



国家职业技能鉴定

操作技能强化训练(学生取证专用)

CAOZUO JINENG QIANGHUA XUNLIAN(XUESHENG QUZHENG ZHUANYONG)

中式烹调师

ZHONGSHI PENGTIAOSHI

劳动和社会保障部教材办公室组织编写

• (中级) •



中国劳动社会保障出版社



国家职业技能
操作技能强化训练 (学生取证专用)

中式烹调师 (中 级)

劳动和社会保障部教材办公室组织编写

中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

中式烹调师：中级/劳动和社会保障部教材办公室组织编写．—北京：中国劳动社会保障出版社，2004

国家职业技能鉴定操作技能强化训练（学生取证专用）

ISBN 7-5045-4378-0

I. 中… II. 劳… III. 厨师-技术培训-教材 IV. TS972.36

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第016535号

中国劳动社会保障出版社出版发行

（北京市惠新东街1号 邮政编码：100029）

出版人：张梦欣

*

北京市艺辉印刷有限公司印刷装订 新华书店经销

787毫米×1092毫米 16开本 12.5印张 2彩插页 289千字

2004年4月第1版 2004年4月第1次印刷

印数：10100册

定价：22.00元

读者服务部电话：010-64929211

发行部电话：010-64911190

出版社网址：<http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话：010-64911344



彩图1 国色天香冷菜拼摆



彩图3 北国风光冷菜拼摆



彩图2 锦鸡报晓冷菜拼摆



彩图4 荷塘月色冷菜拼摆



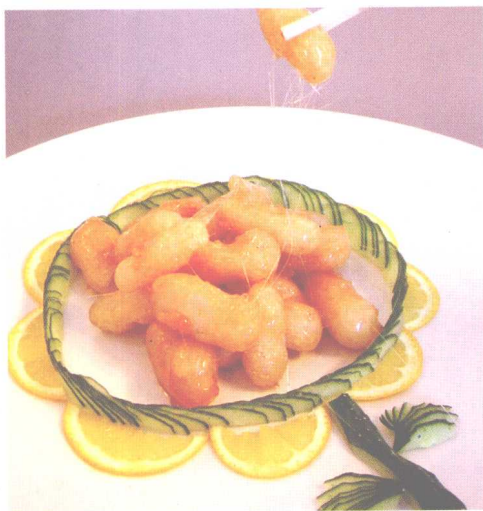
彩图5 飞燕迎春冷菜拼摆



彩图6 松仁炒鱼米



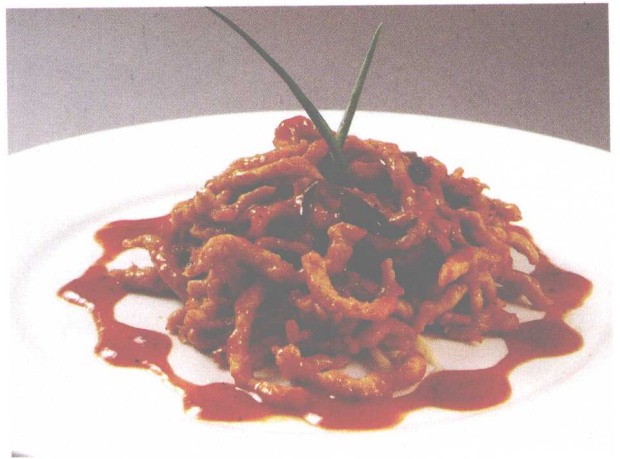
彩图7 鲜笋生鱼球



彩图8 拔丝苹果



彩图9 菠萝咕嚕肉



彩图10 鱼香肉丝



彩图11 鱼丸清汤



彩图12 糖醋菊花鱼



彩图13 香糟溜鱼片



彩图15 炒冬笋鳝丝



彩图14 炒彩椒鱼丝

前 言

《国务院关于大力推进职业教育改革与发展的决定》中明确指出：要严格实施就业准入制度，加强职业教育与劳动就业的联系。与此同时，职业资格证书已逐步成为各级各类职业院校学生求职择业的“通行证”。

