,违者必究



中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业

国规立项教材主要编写学校

北京市劲松职业高中

北京市外事学校

上海市商贸旅游学校

上海市第二轻工业学校

广州市旅游商务职业学校

扬州商务高等职业学校

扬州大学旅游烹饪学院

河北师范大学旅游学院

青岛烹饪职业学校

海南省商业学校

宁波市鄞州区古林职业高级中学

云南省通海县职业高级中学

安徽省徽州学校

重庆市旅游学校

重庆市商务高级技工学校



2012年3月19日,教育部印发了《关于开展中等职业教育专业技能课教材选题立项工作的通知》(教职成司函〔2012〕35号)。根据通知精神,重庆大学出版社高度重视,认真组织申报,与全国40余家职教教材出版基地及有关行业出版社展开了激烈竞争。同年6月18日,教育部职业教育与成人教育司发函(教职成司函〔2012〕95号)批准重庆大学出版社立项建设“中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业系列教材”,立项教材经教育部审定后列为中等职业教育“十二五”国家规划教材。这一选题获批立项后,作为国家一级出版社和教育部职教教材出版基地的重庆大学出版社积极协调、统筹安排,主动对接全国餐饮职业教育教学指导委员会(以下简称“全国餐饮行指委”),在作者队伍的组织、主编人选的确定、内容体例的创新、编写进度的安排、书稿质量的把控、内部审稿及排版印刷上认真对待,投入大量精力,扎实有序地推进各项工作。

2013年12月6—7日,在全国餐饮行指委的大力支持和指导下,我社面向全国邀请并遴选了中餐烹饪与营养膳食专业教学标准制定专家,全国餐饮行指委委员和委员所在学校的烹饪专家学者、骨干教师以及餐饮企业专业人士,在重庆召开了“中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业国规划教材编写会议”,来自全国15所学校的30多名校领导、全国餐饮行指委委员、专业主任和骨干教师出席了会议。会议依据“中等职业学校中餐烹饪与营养膳食专业教学标准”,商讨确定了28种立项教材的书名、主编人选、编写体例、样章、编写要求以及教学配套电子资源制作等一系列事宜,启动了书稿的编写工作。

2014年4月25—26日,为解决立项教材各书编写内容交叉重复、编写样章体例不规范统一、编写理念偏差等问题,为保证本套国规划教材的编写质量,我社又在北京召开了“中等职业教育中餐烹饪与营养膳食专业系列教材审定会议”。会议邀请了全国餐饮行指委秘书长桑建、扬州大学旅游烹饪学院路新国教

授、北京联合大学旅游学院副院长王美萍教授和北京市外事学校高级教师邓柏庚组成专家组，对各书课程标准、编写大纲和初稿进行了认真审定；对内容交叉、重复的教材，在内容、侧重点以及表述方式上作了明确界定，并要求各门课程的知识内容及教学课时要依据全国餐饮行指委研制、教育部审定的“中等职业学校中餐烹饪与营养膳食专业教学标准”严格执行。会议还决定在出版这套教材之后，将各本教材的“课程标准”汇集出版，同时配套出版各本教材的电子教学资源，以便各校师生使用。

2014年10月，本套立项教材的书稿按出版计划陆续交到出版社，我社随即安排精干力量对书稿的编辑加工、复审、终审、校对、排版、印制等出版环节进行严格把控、精心加工，以保证立项教材的出版质量。此套立项教材于2015年5月陆续出版发行。

在本套教材的申请立项、策划、组织和编写过程中，我社得到了教育部职成司的信任，也得到了全国餐饮职业教育教学指导委员会的大力帮助和指导，还得到了桑建秘书长、路新国教授、王美萍教授、邓柏庚老师等众多专家的悉心指导，更得到了各个参与学校的领导和老师们的大力支持，在此一并表示衷心的感谢！

我们相信，此套立项教材的出版会对全国中等职业学校中餐烹饪与营养膳食专业的教学和改革产生积极的影响，也诚恳地希望各校师生、专家和读者多提改进意见，以便我们在今后不断修订完善。

