



GAODENG ZHIYE JIAOYU JIAOCAI

• 高等职业教育教材 •

西餐工艺

XICAN GONGYI

(第二版)

高海薇 主编



中国轻工业出版社

高等职业教育教材

西餐工艺

(第二版)

高海薇 主编

 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

西餐工艺 / 高海薇主编. —2 版. —北京: 中国轻工业出版社, 2008. 1

高等职业教育教材

ISBN 978-7-5019-6229-7

I. 西… II. 高… III. 西餐 - 烹饪 - 高等学校: 技术学校 - 教材 IV. TS972. 118

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 176911 号

责任编辑: 白 洁 史祖福

策划编辑: 白 洁 责任终审: 孟寿萱 封面设计: 锋尚制版

版式设计: 王超男 责任校对: 杨 琳 责任监印: 胡 兵 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印 刷: 河北省高碑店市鑫昊印刷有限责任公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2008 年 1 月第 2 版第 1 次印刷

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 10

字 数: 218 千字

书 号: ISBN 978-7-5019-6229-7/TS · 3625 定价: 18.00 元

读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 85111730

发行电话: 010-85119845 65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

60852J4X201ZBW

编写说明

全书共分七个部分,包括西餐概述、西餐刀工工艺、西餐调味工艺、西餐烹调工艺、西餐装盘与装饰工艺、欧美经典菜肴制作训练以及东南亚经典菜肴制作训练。

作为西餐专业教材,本书具有如下特点:

1. 注重西餐专业知识的系统性

本书的编写,从认识西餐厨房开始,到西餐菜肴的训练,基本涉及西餐专业各个岗位的知识点,便于读者系统而全面地掌握西餐知识。

2. 适应西餐行业发展的需要

本书在菜肴训练的编写中,除了选择欧美经典菜肴以外,还特别增加了东南亚经典菜肴的训练,使读者能够掌握东南亚菜肴的精髓,以适应东南亚菜在我国兴起和发展的新趋势。

3. 以理论为主线,实践操作性强

本书的编写,以理论为纲要,注重西餐的实践性。将西餐的制作工艺分为刀工工艺、调味工艺、烹调工艺、装盘与装饰工艺四大模块。在每个模块中,都安排了大量的实践性训练,使读者能够从理论和实践上,掌握西餐工艺的技术内涵。

本书由四川烹饪高等专科学校高海薇副教授主编,四川烹饪高等专科学校李晓老师、张浩老师、青岛酒店管理职业技术学院宋宇鸣老师、南宁职业技术学院朱照华老师、河南信阳高等专科学校邬全喜老师参与编写。

限于编写时间与作者水平,书中难免有不足之处,恳请读者批评指出。

编者

目 录

第一章 西餐概述	(1)
第一节 西餐的概念与特点	(1)
一、西餐的概念	(1)
二、西方烹饪技术的主要特点	(1)
第二节 西餐的分类	(5)
一、意大利菜	(6)
二、法国菜	(7)
三、美国菜	(10)
四、俄罗斯菜	(11)
五、西方其他主要国家菜肴	(11)
第三节 西餐厨房	(11)
一、西餐厨房工作人员应具有的基本知识与能力	(11)
二、西餐厨房机构设置与人员配备	(13)
第四节 西餐厨房常用工具与设备	(15)
一、西餐厨房常用设备	(15)
二、西餐厨房常用工具	(17)
第二章 西餐刀工工艺	(18)
第一节 西餐常用原料	(18)
一、西餐常用植物原料	(18)
二、西餐常用动物原料	(19)
三、西餐常用调味原料	(22)
第二节 西餐刀工技术	(26)
一、刀工技术的基本要求	(26)
二、常用刀法	(27)
三、常见的食物原料形状	(28)
第三节 西餐刀工技术训练	(28)
第三章 西餐调味工艺	(37)
第一节 西餐基础汤制作工艺	(37)
一、制作基础汤主要原料	(37)