为了进一步贯彻《决定》精神，衔接各级各类职业院校学生的专业学习与鉴定考核要求，提高学生的职业能力水平，劳动和社会保障部教材办公室在调研全国百余所职业院校教学实际状况的基础上，针对参加职业技能鉴定的学生群体，组织编写了《国家职业技能鉴定操作技能强化训练（学生取证专用）》系列教材（以下简称《技能强化训练》）。《中式烹调师（中级）》就是系列教材中的一本。

《技能强化训练》内容以国家职业技能鉴定考核要点为依据，全面体现“考什么、编什么”，有助于学生熟练掌握鉴定考核要求，对取证应试具有直接的指导作用。在结构上，《技能强化训练》分为应试指导、实战演练、亲临考场、理论知识强化四部分，引导学生在职业技能鉴定前进行科学的应试复习，其中前三部分直接指导操作技能考核，理论知识强化部分直接指导理论知识考核。《技能强化训练》在语言运用上力求简洁精炼，特别是在实战演练部分中多采用指令性语言，明确指导完成训练项目的实际操作步骤，使学生在短期内快速掌握鉴定考核要求。

《技能强化训练》既可作为各级各类职业院校及高等院校学生鉴定前短期强化培训教材，也可作为鉴定前应试辅导自学用书。

《国家职业技能鉴定操作技能强化训练——中式烹调师（中级）》由高山、张桐林、萧玉斌、李洪涛、甄雪松、杨旭编写，高山主编。

《技能强化训练》的编写模式是一次全新的探索，具有一定的难度，由于时间仓促，缺乏经验，不足之处恳请广大读者提出宝贵意见和建议。

劳动和社会保障部教材办公室

内容介绍

职业资格证书是就业通行证，国家职业技能鉴定的应试人数因此而日益攀升。本书的读者对象是职业技能鉴定应试人员中的学生群体。在内容上，根据考核要点的要求，逐条对读者进行鉴定前的强化训练；在形式上，根据考前科学的复习方式，逐步引领读者进入鉴定考核实战空间，并帮助读者到达胜利的彼岸。本书包括应试指导、实战演练、亲临考场、理论知识强化4部分。

应试指导——根据操作技能鉴定考核要求给出“技能鉴定考核试题形式”“试卷的组成及考核注意事项”“提高适应能力，考出好成绩”“考核内容”4项内容，旨在帮助和指导读者在考核前做好知识和心理等多方面的准备。

实战演练——根据操作技能考核的要求，逐条对考核要点的操作技能进行具体指导，旨在使读者深入理解考核要点的要求，并熟练掌握考核要点要求的操作技能。

亲临考场——通过完整的操作技能考核试卷使读者熟悉考试形式，了解考场规则、评分原则和标准，有针对性地进行考前准备。

理论知识强化——根据理论知识鉴定考核重点的要求，给出理论知识考试复习重点内容，旨在帮助读者在考前对理论知识考核要点内容进行强化记忆，起到“临阵磨枪”的作用。

目 录

应试指导	(1)
技能鉴定考核试题形式	(1)
试卷的组成及考核注意事项	(2)
提高适应能力, 考出好成绩	(2)
考核内容	(3)
中级中式烹调师操作技能鉴定考核要点表	(3)
中级中式烹调师理论知识鉴定考核要点表	(5)
实战演练	(21)
考核要点 1 原料出肉加工——肉鸡出肉	(21)
考核要点 2 原料出肉加工——肉鸭出肉	(24)
考核要点 3 原料出肉加工——鲤鱼出肉	(26)
考核要点 4 原料出肉加工——河虾出肉	(29)
考核要点 5 原料出肉加工——鳝鱼生出肉	(30)
考核要点 6 原料成形加工——鸡丝	(33)
考核要点 7 原料成形加工——鱼丝	(34)
考核要点 8 原料成形加工——莴笋丝	(36)
考核要点 9 原料成形加工——麦穗形	(37)
考核要点 10 原料成形加工——荔枝形	(39)
考核要点 11 原料成形加工——菊花形	(40)
考核要点 12 原料成形加工——蓑衣形	(43)
考核要点 13 原料成形加工——绣球形	(44)

