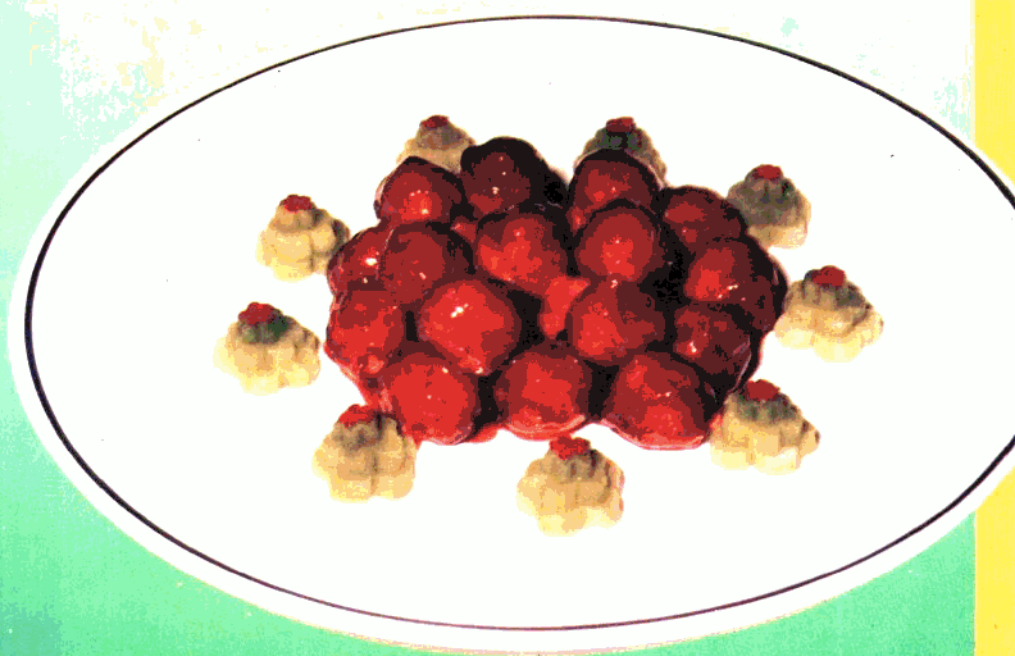


新编

王维坤 主编

大众菜谱

198例



辽宁科学技术出版社



主编 王维坤

王维坤，辽宁省沈阳市人，中国民革会员，国家特一级烹调师，擅长烹制辽菜、宫廷菜。

1962年从事烹饪工作，1979年被评为一级厨师。1984年曾在中国驻外使馆工作，凭扎实的基本功和高超的烹饪技艺，1985年获“南亚使团”表演奖，1994年获全国优秀厨师的光荣称号。现任沈阳天涯宾馆质教部经理。

目 录

上篇 烹制菜肴必须掌握的基础知识

一、经常使用的刀工 1

1. 怎样切片? 2. 怎样切块? 3. 怎样切丁? 4. 怎样切段? 5. 怎样切条? 6. 怎样切丝?

二、经常使用的烹调技法 5

1. 什么叫炸? 炸分几种? 2. 什么叫清炸和干炸? 有何区别? 3. 什么叫脆炸、软炸、酥炸、松炸? 4. 油浸、油淋、油泼有什么区别? 5. 什么叫烹? 6. 干烹和清烹有什么区别? 7. 什么叫爆? 8. 爆分几种? 9. 什么叫炒? 10. 炒分几种? 11. 什么叫烧? 12. 烧分几种? 13. 什么叫扒? 14. 什么叫熘? 15. 熘分几种? 16. 什么叫靠? 17. 什么叫煎? 18. 煎分几种? 19. 什么叫蒸? 20. 蒸分几种? 21. 什么叫蜜汁? 22. 什么叫挂霜? 23. 什么是拔丝?

