

美味
的
秘
密

MEIWEI DE MIMI

晏新民 编著

湖北长江出版集团
湖北科学技术出版社

大厨们的调味秘籍

第一次真正揭开厨房机密



150种调味品使用法则

300种味汁的调制秘方

500种特色菜制作要诀

美味的秘密

大厨们的调味秘籍

晏新民 编著



MEIWEI DE MIMI

湖北长江出版集团
湖北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

美味的秘密:大厨们的调味秘籍/晏新民编著武汉:

湖北科学技术出版社,2007.5

ISBN 978-7-5352-3696-8

I. 美… II. 晏… III. 调味法—中国 IV. TS972.112

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 055791 号

美味的秘密

——大厨们的调味秘籍

© 晏新民 编著

策 划:谭学军 曾 素
责任编辑:唐 洁 喻 杨

封面设计:喻 杨
版式设计:喻 杨

出版发行:湖北长江出版集团
湖北科学技术出版社

电话:87679468

地 址:武汉市雄楚大街 268 号湖北出版文化城 B 座 12—13 层

邮编:430070

印 刷:湖北新华印务有限公司

邮编:430034

889 毫米×1194 毫米 24 开

7.75 印张

146 千字

2007 年 5 月第 1 版

2007 年 5 月第 1 次印刷

定价:18.00 元

本书如有印装质量问题 可找承印厂更换

调味品

1. 常用调料 2

1 食盐	2
2 淮盐	2
3 五香盐	2
4 花椒盐	3
5 生抽	3

6 老抽	3
7 鱼露	3
8 美极鲜	4
9 陈醋	4
10 香醋	4
11 白醋	5
12 大红浙醋	5
13 醋精	5
14 料酒	5
15 白酒	6

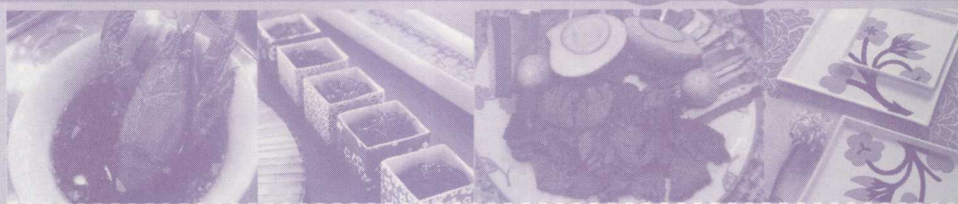
16 啤酒	6
17 玫瑰露酒	6
18 日本盛酒	7
19 白砂糖	7
20 白棉糖	7
21 冰糖	7
22 糖精	8
23 糖色	8
24 蜂蜜	8
25 饴糖	8



美味的秘密 Contents

大厨们的调味秘籍

目录



26 麦芽糖	9
27 味精	9
28 鸡精	10
29 鸡骨粉	10
30 鸡汁	10
31 胡椒粉	11
32 黑椒粒	11
33 豉汁	12
34 蚝油	12
35 鲍汁	12

36 香糟卤	12
37 香糟	13
38 咖喱粉与咖喱油	13
39 芥末粉	14
40 芥末膏	14
41 白椒粒	14
42 椰浆	15
43 炼乳	15
44 麦芽粉	15
45 孜然粉	15
46 沙姜粉	16

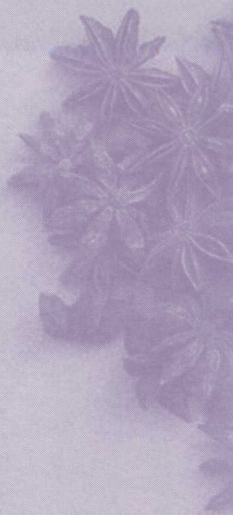
47 五香粉	16
48 十三香	16

2. 酱料 17

1 辣椒酱	17
2 豆瓣酱	17
3 芝麻酱	17
4 甜面酱	18
5 花生酱	18
6 柱候酱	18

7 海鲜酱	18
8 卡夫奇妙酱	19
9 草莓酱	19
10 辣椒仔	19
11 虾油	19
12 韭花酱	20
13 XO 酱	20
14 荆沙酱	20
15 沙茶酱	20
16 果酱	20

