



普通高等教育“十一五”国家级规划教材

烹饪学 概论

马健鹰 薛蕴
主编

PENGRXUE GAILUN

 中国纺织出版社



普通高等教育“十一五”国家级规划教材

烹饪学概论

马健鹰 薛 蕴 主编

利永周 周文荣 陈履锡 蔡俊明 沈宪林 参编

编委会名单

主 任：路新国 李陵申

成 员（按姓氏笔画为序）：

丁应林	马健鹰	李陵申
李祥睿	朱云龙	陈忠明
周明扬	周晓燕	赵 廉
路新国		

 中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

烹饪学概论/马健鹰,薛蕴主编. —北京:中国纺织出版社,2008.1

(普通高等教育“十一五”国家级规划教材)

ISBN 978-7-5064-4729-4

I.烹… II.①马…②薛… III.烹饪—方法—中国—高等学校—教材 IV.TS972.117

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 179297 号

策 划:李炳华 责任编辑:卢志林 版式设计:赵 宁
责任印制:初全贵 封面设计:Z2 书籍装帧工作室

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京华联印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2008年1月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:19

字数:288千字 定价:28.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

出版者的话

全面推进素质教育,着力培养基础扎实、知识面宽、能力强、素质高的人才,已成为当今高等教育的主题。教材建设作为教学的重要组成部分,如何适应新形势下我国教学改革要求,与时俱进,编写出高质量的教材,在人才培养中发挥作用,成为院校和出版人共同努力的目标。2005年,教育部颁发了文件,明确指出我国普通高等教育教学工作要着眼于国家现代化建设和人的全面发展需要,着力提高学生的学习能力、实践能力和创新能力。要推进课程改革,不断优化学科专业结构,加强新设置专业建设和管理,把拓宽专业口径与灵活设置专业方向有机结合。要继续推进课程体系、教学内容、教学方法和手段的改革,构建新的课程结构,加大选修课程开设比例,积极推进弹性学习制度建设。要切实改变课堂讲授所占学时过多的状况,为学生提供更多的自主学习的时间和空间。大力加强实践教学,切实提高大学生的实践能力。区别不同学科对实践教学的要求,合理制定实践教学方案,完善实践教学体系。并强调要加强教材建设,大力锤炼精品教材,并把精品教材作为教材选用的主要目标。对发展迅速和应用性强的课程,要不断更新教材内容,积极开发新教材,并使高质量的新版教材成为教材选用的主体。

教育部组织制订了普通高等教育“十一五”国家级教材规划,并于2006年8月10日正式下发,确定了9716种“十一五”国家级教材规划选题,我社共有103种教材被纳入国家级教材规划。为在“十一五”期间切实做好教材出版工作,我社主动进行了教材创新型模式的深入策划,力求使教材出版与教学改革和课程建设发展相适应,充分体现教材的适用性、科学性、系统性和新颖性,使教材内容具有以下三个特点:

(1) 围绕一个核心——育人目标。根据教育规律和课程设

置特点,从提高学生分析问题、解决问题的能力入手,教材附有课程设置指导,并于章首介绍本章知识点、重点、难点及专业技能,增加相关学科的最新研究理论、研究热点或历史背景,章后附形式多样的习题等,提高教材的可读性,增加学生学习兴趣和自学能力,提升学生科技素养和人文素养。

(2) 突出一个环节——实践环节。教材出版突出应用性学科的特点,注重理论与生产实践的结合,有针对性地设置教材内容,增加实践、实验内容。

(3) 实现一个立体——多媒体教材资源包。充分利用现代教育技术手段,将授课知识点制作成教学课件,以直观的形式、丰富的表达充分展现教学内容。

教材出版是教育发展中的重要组成部分,为出版高质量的教材,出版社严格甄选作者,组织专家评审,并对出版全过程进行过程跟踪,及时了解教材编写进度、编写质量,力求做到作者权威,编辑专业,审读严格,精品出版。我们愿与院校一起,共同探讨、完善教材出版,不断推出精品教材,以适应我国高等教育的发展要求。

中国纺织出版社
教材出版中心

序

真正意义上的高等烹饪教育,始于1983年原江苏商业专科学校开办的中国烹饪专业。随着高等烹饪教育的发展,烹饪专业也由原来的专科层次上升到本科层次。进入21世纪以后,国内有的高校又通过相关专业的硕士点,如食品科学专业、营养与食品卫生学专业等开始招收烹饪专业本科生攻读硕士学位,从这个意义上讲,高等烹饪教育又进一步上升到了硕士研究生的层次。