重庆大学出版社

2017年5月



职业教育是我国教育体系的重要组成部分，是实现经济社会又好又快发展的重要基础。为了进一步促进社会主义和谐社会建设，适应全面建成小康社会对高素质劳动者和技能型人才的迫切要求，党和国家把发展职业教育作为经济社会发展的重要基础和教育工作的战略重点。随着社会经济的不断发展，又对职业教育的发展提出了更新更高的要求。

为了更好地适应全国中等职业技术学校中餐烹饪与营养膳食专业的教学要求，深化中等职业教育改革和发展，全面推进素质教育，提高教育教学质量，重庆大学出版社组织相关职业教育研究人员、一线教师和行业专家，编写了这套适合中餐烹饪与营养膳食专业的规划教材。

“烹饪艺术与冷拼制作”是中职烹饪专业的核心技能课程，本书的总体设计思路是，以就业为导向、以服务餐饮行业为宗旨、以中餐相对应岗位职业能力为依据，参照中式烹调师职业资格相关知识技能要求，紧跟全国职业院校技能大赛规程，在典型实例中融入中餐烹饪岗位所需要的基础知识和基本技能。本书以讲授、演示、模拟、实践一体化为基本学习模式，以任务引领、行动导向、过程体验为主要教学方法，倡导在做中学、学中做，提高学生自主学习的能力，启发思路、举一反三，培养学生的创新能力，以适应本行业动态发展的需要。本书力求在真实的厨房背景中完成课程内容的学习，培养学生规范的岗位技能和良好的职业道德，尽可能地实现与岗位的零距离接轨。课程由浅入深地分为4个模块，共计36个学时。

本书采用项目化教学设计，项目的确定以中餐烹饪实际工作任务为引领，以盘饰和冷菜岗位应具备的职业能力和职业素养为依据，以盘饰和冷菜技术难度为线索，按照工艺类型由简单到复杂地编写。全书共设4个模块，依次为烹饪艺术基础知识、果蔬雕刻与盘饰运用、冷菜制作、冷菜拼摆基础类型。除烹饪艺术基础知识外，每个项目选出典型任务，围绕完成工作任务的需要，考虑到学生对理论知识的掌握和

应用的实际情况，把中式烹调师职业资格证书对知识、技能和情感价值的要求融入各任务。

除基础知识外，每个项目的学习都以具体品种作为活动的载体、以具体工作任务的完成为中心，整合相关理论与实践，对任务过程进行分解，突出重点、难点，尤其是关键点，实现深层次的教、做、学一体化。在任务内容设计中，按学生的认知特点，递进式地安排典型任务。采用循序渐进的教学方法，通过示范教学、模仿教学、分步骤传授和实习操作、工作总结、小组讨论等多种形式组织教学，完善实际操作过程训练，并贯穿情感、态度、价值观目标的实现，以期更为真实地培养学生基本的职业能力。

本书的完成，得益于大量相关著作的出版。由于课程改革是一项复杂的系统工程，书中尚有很多不足之处，恳请广大读者提出宝贵意见，便于我们今后再版时能进一步完善。

本书在编写出版过程中得到了众多同人的鼎力支持，在此我们表示诚挚的谢意。

编 者

2017 年 6 月

目录

contents

项目 1 烹饪艺术基础知识

1

- 任务 1 认识烹饪艺术 2
- 任务 2 果雕盘饰与冷菜制作基础工作 3

项目 2 果蔬雕刻与盘饰运用

8

- 任务 1 月季花盘饰 9
- 任务 2 菊花盘饰 15
- 任务 3 宝塔盘饰 21
- 任务 4 海虾盘饰 26
- 任务 5 金鱼盘饰 32
- 任务 6 仙鹤盘饰 37

项目 3 冷菜制作

44

- 任务 1 凉拌三丝 45
- 任务 2 炆花螺 51
- 任务 3 泡椒凤爪 56
- 任务 4 蒜泥白肉 61
- 任务 5 卤豆干 68
- 任务 6 酱牛肉 74
- 任务 7 皮冻 80
- 任务 8 酥鲫鱼 87

项目 4 冷菜拼摆基础类型

93

- 任务 1 围碟 94

目录

contents

任务 2 过桥	102
任务 3 三拼	106
附 录	112
各类冷菜调味汁制作	113
参考文献	114



项目 1

烹饪艺术基础知识

[项目导学]