二、基础汤类型与特点	(37)
三、基础汤制作要点	(38)
四、基础汤质量鉴别	(39)
五、基础汤制作训练	(39)
第二节 西餐调味技术	(41)
一、少司的概念	(41)
二、少司的构成	(41)
三、少司的作用	(42)
四、少司的分类	(43)
第三节 西餐调味技术训练	(44)
一、冷基础少司制作训练	(44)
二、冷变化少司制作训练	(45)
三、热基础少司制作训练	(46)
四、热变化少司制作训练	(49)
第四章 西餐烹调工艺	(51)
第一节 西餐常用烹调方法	(51)
一、以水为传热介质的烹调方法	(51)
二、以油为传热介质的烹调方法	(52)
三、以空气为传热介质的烹调方法	(53)
四、以铁板或铁条为传热介质的烹调方法	(53)
第二节 西餐常用的烹调方法训练	(54)
一、谷物原料烹调方法训练	(54)
二、畜类原料烹调方法训练	(56)
三、禽类原料烹调方法训练	(60)
四、水产品烹调方法训练	(64)
五、蔬菜烹调方法训练	(67)
第五章 西餐装盘与装饰工艺	(71)
第一节 西餐装盘与装饰的特点	(71)
第二节 西餐装盘与装饰技术的类型	(72)
第三节 西餐装盘与装饰技术训练	(73)
一、配菜的装盘与装饰技术训练	(73)
二、主料的装盘与装饰技法训练	(75)
三、少司的装盘与装饰技法	(78)
四、Buffet 的展台菜肴装饰技法	(78)

五、西餐的雕塑装饰技法	(79)
第六章 欧美经典菜肴制作训练	(80)
第一节 开胃菜制作训练	(80)
第二节 沙拉制作训练	(84)
第三节 汤菜制作训练	(89)
第四节 主菜制作训练	(96)
一、水产品类	(96)
二、畜类	(106)
三、禽类	(115)
第五节 餐后甜点制作训练	(123)
第七章 东南亚经典菜肴制作训练	(133)
第一节 日本菜肴制作训练	(133)
第二节 印度菜肴制作训练	(136)
第三节 印度尼西亚菜肴制作训练	(139)
第四节 韩国菜肴制作训练	(142)
第五节 越南菜肴制作训练	(143)
第六节 泰国菜肴制作训练	(144)
参考文献	(149)

第一章 西餐概述

第一节 西餐的概念与特点

一、西餐的概念

在我国，西餐有广义和狭义两种概念。

广义的西餐，指中国以外，其他国家的菜肴、点心以及制作这些菜肴、点心所运用的技法、工艺、包含的文化内涵等。

狭义的西餐，主要指欧洲、美洲、大洋洲等国家的菜肴、点心，以及制作这些菜肴、点心所运用的技法和工艺、包含的文化内涵等。

与中餐一样，西餐的历史十分悠久。早在古代巴比伦人的象形文字中，就有当时菜点种类和烹调方法的记载。此后，西餐的发展经历了古代西餐、中世纪西餐、近代西餐三个阶段，逐渐形成了以法国和意大利为首、丰富多彩的现代西方餐饮体系，与以中国烹饪为首的东方餐饮体系和以土耳其烹饪为首的中东餐饮体系并称为世界三大餐饮体系。

二、西方烹饪技术的主要特点

(一) 原料运用特点

1. 选料严谨

西餐对原料的选择十分严谨，追求原料品质和质地的最佳。以动物原料为例，西餐通常只选择牛、羊、猪、鸡、鸭、鱼、虾等原料的净肉部分，如：牛的背部和腰柳肉，鸡、鸭的胸脯和腿部，鱼身两侧的肉等，基本上不使用头、蹄、爪、内脏、尾等部位。只有法国等少数国家使用动物原料的其他部位，例如鸡冠、鹅肝、牛肾、牛尾等。

2. 讲究新鲜

西餐制作特别注重卫生和营养，尤其是一些可以直接生吃的原料。例如，制作各种沙拉的蔬菜、制作沙拉酱的鸡蛋以及牡蛎、牛肉、羊肉等。因此，西餐的烹调，对原料新鲜度的要求非常高。除了卫生等因素以外，新鲜的原料，还可以保证菜点营养、质地与口感的最佳。