高等烹饪教育的创办,面临的首要任务之一就是教材建设。1990年前后,以原江苏商业专科学校中国烹饪专业为主,在上海科学技术出版社和中国商业出版社出版了面向专科层次的第一套烹饪专业的教材,基本上解决了创办高等烹饪教育所面临的教材问题,有力地推动了我国高等烹饪教育事业的发展。随着我国高等烹饪教育事业的发展,办学层次的提高,2000年前后,在中国轻工业出版社的大力支持下,以扬州大学旅游烹饪学院为主,联合全国设有烹饪专业的高等院校,编写出版了面向21世纪中国高等烹饪教育、供本科及专科选用的第二套教材,计20种,成为21世纪初国内高等烹饪专业普遍选用的教材。其中,部分教材还被其他相关专业所选用。近年来,随着学科研究的进展、专业建设和教学改革的不深入,对原有的教材进行修订和对新开设课程教材的编写又成为当前教材建设的重要任务。中国纺织出版社对高等烹饪教育的教材建设给予了高度的重视,出版社的主要领导先后数次到扬州讨论教材的修订和编写工作,组织申报了“十一五”国家级规划教材和“十一五”部委级规划教材,并作为“社长工程”来保证出版质量。

本次修订及新出版的教材共计17种。其中《烹饪学概论》、《烹饪原料学》、《烹调工艺学》、《面点工艺学》、《中医饮食保健学》、《烹饪工艺美术》、《中国冷盘工艺》、《西餐工艺》、《宴会设计与管理》等9种为“十一五”国家级规划教材,《中国名菜》、《中国风味面点》、《餐饮管理》、《烹饪营养学》、《饮食风俗》、《烹饪基本功训练教程》、《饮品与调酒》、《茶艺赏析》等8种为“十一五”部委级规划教材。本套教材实行主编负责制,担任本套教材主编的都是长期在教学一线从事教学、具有丰富教学经验的教授或主讲教师。为保证教材的编写质量,在先后数次召开教材主编编写会议的基础上,2007年10月,还在扬州大学旅游烹饪学院召开了有中国纺织出版社主要领导、教材主编及部分编写人员参加的教材编审会议,对教材的质量和教材格式等提出了进一步的要求,并明确了教材出版的

时间。

本套教材突出了烹饪与营养教育专业的特色,体现了与时俱进的特点,并力求在科学性、规范性、先进性、系统性和适用性等方面达到一个新的高度。本套教材可供普通高等院校四年制本科、继续教育本科段教学使用,也可供高等职业院校教学选用,部分教材还可供营养学、护理学、食品科学与工程、餐饮管理等相关专业使用。

经过全体教材参编人员的共同努力,本套教材已陆续出版,我们热忱祈望使用本套教材的师生、同行专家学者和广大读者对本套教材提出宝贵意见,以便在再版时能使之进一步完善。

本套教材在编写出版过程中得到了中国纺织出版社的大力支持,在此一并表示感谢!

路新国

前言

雄洲泱泱,史程荡荡;英杰星灿,文明辉煌。纵观中华历史,以文明创造为发展主脉;文明创造,又以烹饪饮食独具特色。烹饪饮食,素为帝王庶民所重,帝王庶民,共呼“民以食为天!”中华如此历程,灼灼于世界民族之林。烹饪饮食活动,乃是人类生存之首要,文明演进之起步,世界任何一个民族的发展史,无不以该民族之烹饪饮食活动为起点,然大多民族在历史发展中,只将烹饪饮食视为果腹充饥与营养身体罢了,都未曾将重视饮食文明之创造贯彻于始终;唯中国,上自帝王将相,下至布衣黎庶,皆对烹饪饮食甚为关注。庖厨之事,自古不小:汤任伊尹为相,春秋易牙得宠,此后,梁人孙谦、北魏侯刚之辈,莫不以精于厨艺而得取高官厚禄。至于布衣平民,因高超庖术厨艺而名传于世者不可胜数,膳祖、梵正、萧美人、王小余,身虽平民,然厨艺卓越,为世人称道。“以食为天”,并非空穴之风,中国自古以农立国,传统文化以“和”为最高境界,而烹饪饮食可谓“和”之大道,是故华夏民族创造文明以烹饪饮食为始,今以烹饪饮食之卓然盛态夺目于世,中国烹饪已独成一学,为世界文明作出巨大贡献,《诗·大雅·荡》云:“靡不有初,鲜克有终。”亦或此之谓耶?