考核要点 14	果蔬雕刻——月季花	(46)
考核要点 15	果蔬雕刻——牡丹花	(47)
考核要点 16	果蔬雕刻——大丽花	(49)
考核要点 17	果蔬雕刻——菊花	(50)
考核要点 18	果蔬雕刻——牵牛花	(52)
考核要点 19	果蔬雕刻——荷花	(54)
考核要点 20	果蔬雕刻——马蹄莲	(55)
考核要点 21	果蔬雕刻——杜鹃花	(57)
考核要点 22	冷菜拼摆制作——国色天香	(58)
考核要点 23	冷菜拼摆制作——雄鹰展翅	(60)
考核要点 24	冷菜拼摆制作——锦鸡报晓	(62)
考核要点 25	冷菜拼摆制作——孔雀开屏	(64)
考核要点 26	冷菜拼摆制作——北国风光	(66)
考核要点 27	冷菜拼摆制作——荷塘月色	(67)
考核要点 28	冷菜拼摆制作——飞燕迎春	(69)
考核要点 29	冷菜拼摆制作——南海风光	(70)
考核要点 30	指定热菜制作——滑炒肉丝	(72)
考核要点 31	指定热菜制作——爆炒腰花	(74)
考核要点 32	指定热菜制作——象牙里脊卷	(76)
考核要点 33	指定热菜制作——冬笋炒鸡丝	(78)
考核要点 34	指定热菜制作——芫爆鸡丝	(80)
考核要点 35	指定热菜制作——柠汁煎软鸡	(82)
考核要点 36	指定热菜制作——小煎鸡米	(84)
考核要点 37	指定热菜制作——东安炒仔鸡	(86)
考核要点 38	指定热菜制作——松仁炒鱼米	(88)
考核要点 39	指定热菜制作——银芽炒鸡丝	(90)
考核要点 40	指定热菜制作——韭黄炒鸡丝	(92)
考核要点 41	指定热菜制作——香酥仔鸡	(94)

考核要点 42	指定热菜制作——软溜鱼扇	(96)
考核要点 43	指定热菜制作——鲜笋生鱼球	(98)
考核要点 44	指定热菜制作——干烧鱼块	(100)
考核要点 45	指定热菜制作——糖醋鱼片	(102)
考核要点 46	指定热菜制作——水煮鱼片	(104)
考核要点 47	指定热菜制作——爆炒墨鱼卷	(106)
考核要点 48	指定热菜制作——爆炒鱿鱼卷	(108)
考核要点 49	指定热菜制作——烩乌鱼蛋汤	(110)
考核要点 50	指定热菜制作——锅煽豆腐	(112)
考核要点 51	指定热菜制作——拔丝苹果	(114)
考核要点 52	抽签热菜制作——菠萝咕嚕肉	(116)
考核要点 53	抽签热菜制作——鱼香肉丝	(118)
考核要点 54	抽签热菜制作——滑溜猪里脊	(120)
考核要点 55	抽签热菜制作——爆炒猪肝	(122)
考核要点 56	抽签热菜制作——抓炒里脊	(124)
考核要点 57	抽签热菜制作——南煎丸子	(126)
考核要点 58	抽签热菜制作——清炖狮子头	(128)
考核要点 59	抽签热菜制作——水煮牛肉	(130)
考核要点 60	抽签热菜制作——蚝油牛肉	(132)
考核要点 61	抽签热菜制作——爆炒鸭胗花	(135)
考核要点 62	抽签热菜制作——油爆鸡丁	(137)
考核要点 63	抽签热菜制作——宫保鸡丁	(139)
考核要点 64	抽签热菜制作——西湖醋鱼	(141)
考核要点 65	抽签热菜制作——鱼丸清汤	(144)
考核要点 66	抽签热菜制作——糖醋菊花鱼	(146)
考核要点 67	抽签热菜制作——香糟溜鱼片	(148)
考核要点 68	抽签热菜制作——炒彩椒鱼丝	(150)
考核要点 69	抽签热菜制作——红烧海参	(152)

应试指导

在你决定参加国家职业技能鉴定考试之前，你知道应该做哪些准备工作吗？

本部分根据操作技能鉴定考核要求给出“技能鉴定考核试题形式”“试卷的组成及考核注意事项”“提高适应能力，考出好成绩”“考核内容”4项内容。其中考核内容收录了2个表格，即操作技能鉴定考核要点表和理论知识鉴定考核要点表，这2个表格是下述实战演练、亲临考场、理论知识强化3部分内容的直接依据。同时通过这2个表格，可以使你对国家职业技能鉴定的考核内容结构及鉴定要求一目了然。