三、上浆、挂糊的作用和使用方法 15

1. 什么叫挂糊和上浆? 挂糊和上浆有什么区别? 2. 上浆和挂糊的作用是什么? 3. 糊一般分哪几种? 4. 蛋清糊的作用是什么? 适于做哪些菜? 5. 全蛋糊的作用是什么? 适于做哪些菜? 6. 蛋泡糊的作用是什么? 适于做哪些菜? 7. 酥糊的作用是什么? 适于做哪些菜? 8. 水粉糊的作用是什么? 适于做哪些菜? 9. 干粉糊的作用是什么? 适于做哪些菜? 10. 脆皮糊的作用是什么? 适于做哪些菜? 11. 拖蛋糊的作用是什么? 适于做哪些菜? 12. 制作浆糊应掌握哪些技术? 13. 什么是勾芡? 勾芡的作用是什么? 14. 汁芡的调制方法有哪些? 15. 汁芡分哪几种?

下篇 菜肴制作实例

一、肉类菜肴的烹制方法 19

1. 锅包肉 2. 红油肉片 3. 京酱肉丝 4. 干煸肉丝 5. 油爆肉条 6. 盐煎肉 7. 油爆肉片 8. 水爆肉片 9. 焦熘丸子 10. 靠肉段 11. 回锅肉 12. 焦熘肉段 13. 酸辣腰卷 14. 油爆肚仁 15. 珊瑚里脊 16. 扒肉方 17. 扒肉条 18. 清炖肘子 19. 虎皮肚丝 20. 乌龙肘子 21. 葱包三样 22. 京烧肉片 23. 京烧肉 24. 炒合菜 25. 反手戴玉镯 26. 牡丹里脊 27. 熘酸里脊段 28. 芫里爆 29. 锅爆香肉 30. 葱烧里脊 31. 丝罗里脊 32. 佛手里

脊 33. 荷花里脊 34. 梅花里脊 35. 枇杷里脊 36. 花果里脊 37. 樱桃肉 38. 姜丝肉 39. 金皮肉片 40. 葵花肉饼 41. 焦炒肉片 42. 山东酥肉 43. 山东蒸丸子 44. 雪根菜扒肉 45. 火爆天香肉 46. 菊花大肉 47. 莲蓬肉 48. 葱扒肘子 49. 锅烧肘子 50. 水晶肘子 51. 金银肘子 52. 金边香肉 53. 荷叶蒸肉 54. 虎眼大肉 55. 松子肉 56. 酥松肉 57. 菜包肉 58. 脆皮肉 59. 松炸肉条 60. 葱油肉 61. 辣爆肉丁 62. 清烹肉段 63. 干炸肉段 64. 天涯排骨 65. 煎炒肉丝 66. 滑熘里脊 67. 醋熘肉片 68. 双喜扣肉 69. 兰花香鸡 70. 荷花芙蓉鸡 71. 三鲜鸡排 72. 嫩香鸡块 73. 香酥鸡腿 74. 锅贴鸡 75. 油泼鸡 76. 滑鸡球 77. 白扒酥鸡 78. 菊花鸡丝 79. 翡翠鸡片 80. 葱烧鸡 81. 姜芽鸡片 82. 咖喱鸡块 83. 焦熘鸡块 84. 滑炒鸡丝 85. 红油鸡丁 86. 锅烧鸡 87. 黄焖鸡块 88. 干炸鸡块 89. 奶油鸡卷 90. 芝麻鸡片 91. 桃仁鸡丁 92. 牡丹瓜条 93. 金银鸡 94. 粉蒸鸡块

二、水产类菜肴的烹制方法 47

95. 葱姜鲤鱼 96. 清蒸草鱼 97. 油浸鱼 98. 滑熘鱼片 99. 干炸鱼块 100. 红烧鱼 101. 杯香鱼 102. 浇汁鱼 103. 京烧鲤鱼 104. 酸沙鲫鱼 105. 金钩鱼 106. 干蒸黄鱼 107. 一品鲤鱼 108. 鱼米香蛰 109. 龙凤膝 110. 烹虾段 111. 干炸明虾 112. 铁排大虾 113. 烹烧虾仁 114. 一品虾仁 115. 玲珑虾仁 116. 玉带虾仁 117. 番茄虾仁 118. 酥炸虾丸 119. 梅花虾饼 120. 红烧海参 121. 雪里跑珠 122. 菊花干贝 123. 干贝卜球 124. 烩干贝 125. 水晶虾饺 126. 鸡茸鱼卷 127. 扒龙须菜 128. 金玉满堂 129. 辣烧元鱼 130. 烧元鱼黄 131. 鱼圆豆腐 132. 祝君愉快 133. 三色鱼丝