3. 奶制品多

在烹调中大量使用奶制品，这是西餐的重要特点。西餐的奶制品非常多，如鲜奶、奶油、黄油、奶酪等。每一种奶制品又可以分成许多不同的品种，其中，奶酪就有上百种

之多。

奶制品在西餐中的应用非常广泛，而且作用各不相同。鲜奶除直接饮用外，还常用来制作各种少司，以及用于煮鱼、虾或谷物，或拌入肉馅、土豆泥中，以增加鲜美的滋味。淡奶油，在西餐烹调中常用来增香、增色、增稠或搅打后装饰菜点。黄油不仅是西餐常用的油脂，还可以制作成各种少司，并常用于菜肴的增香、保持水分以及增加滑润口感。奶酪常常直接食用，或者作为开胃菜、沙拉的原料；在热菜的制作中常常加入奶酪，起到增香、增稠、上色的作用。

（二）刀工技术特点

1. 根据原料特点选择刀具，刀具种类多

西餐讲究根据原料的特点和性质选择刀具。例如，在切割韧性较强的动物原料时，一般选择比较厚重的刀，如厨刀。而切质地细嫩的蔬菜和水果原料，则选择规格小、轻巧灵便的刀，例如沙拉刀。

西餐的刀具很多，不同的原料、不同的成型使用不同的刀具。例如，西餐有专门切肉的刀，专门去鱼骨的刀，专门切蔬菜和水果的刀，专门切熟食的刀，专门切面包的刀。根据原料的特点使用不同的刀具，便于操作者的操作，也使原料成型更简单、规格更整齐。

2. 刀工、刀法简洁，成型规格大方、整齐

西餐的刀工，具有简洁、大方，动物类原料成型比较大的特点。由于西方习惯使用刀叉作为食用餐具，原料在烹调后，食者还要进行第二次刀工分割，因此，许多原料，尤其是动物原料，在刀工处理上，通常呈大块、片等形状，如牛扒、菲力鱼、鸡腿、鸭胸等。一般每块（片）的重量通常在150~250g。

与中餐的刀工相比，西餐的刀工处理比较简单，刀法和原料成型的规格相对比较少。西餐的刀工成型，以条、块、片、丁为主，虽然成型规格较少，但要求刀工处理后原料整齐一致、干净利落。

3. 刀工技艺现代化

除了刀具众多外，西餐刀工的另一个特点就是大量使用现代化的设备，完成原料的成型过程。自动化、规格化是西餐刀工技术的重要特点之一。西餐厨房大量使用切片机、切块机等设备。使用各种设备，不仅降低了厨师的劳动强度，也可以提高速度，并使原料成型规格更容易统一。

（三）调味技术特点

1. 善于用酒

西餐常常根据不同的原料、菜式以及成菜要求，选用不同的烹调用酒，以达到最佳的增香除异的作用。例如，制作鱼虾等浅色肉菜肴，常使用浅色或无色的干白葡萄酒、白兰地酒；制作畜肉等深色肉类，常使用香味浓郁的干红、雪利酒等；制作野味菜肴则使用波特酒除异增香；而制作餐后甜点，常用甘甜、香醇的朗姆酒、利口酒等。

2. 讲究烹调后调味

菜肴的调味，一般分烹调前调味、烹调中调味、烹调后调味。在西餐的制作中，更注重烹调后调味。制作种类繁多的西餐调味汁——少司，是西餐烹调中的重要技术之一。这些各式各样的少司，主要用于烹调后的调味。

（四）烹调技术特点

1. 烹调工具多样化，便于操作

西餐烹调的工具多为专用，而且数量、品种以及规格都比较多。例如，有专门用于煎制原料的各种规格尺寸的煎盘，有专门用于制作少司的各种规格尺寸的少司锅，专门用于制作基础汤的汤锅，以及搅板、汤勺、蛋抽、切片机、粉碎机、搅拌机，等等。西餐的加热设备也非常多，如用于扒制的平扒炉和条扒炉，用于炸制的炸炉，以及烤箱、蒸箱，等等。

西餐的大多数工具和设备，由于有尺寸刻度，或者有可以操纵温度和时间的旋钮，比较容易操作。

西餐烹调用的各种锅具见图 1-1。



图 1-1 西餐烹调用的各种锅具

2. 主料、配料、少司常分别制作

与中餐不同，在西餐的菜肴制作中，主料、配料（配菜）、少司（调味汁）在许多情况下是分别烹制的，而并不是一锅成菜。西餐的主料、配料（配菜）、少司分别烹调成熟后，在盘子中，将它们组合到一起（见图 1-2）。