时逢今之盛世,国民经济发达,餐饮市场出现史无前例之繁荣,如此形势,更需培养造就大量烹饪生产与管理人才。培养人才,先行教材。烹饪学概论,即以研究中国烹饪学各学科性质、内容特点及学科间彼此关系为主要内容,乃是高等烹饪专业与高等餐饮服务专业之入门课与必修课。它从理论上对中国烹饪体系之各个组成部分给予提纲挈领之展示,使学生在理论上对中国烹饪有一整体宏观之把握,为学习其他专业课打好基础。另一方面,它从文化角度展现了中国烹饪所创造之高度物质文明与精神文明,学生在学习过程中应能从中深刻感悟中华民族烹饪文化之博大与深厚。鉴于高等烹饪专业与高等餐饮服务专业之教学积累和现今餐饮市场之变化规律,结合当前最新之烹饪理论研究成果,笔者编写本部《烹饪学概论》教材,强调以下几点:

思想性 烹饪学概论乃为理论性较强之课程,倘无正确的思想理论以指导编写,学生则不能系统深刻地掌握其学习内容,更不能学会看待事物与分析处理问题之正确方法。新编教材运用历史的科学的观点和理论与实际密切结合的思想方法,分析和总结中国烹饪在特定历史条件下,在多种因素综合制约中发展到今天。使学生从新编教材中处处感受到中国烹饪文化之辉煌与所面临之挑战,

正确把握中国烹饪发展规律,引导学生对中国烹饪做到扬长避短,弘扬传统,发挥优势,科学创新。

客观性 新编教材充分注意到饮食文化近年来在烹饪餐饮业中新的客观进展,充分考虑到高等餐饮管理与服务类专业学生之实际基础与客观需求,为学生开拓知识提供客观素材,加大近年来烹饪理论研究与餐饮市场方面出现的信息量,给学生以更为广阔自由之思想空间与创造空间,以提高学生独立思考能力和学术研究水平。

准确性 新编教材将借鉴以往教材编写经验和教训,从教材体系制定,到概念定义表达,从学术问题之理论阐述,到学术思想之具体分析,力求准确严谨,对有争议之学术性问题,进行了客观的比较和分析,从而得出能为餐饮业认可并为广大学生接受的准确结论。准确性不仅是学术的基本特征,更是教材的生命所在,学生通过对教材的学习与把握,基本上能够感受准确的分析与表达是学术研究的必行之路,从而养成认真求实、严肃准确的良好治学作风与人生态度。

系统性 烹饪学是一门学科领域跨度广泛的课程,它涉及营养学、化学、生物学、物理学、医学、农学、水产学、林学、畜牧学、食品学、工艺学、民俗学、人类学、社会学、美学、哲学、历史学、考古学、语言学等多门学科,这就要求新编教材必须构建出科学完整之系统模式,形成内容全面、逻辑清楚、层次分明之科学体系,使烹饪学所涉猎各门学科皆能科学有序、深入浅出地为学生所掌握,使学生在 学习过程中,能按照系统工程之递进模式循序渐进。

创新性 新编教材在章节结构、学术思想、案例选排、辅助阅读和课后习题方面将均有创新,使学生在真正感受新编教材所具备知识性、可读性、趣味性和可操作性之同时,也培养学生在学术研究和实际运用中所应具备之创新精神。

实用性 学以致用,此乃学习之真正目的。新编教材将摒弃以往《烹饪学概论》教材不切实际、空洞说教之通病,密切结合餐饮业之实际需求,坚持理论、方法与案例相结合,定性研究与定量分析相结合,其理论既有对现实之归纳总结,又有自身之逻辑推演,从而揭示烹饪的本质及其发展规律,使教材更具有现实指导性和实用性。

本教材在编写过程中,笔者就中国烹饪学各学科之内容与特点进行理论阐述,力求全方位把握和体现中国烹饪学之总体精神,既有一定深度,又根据教材使用对象之实际情况,力求行文通俗易懂。笔者诚望广大读者在阅读和学习使用本教材时,不断提出意见和建议,以便今后再版时修改和完善。