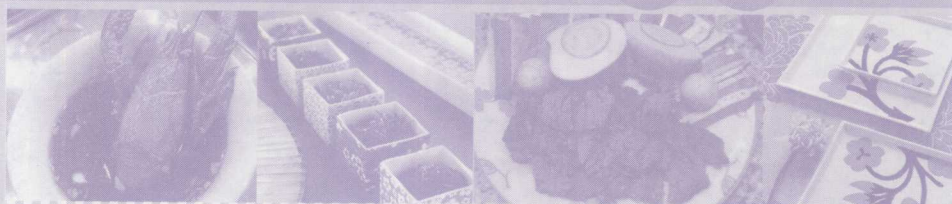
17 酸梅酱	21
18 南乳酱	21
19 老干妈酱	21
20 阿香婆	21
21 黄豆酱	21
22 蕃茄酱	22
23 色拉酱	22
24 八宝辣酱	22
25 虾酱	22
26 黑豆豉	23



美味的秘密 Contents

大厨们的调味秘籍

目录



27 椰汁	23
3. 香料.....	24
中药香料	
1 大茴香	24
2 桂皮	24
3 丁香	25
4 花椒	25
5 山奈	25
6 小茴香	26
7 罗汉果	26
8 草果	26
9 白蔻	26
10 陈皮	26
11 香叶	27
12 甘草	27
13 紫苏	27
14 肉豆蔻	28
15 白芷	28
16 砂仁	28
17 薄荷	28

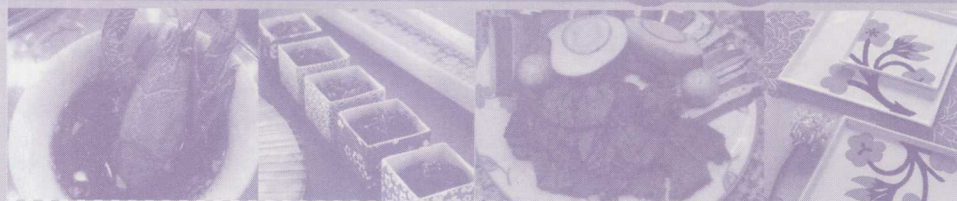
18 桔皮	28
19 荷叶	29
20 槟榔子	29
21 萆拔	29
22 香椿粉	29
其他香料	
1 柠檬香精	29
2 糖蒜	30
3 大蒜头	30
4 生姜	30
5 桂花	30
6 玫瑰	30
7 香菜	31
8 茶叶	31
9 鲜野桔梗	31
10 鲜花瓣	31
4. 滋补药料	32
1 玉竹	32
2 蛤蚧	32
3 旱莲草	32
4 九香虫	33
5 巴戟天	33
6 仙茅	33
7 续断	33
8 骨碎补	33
9 海马	33
10 山茱萸	33
11 雪莲花	34
12 川贝母	34



美味的秘密 Contents

大厨们的调味秘籍

目录



13 薏苡仁	34
14 银耳	34
15 天麻	34
16 当归	34
17 白果	34
18 枸杞子	34
19 菟丝子	35
20 芡实	35
21 黄芪	35
22 莲子	35
23 红花	35
24 川芎	35
25 香附子	36
26 半夏	36
27 建曲	36
28 马齿苋	36
29 藿香	36
30 牡蛎	36
5. 食用油脂	37
1 色拉油	37

2 猪油	37
3 小麻油	37
4 大麻油	38
5 豆油	38
6 菜籽油	38
7 花生油	38
8 鸡油	39
9 牛油	39
10 羊油	39
11 辣椒油	40