随着人们生活水平的不断提高，人们对各种食物的食用与审美要求也不断提升，由此对烹饪艺术的色彩美和形态美都提出了新的要求，使烹饪艺术的色彩和形态运用更为重要。

[教学目标]

【知识教学目标】

了解烹饪艺术。

【能力培养目标】

1. 掌握岗位的开档和收档技能。
2. 理解并掌握基本盘饰的基础技能。

【职业情感目标】

1. 具有安全意识、卫生意识，树立敬业爱岗的职业意识。
2. 在工作过程中，体验劳动、热爱劳动。



任务1 认识烹饪艺术

[任务布置]

理解烹饪艺术的色彩美和形态美。

[任务实施]

中国烹饪历史悠久、源远流长。千百年来，我国人民创造了丰富多彩的中华美食，彰显了中国烹饪的艺术魅力。中国烹饪艺术是在烹饪历史发展过程中逐渐形成、发展的；同时，随着物质生产的发展和社会生活的进步，烹饪越来越具有审美性质，直至发展成为实用与审美并重的，使用各种花色造型菜点、丰盛华丽的筵席艺术。中国烹饪注重色、香、味、形、器等要素，而这些要素也向世人展示了中国烹饪特有的艺术美感。本书仅探讨在烹饪艺术中色彩和形态的运用。

中国烹饪是一门科学，也是一门美学艺术，而它的艺术性是通过科学的烹饪方法、系统的组合手段表现出来的。在长期的发展中，中国烹饪形成了一套完善的审美机制，体现了富有美学思想的中国烹饪特色。随着社会的发展、物质水平的提高、消费方式与饮食结构的变化，人们在生活中对各种食品的食用与审美要求也在不断提升，对烹饪艺术的色彩和形态也提出了新的要求。



1.1.1 烹饪艺术的色彩美

好看的颜色可以增进人对菜肴的视觉欣赏兴趣，让人在品尝美食之前就有视觉上的享受，所以颜色对烹饪艺术美感的发现与享受是很重要的一部分。例如，白色给人以洁净、



软嫩的感觉；另外，白色还表示清淡，在夏天人们一般喜欢吃浅色和白色的菜肴，因为浅色和白色的菜肴相对要清淡些。红色给人以强烈、鲜明、浓厚的感觉。黄色给人或软嫩，或酥脆，或干香，或清新的感受。绿色给人以清新、鲜嫩、淡雅、明快的感觉。除了白色和绿色外，上述颜色大部分属于暖色。暖色更容易引起人的食欲，更能调动味觉的兴奋感。

1.1.2 烹饪艺术的形态美

烹饪之形是烹饪原料本身和菜点制作完成以后所呈现的外观形态或造型。原料的形态，主要是刀功处理后的结果，如条、丁、丝、片、块、粒、茸、段和各种不同的花刀等效果。刀功处理主要是为了烹调的要求，但与此同时也形成了不同的原料形态，这对于美化菜肴也能起到一定作用，如原料加工后的整齐划一、粗细相等、厚薄均匀、长短一致等，在形成菜肴后就能有一种外形上整齐、清爽的观感。又如经各种花刀处理后的原料在烹调受热后，能形成多种花形，增添菜肴的形式美。烹饪之形还体现在原料自身形态加工成立体形态和艺术象形菜点上。艺术象形菜点通常也称为工艺菜点，从造型方法角度讲，大致采用“仿真式”与“夸张式”两种手法。在工艺热菜制作中，大多数菜肴采用后者，在冷菜拼摆、食品雕刻中常常二者皆用。仿真式造型菜肴要求如同自然界中的真实形体，惟妙惟肖、栩栩如生；采用夸张式手法构思菜肴时，其比例虽可与自然物不同，但要求夸张得体、美观大方、招人喜爱。

[练习与思考]

一、课堂练习

判断题。

1. 绿色给人清新、鲜嫩、淡雅、明快的感觉。
2. 原料的形态，主要是刀功处理后的结果。

()
()

二、课后思考

烹饪艺术有何作用？



任务2 果雕盘饰与冷菜制作基础工作

[任务布置]