马健鹰 薛 蕴

2007 年 8 月

《烹饪学概论》教学内容及课时安排表

章/课时	课程性质/课时	节	课 程 内 容
第一章	理论教学 (6 课时)		· 中国烹饪历史发展
		一	中国烹饪的萌芽阶段
		二	中国烹饪的形成阶段
		三	中国烹饪的发展阶段
		四	中国烹饪的成熟阶段
		五	现代中国烹饪文化
第二章	理论教学 (2 课时)		· 中国烹饪原料
		一	中国烹饪原料的基本概念及开发利用的历程
		二	中国烹饪原料的特点与分类
第三章	理论教学 (4 课时)		· 中国烹饪工艺
		一	中国烹饪工艺的内容组成与基本特点
		二	中国烹饪选料与清理工艺
		三	分解工艺
		四	混合工艺
		五	优化工艺
		六	制熟工艺
第四章	理论教学 (2 课时)		· 中国烹饪生产管理与产品销售
		一	中国烹饪生产管理特点与要求
		二	中国烹饪生产管理
		三	中国烹饪产品的市场营销
第五章	理论教学 (4 课时)		· 中国烹饪风味流派
		一	中国烹饪风味流派的界定
		二	四大菜系
		三	历史传承风味
		四	其他主要地方风味流派
		五	主要少数民族风味
		六	中国清真菜

章/课时	课程性质/课时	节	课 程 内 容
第六章	理论教学 (4 课时)		· 中国烹饪文化积淀
		一	中国烹饪文化的基本概念
		二	中国古代烹饪文献
		三	中国烹饪饮食思想
		四	中国烹饪饮食器具
		五	中国食俗
第七章	理论教学 (2 课时)		· 中国饮食烹饪科学
		一	中国饮食烹饪科学思想体系
		二	中国传统饮食结构
第八章	理论教学 (6 课时)		· 中国烹饪艺术
		一	中国烹饪艺术的基本精神
		二	中国烹饪艺术的主要内容
		三	中国饮食烹饪活动中的象征艺术
第九章	理论教学 (2 课时)		· 中国烹饪的现状与未来发展趋势
		一	中国烹饪发展现状
		二	中国烹饪的未来发展

注:各院校可根据自身的教学特色和教学计划对课程时数进行调整。

目 录

第一章 中国烹饪历史发展	1
第一节 中国烹饪的萌芽阶段	2
一、中国烹饪萌芽阶段的基本状况	2
二、中国烹饪萌芽阶段的文化特征	5
第二节 中国烹饪的形成阶段	5
一、中国烹饪形成阶段的社会背景	5
二、中国烹饪形成阶段所取得的重大成就	8
第三节 中国烹饪的发展阶段	16
一、中国烹饪发展阶段的社会背景	17
二、中国烹饪发展阶段所取得的重大成就	20
第四节 中国烹饪的成熟阶段	28
一、中国烹饪成熟阶段的历史背景	28
二、中国烹饪成熟阶段的文化成就	30
第五节 现代中国烹饪文化	38
一、烹饪工具与烹饪方式有了明显的变化,并趋于现代化	38
二、优质烹饪原料发展较快,品种增多	39
三、民族、地区及中外之间饮食文化与烹饪技术交流频繁	39
四、西方现代营养学对中国烹饪文化的影响	40
五、创新筵席大量涌现与饮食市场空前繁荣	41
◎阅读与思考:临水斫脍	41
◎总结	42
◎同步练习	43
第二章 中国烹饪原料	45
第一节 中国烹饪原料的基本概念及开发利用的历程	46
一、烹饪原料的基本概念	46
二、烹饪原料的开发应用历程	46

第二节 中国烹饪原料的特点与分类	54
一、中国烹饪原料的特点	54
二、中国烹饪原料的分类	55
◎阅读与思考:蔬菜的历史	59
◎总结	60
◎同步练习	60

第三章 中国烹饪工艺 61

第一节 中国烹饪工艺的内容组成与基本特点	62
一、中国烹饪工艺的内容组成	62
二、中国烹饪工艺的基本特点	62
第二节 中国烹饪选料与清理工艺	65
一、选料工艺	65
二、新鲜植物原料摘剔工艺	66
三、粮食及添加剂原料的拣选加工	67
四、水产原料的清脏加工	67
五、陆生动物原料的宰杀加工	68
六、干货原料的涨发加工	70
第三节 分解工艺	71
一、分解工艺的概念、作用和内容	71
二、拆卸工艺	71
三、刀工工艺	71
四、剞花工艺	73
第四节 混合工艺	74
一、混合工艺的概念与作用	74
二、制馅工艺	74
三、制蹄工艺	76
四、制面团工艺	76
第五节 优化工艺	77
一、优化工艺的概念和本质	77
二、调味工艺	78
三、着色工艺	79
四、致嫩工艺	80
五、着衣工艺	81