西餐中的配菜（Garnishes）是热菜菜肴不可缺少的组成部分。一般来说，在菜肴的主要部分（主料）做好后，在盘子的边上或在另一个盘内配上少量加工成熟的蔬菜或米饭、面食等菜品，从而组成一道完整的菜肴，这种与主料相搭配的菜品就叫配菜。

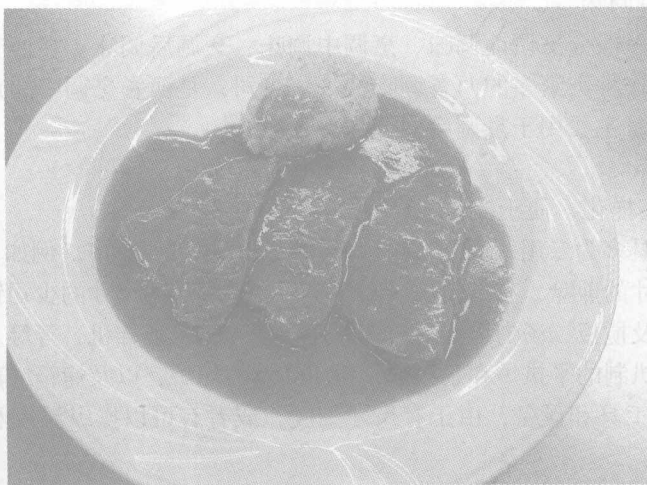


图 1-2 主料、配料、少司在盘中组合在一起

一份恰当的配菜，至少可以起到三个作用：

(1) 增加菜肴的美观 西餐的各种配菜，多数是用不同颜色的蔬菜或者米面制作的，一般要有一定的形状，如条状、块状、橄榄状、球状等，与主料相配，起到美色与美形的作用。

(2) 使营养搭配合理 西餐菜肴主料部分大多数是用动物性原料制作的，而配菜一般由植物性原料制作，这样搭配，就使一份菜肴既有丰富的蛋白质、脂肪，又含有丰富的维生素、无机盐，从而使营养搭配得更为合理，达到完全营养的要求。

(3) 使菜肴内容丰富 配菜的品种很多，什么菜肴用什么配菜，并不完全固定。虽然有一定的随意性，但也有规律可循。比如，汤汁较多的菜肴习惯上配米饭，水产类菜肴配土豆或土豆泥，意式菜肴多配面食，煎炸类菜肴要配时令蔬菜。这样的搭配既丰富了菜肴的内涵，又在风格上协调统一。

在西餐制作中，配菜与主菜的搭配有一定的随意性，但一份完整的菜肴在风格上和色调上要统一、协调。常用的配菜有以下三种形式：

(1) 以土豆和两种不同颜色的蔬菜为一组的配菜 如炸土豆条、花菜、煮豌豆可为一组配菜，烤土豆、西兰花、花菜也可以为一组配菜，大部分煎炸、铁扒类菜肴都采用这种形式的配菜。

(2) 以一种土豆制品单独作为配菜 此种形式大多与菜肴的风味特点搭配使用，如：法式羊肉串配里昂土豆、煮鱼配土豆、烤羊马鞍配烤土豆等。

(3) 以少量米饭或面食单独作为配菜 各种米饭大多用于带汁的菜肴，如咖喱牛肉配米饭和咖喱鸡配米饭等。各种面食大多用于配意大利菜肴，如米兰煎猪排配意大利面和

意式焖牛肉配炒通心粉等。

(五) 装盘特点

1. 主次分明, 和谐统一

西餐的摆盘强调菜肴中原料的主次关系, 主料与配料层次分明、和谐统一。

2. 几何造型, 简洁明快

几何造型是西餐最常用的装盘技法, 它是主要利用点、线、面进行造型的方法。几何造型的目的是挖掘几何图形中的美, 追求简洁明快的装盘效果。

3. 立体表现, 空间发展

西餐的摆盘除了在平面上表现外, 也在立体上进行造型。从平面到立体, 展示菜肴之美的空间扩大了。这种立体造型的方法也是西餐摆盘常用的方法, 是西餐摆盘的一大特色。

4. 讲究破规

整齐划一、对称有序的装盘, 会给人以秩序之感, 是创造美的一种手法。不过, 这样的摆盘也会缺乏动感。为了动中求静, 西餐在装盘技术上常采取破规的表现方法。例如, 在排列整齐的菜肴上, 突然斜放两三根长长的细葱。这种长线形的出现, 破坏了盘中已有的平衡, 使盘面活跃起来。