现在就帮助和指导你在考核前如何做好知识和心理等多方面的准备。

● 技能鉴定考核试题形式

烹调操作技能考核模块由基本素质、基本技能、菜肴制作3部分组成，其中，基本素质包括操作姿势和程序、操作卫生、合理用料、工具设备的使用与维护和安全文明生产等内容；基本技能包括原料出肉加工、原料成形加工、果蔬雕刻3个模块；菜肴制作包括冷菜拼摆制作、热菜制作2个模块，热菜制作又由指定热菜制作、抽签热菜制作和自选热菜制作3项内容组成。

题库首次引入了“否定项”。否定项是指由于某一项目关键性的考核不符合要求，而对此项考核的成绩作零分处理，或者即使其他项目的考核成绩合格，也视为本次操作技能考核不合格。例：“冬笋炒鸡丝”出现焦糊而不能食用，滑油结团超过1/2，汤汁过多等情况中的任何一项，即予以否定，该项成绩计为零分。

题库首次引入了“权重分”，除基本素质外，所设考核项目评分时均实行权重分，它满分为30分，占总分的30%。通用项所设评分点一项或几项满分时，方可给予权重分。

中级中式烹调师操作技能考试中，设备故障的分析与检修操作技能得分未达一半者即视为整个操作考核不合格。

中级中式烹调师操作技能考试中，在设备、设施、工具的使用和维护中，造成设备、设施、工具损坏的本项目为零分。

在考核过程中，如果在安全文明生产方面由考生责任造成重大事故的，视为整个操作考核不合格。

● 试卷的组成及考核注意事项

◆ 试卷组成

- 一套完整的技能考核试卷包括“准备通知单”“试题正文”和“评分记录表”。
- “评分记录表”包括扣分、得分、备注以及考评员签字等栏目，该部分内容由考评员填写。

◆ 计分

考核成绩采用百分制，技能操作考核采取分项积分累加计分法，60分为合格。

◆ 考核时间

- 实际操作技能考核时间原则规定为 150 min。
- 所有操作技能考核项目的鉴定内容必须在规定考核时间内完成，不得超时。
- 在某一试题考试中节余的时间不能在另一试题考试中使用。
- 总考试时间为各模块下试题考试时间的总和。
- 各项技能考核时间均不包括准备时间。

◆ 试卷头的填写与核对

试卷头中的准考证号、考生单位及姓名由考生用黑色或蓝黑色的钢笔、圆珠笔或签字笔填写；得分情况由考评员填写。考生在拿到试卷后应首先检查试卷是否和自己所报考的工种、级别相一致。

● 提高适应能力，考出好成绩

◆ 提高快速、准确地解决实际问题的能力

◆ 做好考前的针对性练习

◆ 做好考场的适应性练习

在临近考试前，考生均应到技能鉴定考试现场进行考前适应性练习。考生应熟悉鉴定考试环境和鉴定站准备的仪器、工具、量具和设备；根据鉴定范围，演练

1~2个具有代表性且综合性强的项目,以便熟悉操作内容,减轻考前心理压力,增强信心,发挥出应有的水平。

◆ 重要提示

- 听从鉴定站工作人员的统一指挥,按准考证的要求进入指定的考场、考位。
- 携带准考证、身份证等证件。
- 工作服、工作帽、围裙、工作鞋等应符合职业厨师的安全卫生要求。
- 仔细阅读试卷,弄清考题和考核要求,确定操作思路。
- 心态稳定、镇静、自信。
- 严格按照操作程序进行操作。
- 合理分配考试时间,避免因时间分配不合理而影响考核成绩。
- 考核过程中一旦发生意外事故,要沉着冷静,积极配合考务人员妥善处理。