12 花椒油	40
13 米糠油	40
14 玉米油	40

6. 其他 41

1 吉士粉	41
2 鹰粟粉	41
3 淀粉	41
4 面粉	42
5 大米粉	43

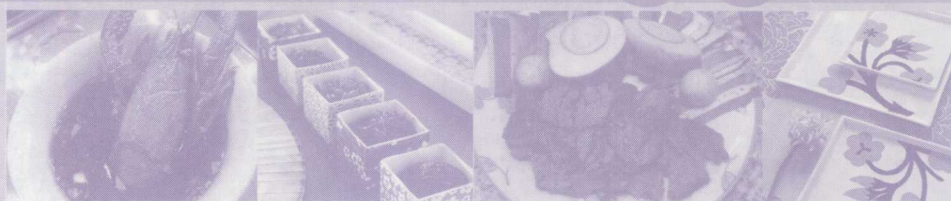
6 糯米粉	43
7 嫩肉粉	43
8 松肉粉	44
9 小苏打粉	44
10 发酵粉	45
11 伏汁酒	45
12 三花淡奶	45
13 木鱼粉	45
14 鲍鱼精华素	45
15 食用碱	46



美味的秘密 Contents

大厨们的调味秘籍

目录



16 陈衬视水	46
17 食用凝膠粉	46
18 明矾	46
19 硼砂	47
20 石灰	47
21 防腐剂	47
22 石粉	48
23 硝水	49
24 过氧化氢	49
25 红曲	50

美味基本功

烧菜类投料法则	52
炒菜类投料法则	52
野味类投料法则	52
鱼香味类投料法则	52
糖醋味类投料法则	53
五香味类投料法则	53
凉拌蔬菜投料法则	53
凉拌白煮菜投料法则	54

炒菜十忌	54
------------	----

味汁调制秘方

1. 常用味汁 56

1 麻辣味汁	56
2 红油味汁	56
3 五香味汁	56
4 棒棒味汁	57

5 蒜泥味汁	57
6 茄汁味汁	57
7 陈皮味汁	58
8 糖醋味汁	58
9 姜汁味汁	58
10 果汁味汁	59
11 鱼香味汁	59
12 咸鲜味汁	59
13 怪味味汁	60
14 香糟味汁	60

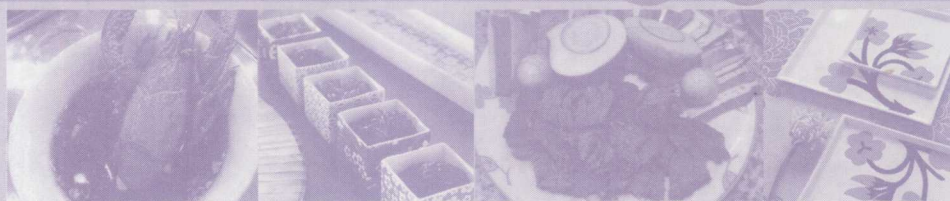
15 麻酱味汁	61
16 椒麻味汁	61
17 芥末味汁	61
18 葱油味汁	62
19 咖喱味汁	62
20 色拉味汁	62
21 咸香味汁	63
22 蒜茸油汁	63
23 姜茸油汁	63
24 酸辣味汁	64



美味的秘密 Contents

大厨们的调味秘籍

目录



25 京酱味汁	64
26 麻香京酱汁	64
27 白汁味汁	64
28 椒麻油味汁	65
29 沙姜鸡味汁	65
30 葱油鸡味汁	65
31 烧鸭京酱汁	65
32 川式香辣酱	66
33 川式香油	66
34 川式红油	66
35 烧烤酸梅酱	67
36 川式香辣味汁	67
37 凉菜各种油碟	67
2. 粤菜特色味汁	68
1 黑椒汁	68
2 广式糖醋汁	69
3 京都汁	70
4 柱候酱	70
5 清蒸鱼汁	70
6 广东淮盐	71

7 乳猪脆皮水	71
8 乳猪酱	71
9 乳猪盐	71
10 烤鸭脆皮水	71
11 烧鹅仔	72
12 烧鹅仔酸梅酱	72
13 嗜嗜汁酱料	72
14 蒸菜南乳酱	72
15 粤菜野味酱	72
16 粤菜豉汁酱	73

17 海鲜蒜茸蒸菜	73
18 海鲜豉汁蒸菜	73
19 煎封汁	74
20 鱼翅鲍鱼芡汁	74
21 粤菜新派椒盐味粉	74
22 豉油皇	75
23 荆沙豆瓣酱	75
24 牛柳汁	75
25 蕃茄汤汁	76
26 蛇汤汁	76