5. 讲究变异

变异, 从美学角度来说, 是指具象的变形。常用的手法是对具体事物进行抽象的概括, 即通过高度整理和概括, 以神似而并非形似来表现。变异的手法, 也是西餐中摆盘的技法之一。通过对菜肴原料的组合, 形成一种既像又不像的造型, 从而进一步引起食客的遐想。

中国菜常用写实装盘手法来表现, 例如, 将原料摆成花、鸟、虫等逼真的形状, 与写实装盘不同, 西餐的变异装盘技法, 会留下更加广阔的想象空间。

6. 盘饰点缀, 回归自然

西方菜肴的盘饰喜欢使用天然的花草树木, 这样的装饰, 目的是体现自然。

在装盘的点缀上, 西餐遵从点到为止的装饰理念。装饰料在盘中仅仅是点缀而已, 在使用上少而精。现代西餐一般不主张太过缤纷复杂的点缀, 认为这样会掩盖菜肴的实质, 给人一种华而不实的感。

第二节 西餐的分类

西餐的种类主要根据国家来区分, 比如法国菜、意大利菜、美国菜, 等等。虽然历史和文化的渊源很接近, 但由于各自的地理、气候、风俗等众多因素不同, 因此, 西方各国的饮食各具特色。

一、意大利菜

意大利菜是西餐的重要流派之一，被称为“欧洲烹饪的始祖”。

从历史发展角度上讲，意大利菜是意大利悠久历史和文化的结晶。早在两千多年前，古罗马人在烹饪上就已经显现出他们的才华和对饮食的热爱。古罗马人举办的宴会不仅丰富多彩，而且制作水平相当高，特别在面食制作方面。至今，意大利的面食仍然享誉全球。值得一提的是，在古罗马时代，厨师并不是奴隶，而是拥有一定社会地位的人，这为当时的烹饪发展提供了坚实的保障。在哈德连皇帝时期，罗马帝国甚至在帕兰丁山建立了一所厨师学校，以发展烹调技艺。以后，随着与欧洲其他民族的相互交流，意大利的烹饪逐渐形成了自己独特的风格。

（一）原料特点——具有浓郁的区域特色

在公元 1861 年前，意大利并不是统一的国家，它由许多个不同的小国家组成。因此，在悠久的历史长河中，各自为政的不同小“国家”，独立经营着它们特有的饮食文化。在这种历史背景之下，意大利菜在原料的使用上呈现出强烈的地域性。不同地区的烹调，大多选用和偏爱当地的特产。具有浓郁的区域特色，是意大利烹饪的重要特点之一。

（二）调味特点——善于使用橄榄油与醋

意大利盛产优质的橄榄油与醋。意大利的橄榄资源丰富，而且有着悠久的历史和高超的技术，可以生产出品质上乘的橄榄油。醋的制作，同样历史悠久。意大利有许多闻名世界的醋，例如黑醋。黑醋的制作工艺十分复杂。将 100L 意大利酒醋装入由优质橡木或樱桃木制作的木桶内，在长时间的陈酿过程中，醋与木桶香味互相作用、相互混合，水分自然蒸发和浓缩，最终才可酿成有着浓郁香味的传统意大利黑醋。沿用最传统、最正宗酿制方法制作的这种黑醋，100L 原汁，要经过 20 年的陈酿，最终只得到 1L 成品，味道浓烈，只需数滴即可香气四溢。

意大利菜肴的调味，在很大程度上注重和依赖橄榄油与醋。许多正宗意大利菜肴都少不了橄榄油与醋起到的增香作用。意大利最普通和流行的沙拉品种，大多将橄榄油和醋与各种蔬菜拌和即可。火腿片或香肠片制作的经典意大利开胃菜，也只需淋上橄榄油增香即可。