了解食品雕刻安全生产规程，掌握果蔬雕刻、冷菜制作岗位的开档和收档技能。

[任务实施]

1.2.1 果雕盘饰开、收档工作

1) 工作前准备（开档）

①检查电器、设备：进入工作间，开启照明设备，通电检查各项设备是否运转正常；若

出现故障，应及时自行排除或报修。

②检查上下水：检查上下水是否有跑、漏、滴、堵现象。

③检查用具：检查刀具、菜墩、盘具及各种不锈钢、塑料盛器的完好情况；所有用具、工具必须符合卫生标准（图 1.1）。



图 1.1 工具准备

④整理卫生：餐具及各种工具干净，无油腻、污渍，保证清洁；抹布应干爽、洁净，无油渍、污物，无异味；刀具、菜墩等工具用酒精消毒，工作台保持清洁。

2) 结束工作（收档）

①将制作好的盘饰交由打荷厨师备用。

②整理并清点雕刻刀具，清洗后用干抹布擦干，收入专用刀具箱内存放于柜中。

③清洁工作台面，将各种盛料盆、菜板等工具用洗洁精溶液洗涤后再用清水冲洗干净，用干抹布擦干水，放回工具箱内或固定位置存放。

④将剩余原料分类整理，存入货柜或冰箱保管（图 1.2）。



图 1.2 余料保管

⑤清除水池内污物杂质，先用浸过洗涤剂的抹布内外擦拭一遍，再冲洗干净并用干抹布擦干水。

⑥用笤帚将地面垃圾清扫干净，然后用浸过洗涤剂溶液的拖把将地拖干净，再用拧干水的拖把拖干地面，最后把打扫卫生使用的工具清洗干净，放回固定位置晾干。

⑦将垃圾桶内盛装废弃物的塑料袋封口后，取出送垃圾存放处，然后将垃圾桶及桶盖冲洗干净，用专用抹布擦干净后内外喷洒消毒液。

⑧关好水、电，检查各类设备安全无误后，工作人员关窗锁门，离开工作间。

🍴 1.2.2 冷菜开、收档工作

1) 工作前准备（开档）

①检查炉灶、电器：进入厨房，观察有无漏气情况，开启煤气总开关，开启照明设备，通电、通气检查炉灶、油烟排风设备运转是否正常，查看冰箱温度，若出现故障，应及时自行排除或报修；检查厨房其他各种电器的设备运转情况（图 1.3、图 1.4）。





图 1.3 开启煤气总开关



图 1.4 开启照明设备

②检查上下水：检查上下水是否有跑、漏、滴、堵现象。

③检查用具：所有用具、工具、调料齐全，符合卫生要求（图 1.5）。



图 1.5 备齐调料

④整理卫生：各种用具、工具干净，无油腻、无污渍；炉灶清洁卫生，无异味；抹布应干爽、洁净，无油渍、污物，无异味（图 1.6）。



图 1.6 清洁炉灶卫生

2) 结束工作（收档）

①清洁，收拾工作台上的工具、调料（图 1.7）。



图 1.7 清洁，收拾工具、调料

②清洁工作台面。

③保管剩余原料（图 1.8、图 1.9）。



图 1.8 收拾剩余原料



图 1.9 冷藏剩余原料

④清洁地面。

⑤清洁灶具（图 1.10）。



图 1.10 清洁灶具

⑥整理货架（图 1.11）。



图 1.11 整理货架

⑦关闭燃气灶具（图 1.12）。



图 1.12 关闭燃气灶具

⑧关闭燃气总开关（图 1.13）。



图 1.13 关闭燃气总开关

⑨关闭排风设备（图 1.14）。



图 1.14 关闭排风设备

⑩关闭总电源（图 1.15）。



图 1.15 关闭总电源

[练习与思考]

一、课堂练习

判断题。

1. 关好水、电，检查各类设备安全无误后，工作人员可关窗锁门，离开工作间。 ()
2. 所有用具、工具、调料齐全，符合卫生要求。 ()

二、课后思考

简述冷菜间收档程序。





项目 2

果蔬雕刻与盘饰运用