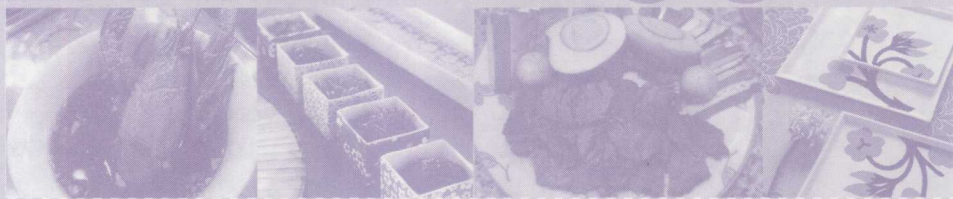
27 五香隐汁	76
28 全鲜生抽汁	77
29 蘑菇浸膏汁	77
30 海鲜汤料汁	77
31 复合鱼露汁	78
32 海鲜酱汁	78
33 菌油汁	79
34 香菇汁	79
35 咸鱼汁	79
36 云龙汁	79



美味的秘密 Contents

大厨们的调味秘籍

目录



37 蚝油汁	80
38 虾酱汁	80
39 蟹酱汁	80
40 蛭油汁	80
41 鱼仔酱汁	81
42 虾油汁	81
43 复合冷汁	81
44 豉油鱼香汁	82
45 香菠蜂蜜汁	82
46 花生酱汁	82
47 桂花酱汁	83
48 沙茶酱汁	83
49 花生红糖汁	83
50 桂花蜜汁	83
51 麦芽糖汁	84
52 腐乳汁	84
53 苏造汤汁	84
54 酱香豆豉汁	85
55 复合咖喱油汁	85
56 玫瑰酱汁	85
57 茶香味汁	86



58 美味豉油汁	86
59 口蘑汁	86
60 焗骨汁	86
61 镇江香果汁	87
62 铁板汁	87
63 醋椒汁	87
64 紫金酱汁	88
65 辣椒酱汁	88
66 味噌汁	89
67 豆芽汁	89

68 香糟汁	89
69 香辣豉油汁	90
70 多味豆香酱	90
71 怪味汁	91
72 烧烤汁	91
73 醉香汁	91
74 串烧汁	92
75 香乐汁	92
76 香春汁	92
77 叉烧味汁	93

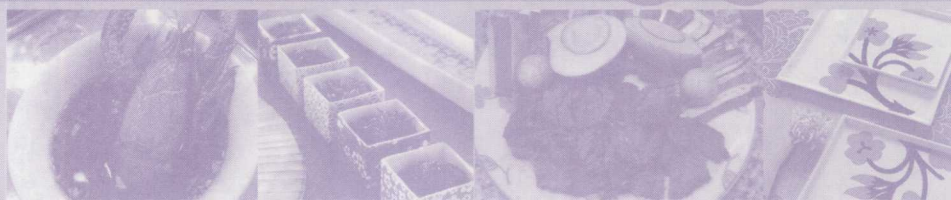
78 复制酱油汁	93
79 芥末糊	93
80 荷叶汁	94
81 莲芯汁	94
82 陈皮汁	94
83 苦瓜汁	95
84 啤酒味汁	95
85 美味沙姜油	95
86 葱姜油香汁	96
87 咸鱼豆豉汁	96



美味的秘密 Contents

大厨们的调味秘籍

目录



88 复合腐乳酱	96
89 美极鲜辣酱	97
90 鲜味王汁	97

3. 西式味汁 98

1 南洋咖喱汁	98
2 南洋沙嗲汁	98
3 鲜椰汁	99
4 西柠汁	99
5 西汁	100

6 香槟汁	101
7 橙花汁	101
8 马拉盏酱	101
9 鲜橙汁	101
10 XO 酱	102
11 山楂酱汁	102
12 苹果酱汁	103
13 木瓜酱汁	103
14 广式荔枝味汁	103
15 橘子汁	103
16 草莓汁	104