（三）烹饪技法特点——明快、简洁

意大利的烹饪原料丰富而鲜美，这使得意大利菜肴无须过多烹制，味道也非常诱人。以海鲜烹调为例，意大利三面环海，有丰富的海产资源，鱼虾贝类等十分新鲜。由于原材料新鲜上乘，简单的烹调方法就可以充分发挥原材料的色、香、味。因此，意大利常见的海鲜烹调方法多是烧烤、煎炒、油炸、烩或焖等。例如，在制作鱼类菜肴时，切块后只有烧烤、煎、粘上面粉煎等几种简单的烹调方法；整鱼也只有烧烤和煮烩少数烹调方法。和

海鲜一样，意大利肉类菜肴也倾向于简化各种不必要的操作手续，烹调方法简单而没有太多的花样。常见的肉类菜肴主要有各种肉扒，利用香草的香味进行烧烤，用番茄煮或用红葡萄酒烩等。

（四）菜品特点——面食品种多

意大利面食多而常见，因此有些人甚至认为面食即为意大利菜肴的代名词。

意大利面食的 대표之一就是意大利面条，其品种就有数十种之多，一般可分成两大类：一是面条或面片；二是带馅的面食，如饺子、夹馅面片、夹馅粗通心粉等。意大利烹调面条的方法很多，除用沸盐水煮好，食用时和调味汁混拌到一起外，还可以放在烤炉中焗，或者凉拌等等。而意大利比萨的种类也有数十种，根据加入的馅料不同，风味也有差异。

二、法 国 菜

法国烹饪技术与菜点被西方美誉为“欧洲烹饪之冠”，是西餐的重要代表流派之一。

法国菜真正的发展和繁荣是从16世纪开始的。当时的法国国王亨利二世迎娶了一位意大利公主为妻。随着这位爱好美食的公主嫁到法国，技艺高超的意大利厨师也一同来到了巴黎。这些意大利御厨，将意大利文艺复兴时期盛行的烹调方式、技巧、食谱、面食及华丽餐桌装饰艺术带到了法国，使法国烹饪获得了一次最好的发展良机。

到了路易十四时代，法国烹饪进一步得到发展。路易十四在凡尔赛建起庞大宫殿，让皇胄贵族到宫廷享受荣华富贵，开启了法国奢靡饮食的食风。路易十四时期，菜单上的菜肴被仔细分类，并且规定了一道菜吃罢，才上另一道菜的上菜模式，改变了从前将所有美食堆放在桌上的上菜习惯；同时，饮食礼仪亦变得更加讲究，并逐渐发展成为宫廷特有的制度；饮食的服务，也更上一层楼，用膳时，服务人员会在餐桌旁向嘉宾讲述每一道菜的起源、材料及做法等，让食客更能体会菜的特点，品尝时更觉有趣，并提升个人对菜肴的品味和鉴赏力。为了进一步促进法国烹调技术，路易十四还开创了全国性的厨艺大赛，获胜者被招入凡尔赛宫，授予“蓝绶带奖”（Cordon Bleu）。以后，获得“蓝绶带奖”成为全法国厨师们追求和奋斗的目标。此后的路易十五时代，法国菜被进一步发扬光大，厨师的社会地位也逐渐提高，厨师成为了一项既高尚又富于艺术性的职业，法国烹饪进入了黄金时期。

宫廷豪华饮食在法国大革命以后，逐渐走向民间。大革命以后，大量的宫廷厨师在巴黎等地开设餐厅，精美的菜品和高超的技艺以及华丽的就餐风格，让更多的人惊叹法国烹饪的华美，巴黎成为西方美食的中心，法国菜以其精致、浪漫、品位征服了世界。

近年来，法国菜不断精益求精，并将传统的古典菜肴发展为“新烹调法（NOUVELLE CUISINE）”，传统与现代相互融合，在菜肴的烹调上，更加讲究风味、个性、天然、技巧以及装饰和颜色的配合。

（一）原料特点

法国菜在原料的选择上具有三个明显特点：

1. 用料广泛

与中餐相比，西餐在选料上一般比较严格，许多原料如动物内脏等副产品，是很少用于烹调的。而法国菜在原料的使用上非常开放和大胆，牛胃、鹅肝、鸡胃、鸡冠，等等，都可以做出味道鲜美的法国菜。