三、蔬菜类菜肴的烹制方法 58

134. 肉丝炒酸菜 135. 炒生熟 136. 烩酸菜 137. 清蒸酸菜卷 138. 菊花白菜 139. 荷花白菜 140. 佛手白菜 141. 蜜汁山药 142. 荷花山药 143. 熘地鲜 144. 熘二青 145. 糖熘白蜜 146. 四喜山药 147. 蜈蚣茄子 148. 芝麻茄条 149. 炸茄盒 150. 茄盒 151. 白蛇传 152. 三羊开泰 153. 海米烧白菜 154. 蜜汁金银球 155. 鬼面鸽蛋 156. 云遮月 157. 素炒鸡丝 158. 满旗肉丝 159. 红烧双冬 160. 芹菜炒鱿鱼 161. 素什锦 162. 酱焖茄条 163. 煎酿茄子 164. 海米烧菜花 165. 炒三片 166. 锅爆西红柿 167. 木樨柿子 168. 海米烧芹菜 169. 青椒肉丝 170. 辣炒三丝 171. 锅贴豆腐 172. 红烧豆腐 173. 砂锅豆腐 174. 金钱豆腐 175. 什锦豆腐 176. 煎酿豆腐 177. 熘豆腐 178. 锅爆豆腐 179. 肉丸豆腐 180. 麻婆豆腐 181. 番茄牛肉汤 182. 酸辣汤 183. 酸辣鸡蛋汤 184. 菊花锅 185. 什锦砂锅 186. 清汤火锅 187. 酸菜火锅 188. 什锦火锅 189. 毛肚火锅 190. 砂锅白肉酸菜粉 191. 砂锅狮子头 192. 砂锅丸子 193. 芹仁龙须 194. 白肉吉菜 195. 果环茄排 196. 金蝉脱壳 197. 丰收花篮 198. 三鲜白菜

上篇 烹制菜肴必须掌握的基础知识

一、经常使用的刀工

刀法，又称刀工，是所有厨师和家庭主妇经常碰到的问题。如果不懂刀法，即使再好的原料也很难烹制出美味佳肴。因为不同的原料、不同的烹调技法，要求把原料加工成相应的形状，方能达到成菜的理想效果。下面介绍一下常见原料形状的加工方法。

1. 怎样切片？

片，是用切的刀法，将各种质脆或质韧的烹调原料加工成片状。质脆的原料可用直切法；质韧的原料则应用锯切法。片又有厚薄、大小及形状的区别，而片的大小和厚薄又是根据烹调的需要来决定的。一般用“氽”法的片应该薄一些；“爆”、“炒”所用的片则应该厚一些。常见片的形状及加工方法如下：