● 考核内容

中级中式烹调师操作技能鉴定考核要点表

考核范围		考核要求	选择考核项目时应考虑的因素
冷菜拼摆	现场考核考生在冷菜拼摆盛装过程中所体现的基本素质	<ol style="list-style-type: none"> 1. 由考评人员在现场对考生进行技能考核 2. 注重考核冷菜制作的基础刀工和拼摆手法 3. 严格注意个人、成品、用具和工作台面的整洁卫生 4. 科学合理地选择使用原料 	考核考生的基本素质
热菜制作	现场考核考生在热菜制作过程中所体现的基本素质	<ol style="list-style-type: none"> 1. 由考评人员现场进行技能考核 2. 注重考核热菜制作过程中的基础加工、刀工、烹调姿势和操作流程 3. 严格注意个人、成品、用具和工作台面的整洁卫生 4. 科学、合理、合法地选择使用原料 	考核考生的基本素质
出肉加工 (1种)	出肉加工是根据烹调的基本要求,运用一定的技法,将动物性原料(如鸡、鱼、虾、蟹等)的肌肉组织从骨骼结构上剔出或取出的加工工艺	<ol style="list-style-type: none"> 1. 使用常见的动物性原料 2. 考核时从若干种原料中指定1种作为考核品种 3. 主要考核初加工的刀法 4. 统一准备原料,选择经过宰杀加工整理,并且品质新鲜,表皮和体形相对完整的原料 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本地区普遍使用的动物性原料 2. 注意有效控制操作时间和成本

续表

考核范围		考核要求	选择考核项目时应考虑的因素
刀技成形加工 (2种)	刀技成形是根据烹调的基本要求,运用一定的行刀技法,将经初步加工的原料再加工成具有一定形态的工艺过程	<ol style="list-style-type: none"> 1. 采用常见的植物性块根类和动物性原料(猪肉、牛肉、羊肉)各150g 2. 采用直刀法和平刀法进行加工 3. 原料成形加工成为丝、丁、片形状 4. 采用混合刀法对动物性原料进行花刀成形加工处理 5. 统一备料,选择经过宰杀加工,并且品质新鲜,表皮和体形相对完整的原料 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本地区普遍使用的动物性原料 2. 其他刀法 3. 基本刀法成形的代表性
象形拼盘 (1个)	象形拼盘又称花色拼盘,是指用熟练的刀工技法和拼摆手法将冷菜原料在盛器中拼摆成具有一定艺术性的冷盘菜式	<ol style="list-style-type: none"> 1. 采用8种以上能够直接食用的荤、素原料组合拼成 2. 原料具有较高的食用价值 3. 使用直径35cm以上的圆形盛器,或相当于上述面积大小的盛器进行盛装(考生自备) 4. 菜式设计应具有一定的艺术性,并具有良好的食用特性 5. 需要考生自己制定名称,自备原料 6. 所备原料考前考生不得提前进行刀技加工 	本地常见的象形拼盘
指定菜 (2个)	指定菜为命题部门依据职业鉴定标准,指定本职业本等级考生必做的考核菜品	<ol style="list-style-type: none"> 1. 指定菜具有普遍性、可比性和代表性 2. 采用常见的、较高档次的动物性原料,经过刀技成形,加工成丁、丝、片、条、块等形状 3. 采用常用的烹调方法进行制作 4. 根据标准要求给考生统一准备原料,其质量符合指定菜式的要求 	
抽签菜 (1~2个)	抽签菜为命题部门依据职业鉴定标准,在本职业本等级考生应知应会的菜品中划定一定范围和数量品种,作为抽签项目考核的菜品	<ol style="list-style-type: none"> 1. 抽签菜为考生应知应会的菜品 2. 采用常用的或较为高档的原料制作 3. 考核时从划定的抽签菜范围中选定1~2个菜品 4. 现场抽签并制作 5. 难易程度适度 6. 根据标准要求给考生统一准备原料,其质量符合指定菜式的要求 7. 抽签菜具有范围广泛、技法多样的特点 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本地区本等级考生应会制作的菜品 2. 注意控制时间和成本
自选菜 (2个)	是考生自定的、能够反映中级中式烹调师技术水平和个人操作特长的菜品	<ol style="list-style-type: none"> 1. 自选菜的制作要具有一定技术难度 2. 要具有鲜明的艺术特色和个性 3. 能够反映考生基本技能素质 4. 可以选用本地区著名的菜品 5. 考生自己命名菜品。自备自选菜品需用的原料不得提前经过刀技成形加工或定味处理 	