2. 选料新鲜

法国烹饪讲究口味的自然和鲜美，许多原料使用简单的方法烹调，甚至无需动火，直接食用，比如牛肉。牛肉制作的牛扒有多种成熟度，法国烹调比较偏爱五成熟左右比较生的。法国人甚至将生牛肉切碎，制作成圆饼形的鞑靼牛扒，直接食用。而生吃牡蛎，也是法国的特色。不过度烹调，是为了不破坏原料本来的味道。所以，法国菜在原料的选择上，十分注重原料的新鲜度，力求将原料最自然、最美好的味道呈现给食客。

3. 奶制品多

提到法国烹饪，一个最明显的特点就是奶和奶制品使用频繁而广泛。比如法国的奶酪。法国奶酪闻名于世界，也是法国烹饪的骄傲，种类将近 400 种。不同的奶酪特色不同，用法也各异，有些直接食用，有些制作成少司，还有一些作为菜肴的原料。奶酪在法国菜中的广泛使用，使得法国菜肴丰富多彩、香味浓郁。

（二）调味特点

在调味上，法国菜与其他国家的相比，具有明显的优势。

1. 最先对少司进行科学总结

法国烹饪对西餐的巨大贡献之一，就是用科学的方法将众多少司进行梳理，使得原本散乱无章的少司，变得脉络清晰。法国厨师最先将少司分成基础少司和变化少司，并将每种基础少司的特点、制作方法进行整理，同时，指出变化少司与基础少司的关系，如同母子，基础少司是西餐调味的基础和根本，变化少司是在基础少司之上，通过增加调味原料等方法，制作而成。

少司被这样梳理以后具有三个明显益处：一是突出和确定了基础少司的地位，二是调味者在了解了少司之间的关联后，更加容易掌握少司的制作。三是为创新新少司提供了方向和思路。

2. 少司多样

少司，是西餐中的调味汁，西餐菜肴的最后味道绝大部分取决于少司的味道，因此，少司的制作是西餐调味的关键。在西方，一个国家烹调水平的高低，与少司的种类多少有密切关系。法国菜之所以被称为“欧洲烹饪之冠”，一个重要原因，在于它善于制作少司，法国少司不仅种类最多，而且味道丰富、颜色多样，因此法国菜肴才会如此丰富多彩。

3. 重视酒的运用

法国烹调中非常注重酒的使用，有人形容，法国菜“用酒如同用水”。法国菜大量将酒运用在烹调中，这与在法国，酒特别是葡萄酒的产量大、风味独特、品种多有关系。此外，法国葡萄酒的品质很好，有许多是世界著名品种。

法国菜用酒既广泛也巧妙，在开胃菜、汤菜、主菜、甜品、少司等的制作中，多会用酒除异味增香。许多法国著名菜品多使用了酒，比如红酒蜗牛、普罗旺斯海鲜汤、红酒烩梨等。在使用上，法国菜会根据原料和菜肴的特色选择不同的酒。比如制作甜品，选择甜味的果酒比较多；制作牛肉，选择味道浓烈的酒，比如干红；制作海鲜，则选择味道清淡的酒，比如干白。不同的酒与不同的原料配合，从而产生新的滋味，为菜肴增添无穷魅力。

(三) 烹调技法特点

法国菜肴的烹调技法具有两大特点。

1. 传统菜肴制作工序复杂

法国的传统菜肴对品质要求十分严格，因此，在制作过程中，对每一道工序都要求精益求精，尤其是对少司的制作更加认真，在选择什么原料、原料之间如何搭配、使用的火候、烹调的时间等方面都有要求。由于法国烹饪讲究少司制作，因此，在少司上，愿意花工夫以求达到最佳效果。制作法国少司，不仅原料多，而且工序复杂，时间花费长。此外，法国菜讲究配菜的制作，一道菜常常有3个以上的配菜，为了突出不同配菜的风味，法国烹饪也常常将配菜分别制作，有时甚至采取不同的烹调方法，以求得最佳搭配。