①柳叶片：其形似柳叶，片薄而长。一般适用于韧性原料，加工方法比较容易（见图1）。

②鱼鳃片：其形似鱼的胸鳍，是先将圆形原料均匀地剖为四瓣，再用顶刀法切成。一般适用于质脆的原料，如黄瓜等（见图2）。

③旗帜片：又称三角片，是先将方形原料对角切成三角块，再用顶刀法切成。一般适用于质脆的原料，如土豆等（见图3）。

④象眼片：又称菱形片，因似大象之眼而得名，一般适用于质脆或质软的原料，如面包等（见图4）。

⑤月牙片：是先将圆形原料切为两半，再用顶刀法切成，一般适用于质脆的原料，如茭白等（见图5）。

⑥梭子片：先将长方条原料切成梭子状，再用顶刀法切成。一般适用于软性原料，如蛋糕等（见图6）。

⑦连刀片：又称夹刀片，是先将原料上端切成两片、下端连在一起的片，即将原料一刀切断、一刀不切断的片。一般适用于质脆的原料，如藕

等（见图7）。

⑧玉兰片：是先将原料修成玉兰花片形状的块，再用顶刀法切成。切片形似玉兰花瓣，一般适用于质脆的原料，如黄瓜等（见图8）。

⑨长万片：是先将原料修成长方块，再顶刀切片，可作为炒菜的配料，如山药片等（见图9）。

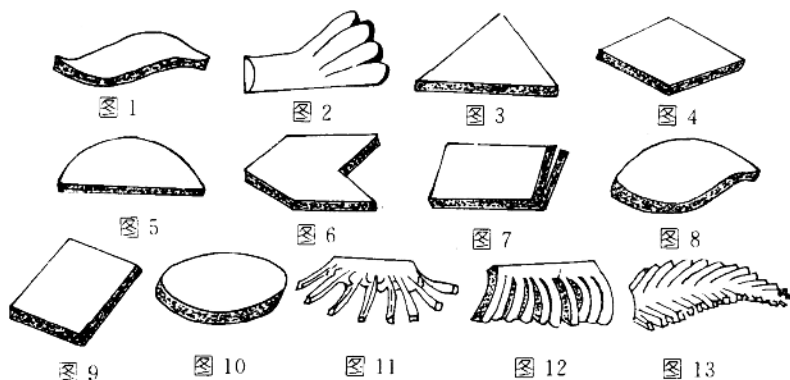
⑩指甲片：是将手指粗细的圆棍形原料顶刀切片而成，片形椭圆，一般适用于质脆的原料，如莴笋等（见图10）。

⑪薄片：又称刨花片，是将原料放砧板上，用刃薄锋利之刀批刀而成。一般片薄约0.2毫米，适用于质脆的原料，如生姜等。

⑫兰花叶片：是先将原料切成长方形片，再用直刀在原料的四分之三处斜切为丝，并每隔一根细丝卷曲一根细丝。经此刀工处理后的原料，形似兰花之叶，故名。如切兰花叶黄瓜等（见图11）。

⑬蓑衣片：是先将原料切成厚片，再用直刀在原料的四分之三处斜着切成丝。一般适用于质脆的原料，如切蓑衣黄瓜等（见图12）。

⑭万年青叶片：是先将原料切成万年青形叶子之形，再在叶子的两侧打上蓑衣片刀法，成形后似万年青之叶，如切莴笋片等（见图13）。



2. 怎样切块？

块有多种成形法。一般各种质脆、质韧的原料，可采用切法；带骨而质韧的原料则多采用斩刀法。

块形的选择，主要应根据烹调和成菜的需要及原料的质地来决定。一般说来，用加热时间长的“烧”、“炖”等烹调法成菜的原料，块形应大些。但对于块形过大、过厚的原料，应在原料的表面剞上花刀，以便于成熟和入味。对于用加热时间短的“煨”、“炒”法成菜的原料，块形则宜小些。