六、食品雕刻工艺	82
第六节 制熟工艺	83
一、制熟工艺的概念与性质	83
二、制熟加工方法的种类	83
三、预热加工	84
四、油导热制熟的方法	85
五、水导热制熟法	86
六、其他烹饪方法	88
◎阅读与思考:淮扬菜一绝——长鱼菜	88
◎总结	89
◎同步练习	89
 第四章 中国烹饪生产管理与产品销售	91
第一节 中国烹饪生产管理特点与要求	92
一、中国烹饪生产管理的特点	92
二、中国烹饪生产管理的基本要求	93
第二节 中国烹饪生产管理	94
一、菜单设计	94
二、烹饪生产运作管理	98
三、烹饪产品成本控制	101
四、烹饪生产卫生安全管理	104
第三节 中国烹饪产品的市场营销	107
一、餐饮消费者分析	107
二、烹饪产品销售服务管理的特点	108
三、烹饪产品销售服务的基本内容	109
四、烹饪产品销售服务质量管理的基本要求	109
◎阅读与思考:餐饮管理的内参——神秘顾客	111
◎总结	112
◎同步练习	112
 第五章 中国烹饪风味流派	113
第一节 中国烹饪风味流派的界定	114
一、风味流派与菜系	114
二、中国烹饪风味流派的形成因素	114

三、中国烹饪风味流派的认定标准	116
第二节 四大菜系	117
一、江苏(淮扬)菜系	117
二、粤菜系	118
三、鲁菜系	119
四、川菜系	119
第三节 历史传承风味	120
一、宫廷风味	120
二、官府风味	126
三、寺院风味	129
四、市肆风味	133
第四节 其他主要地方风味流派	139
一、北京菜	139
二、上海菜	139
三、东北菜	140
四、西北菜	140
五、安徽菜	140
六、浙江菜	140
七、湖南菜	140
八、福建菜	141
九、湖北菜	141
十、河南菜	141
第五节 主要少数民族风味	141
一、朝鲜族菜	142
二、满族菜	142
三、蒙古族菜	142
四、彝族菜	142
五、藏族菜	142
六、苗族菜	143
七、侗族菜	143
八、傣族菜	143
九、土家族菜	143
十、京族菜	143
十一、壮族菜	144

十二、高山族菜	144
第七节 中国清真菜	144
一、中国清真菜的发展历史	144
二、清真风味的基本特点	145
◎阅读与思考:华夏六大“怪吃”	146
◎总结	147
◎同步练习	148
 第六章 中国烹饪文化积淀	149
第一节 中国烹饪文化的基本概念	150
一、“文化”的诠释	150
二、中国烹饪文化与饮食文化	151
第二节 中国古代烹饪文献	152
一、中国古代烹饪文献总述	152
二、中国烹饪古籍举要	155
第三节 中国烹饪饮食思想	160
一、饮食与自然	161
二、饮食与社会	162
三、饮食与健康	167
四、饮食与烹调	168
五、饮食与艺术	170
第四节 中国烹饪饮食器具	172
一、饪食具	173
二、酒具	179
三、茶具	181
第五节 中国食俗	183
一、汉族食俗	184
二、少数民族食俗	196
◎阅读与思考:闲言碎语话年糕	202
◎总结	203
◎同步练习	203
 第七章 中国饮食烹饪科学	205
第一节 中国饮食烹饪科学思想体系述要	206

一、天人合一的生态观念	206
二、食治养生的营养观念	207
三、五味调和的美食观念	209
第二节 中国传统饮食结构述要	210
一、中国饮食结构的表现形式	211
二、中国饮食结构的基本内容	218
三、中国传统食物结构分析	219
◎阅读与思考:味觉与养生相关	220
◎总结	221
◎同步练习	221
第八章 中国烹饪艺术	223
第一节 中国烹饪艺术的基本精神	224
一、“中和”的源出	224
二、“和而不同”的烹饪美学	225
三、“以中为度”的审美准则	227
第二节 中国烹饪艺术的主要内容	229
一、味觉艺术	229
二、味外之味	233
三、筵席艺术	242
第三节 中国饮食烹饪活动中的象征艺术	249
一、礼仪制度中的饮食象征艺术	249
二、宗教活动中的饮食象征艺术	253
三、民间风俗中的饮食象征艺术	256
四、中国饮食象征艺术的基本特征	261
◎阅读与思考:饮食觅佳境(节选)	269
◎总结	270
◎同步练习	270
第九章 中国烹饪的现状与未来发展趋势	273
第一节 中国烹饪发展现状	274
一、餐饮市场	274
二、技术创新	275
三、烹饪教育	276