2. 现代菜肴烹调讲究简单、健康

现代法国菜起源于20世纪70年代。新派法国菜在烹调上着重原汁原味、材料新鲜，口味调配比较清淡。特别是在20世纪90年代后，人们对健康逐渐重视，由Michael guerard倡导的健康法国菜在西方十分盛行。这类菜肴采取简单直接的烹调方法，减少使用油，少司多用原肉汁调制，或者使用新鲜水果、蔬菜、香料制作。

(四) 菜品特色

法国菜品有两大特色，一是有三种不同风格菜系在法国并存，二是法国菜讲究与酒的搭配。

1. 三大流派

(1) 古典法国菜派系 这类菜系起源于法国大革命前，是那时皇胄贵族中流行的菜肴。古典菜派系对烹调的要求十分严格，从选料到最后的装盘，都要求完美无缺。

(2) 家常法国菜派系 源自法国平民的传统烹调方式，选料新鲜、做法简单。

(3) 新派法国菜派系 新派法国菜在烹调上着重原汁原味、材料新鲜，口味比较清淡。

2. 讲究与酒搭配食用

法国菜肴在食用时，非常注重与酒的搭配。由于酒的风格与菜品的特色各异，因此法国烹调认为，如果要使菜品的风味更加完美和谐，就必须认真选择合适的酒一起搭配食用。法国菜在酒与菜的搭配上，不仅有基本原则作指导，甚至对每一道菜的酒的搭配也有建议。在法国菜的菜谱上，常常有一些建议，比如甲菜最好搭配 A 酒，乙菜最好搭配 B 酒，等等，以使酒和菜在食用时效果都达到最佳。

三、美 国 菜

与意大利和法国相比，美国菜的历史虽然并不长，但风格独特。位于北美洲南部的美国，东临大西洋，西濒太平洋，北接加拿大，南靠墨西哥及墨西哥湾。辽阔的土地、充沛的雨量、肥沃的土壤、众多的河流湖泊，是美国饮食形成与发展的物质基础。

除此之外，美国菜的形成与发展，还得益于美国是一个多民族的国家。其人口的构成，除了来自以英国为主的欧洲各国移民外，还有来自于世界其他地区，如非洲、拉丁美洲、亚洲等的移民，以及美国本土的印第安人。来自不同地区的人，带来了不同的文化和风俗。在这样独特的人文环境下，美国菜呈现出的是以英国菜为基础，又融合不同国家烹饪的多彩多姿的风格。

（一）口味自然、清淡，制作工艺简单

美国菜的基本特色是用料朴实、简单，口味清淡，突出自然，制作过程也不复杂。比如沙拉的制作，美国沙拉多选择蔬菜和水果，制作的过程也非常简单，在美国菜中占有重要地位，可以作为开胃菜、主菜、副菜、甜菜，等等。美国有许多著名沙拉菜肴，例如美国著名大饭店 Waldorf Hotel 创造的华尔道夫沙拉以及因美国著名女演员 George Arliss 曾在演出中成功扮演了绿色女神而命名的绿色女神沙拉等。此外，在调味上，美国少司的种类比法国要少得多。而在烹调方法上，美国菜偏重拌、烤、扒等简单迅速的制作方式。

（二）风格多样，融会贯通

由于美国是一个多民族国家，不同地区的移民带来的是不同文化背景的菜式，因此美国菜是各流派并存、多彩多姿、相互融合的。

在这些菜肴中，有的来源于法国，比如普罗旺斯式鸡沙拉。这道菜，吸收了法国普罗旺斯地区善于使用香料的特点，以美国人最喜爱的生拌形式（即沙拉）表现出来。而秋葵浓汤，是移居于美国路易斯安那州的法国移民所创造，如今已经成为美国著名汤菜之一了。脆皮奶酪通心粉，主要原料和做法来源于意大利，而奶酪却使用了产于美国的切德奶酪。此外，其他国家移民带来的各种烹调方法，也被移植为美国人民所用。印度人发明的咖喱粉，在美国烹饪中被用于制作咖喱烤鸡；西班牙人最为拿手的米饭做法也被美国烹饪吸收，制作出葡萄干米饭、蘑菇烩饭、什锦炒米饭等。还有受到南美影响而创造出的各种辣味菜式——辣味烤肉饼、辣椒牛肉酱、炖辣味蚕豆等。