下面介绍一些常见的块形及成形法。

①大方块：一般适用于质韧的原料。刀工处理后呈四方块，边长14厘米左右，表面要剞花刀，如“松子肉”（见图14）。

②小方块：一般适用于质韧的原料，刀工处理后呈四方形，边长约2.5厘米，如“红烧肉”等。

③圆柱块：一般适用于长圆柱形的质脆性原料，刀工处理后呈圆柱状，

如切莴笋等。

④瓦块：一般适用于鱼类菜肴。刀工处理后的原料形似小青瓦，如“熘瓦块鱼”等（见图15）。

⑤骨牌块：又称长方块，一般适用于质地软性的原料。因刀工处理后的原料，形似麻将牌，故名。如切肴肉等。

⑥斧头块：一般适用于鱼类原料。刀工处理后的原料似斧头，故名。如“红烧甩水”等。

⑦梳背块：一般适用于鱼虾类原料。因经刀工处理后的原料形似梳子背，故名。如“干烧对虾段”等（见图16）。

⑧滚料块：一般适用于圆柱形原料。经刀工处理后的原料为不规则的菱形，一般用于烧菜中的配料。如“萝卜烧肉”中的萝卜块等。

⑨三角块：一般适用于质地较软的原料。经刀工处理后的原料为三角块，如“三合蛋”等。

⑩劈柴块：一般适用于质脆的原料，运用边切边撬的刀法，将原料处理成不规则的长方块。如“酱汁冬笋”等。

⑪排骨块：多用于鱼类菜肴。经刀工处理后的原料，形似猪的小排骨块，如“红烧带鱼”等（见图17）。

⑫象眼块：又称菱形块，一般适用于质地较软的原料。因经刀工处理后的原料，似大象之眼，故名。如“象眼鸽蛋”中的面包托，即为象眼块。

⑬象牙块：一般适用于质地较脆的原料。经刀工处理后的原料，形似大象之牙，如“熘象牙鸡”中的冬笋块等（见图18）。

⑭对角连块：质脆和质软的原料均适用。一般用于炒菜的配料，如莴笋块等（见图19）。

⑮锯齿块：一般适用于质地较软的原料。系先将原料切成长方块，再用刀尖在原料中间削成锯齿状刀纹，用手掰开即成。如山楂糕（见图20）。

⑯龙船块：一般适用于椭圆形的蛋类原料。是将原料均匀地切为大瓣，其形似两头尖翘的龙舟，如切龙船块皮蛋等（见图21）。

⑰荸荠块：一般适用于脆性原料。是先将原料切为方块，再用刀修成荸荠状，如土豆烧牛肉中的土豆块（见图22）。

⑱拍刀块：一般适用于质地较脆的原料。是将圆形或滚刀块原料放在砧板上，用刀面拍扁而成，如拍杨花萝卜块等。



图 14



图 15



图 16

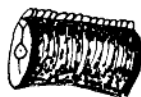


图 17



图 18

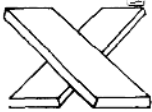


图 19

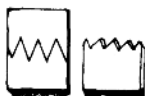


图 20



图 21



图 22

3. 怎样切丁?

丁是大于末、粒的小块。它的成形是由条、块加工而成。丁的用途较广,适宜切丁的原料和菜肴也很多。下面介绍一下常见丁的形状。

①骰子丁:一般适用于质脆的原料。经刀工处理后的原料,形似赌具中的骰子,如炒虾仁中的配料笋丁等。

②橄榄丁:一般适用于质韧的原料。如炒鱼丁中的鱼丁,经烹炒后卷缩成两头圆的橄榄状。

③菱形丁:一般适用于长条形的质脆原料。经刀工处理后的原料,形似小菱角,如茭白炒鸡丁中的茭白丁等。

④豌豆丁:一般适用于质软的原料。经刀工处理后的原料,大小如同豌豆,多用于菜肴或点心的馅料,如“八宝鸡”中的冬菇丁等。

⑤墙垛丁:一般适用于质脆的原料。是先将原料切成约1.5厘米见方的丁,再用刀尖在丁的四面各切两刀(刀深为原料的二分之一),用手掰开方丁,即为墙垛丁,因其形似城墙垛。墙垛丁可用作炒菜的配料,如切胡萝卜丁等(见图23)。

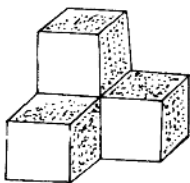


图 23

4. 怎样切段?

段比条粗,可用斩、切等刀法加工。一般适用于较大的原料。

下面介绍一下段的常见形状。

①粗段:一般适用于鱼虾类原料,如“红烧鲤鱼段”等。

②细段:一般适用于质脆和质韧的原料。是先将原料切成厚片,再改刀为长段。如“柴把鸭”,是将冬笋切成细段,再用青蒜叶把鸭肉、冬笋等原料扎成柴把形。

③花鼓段:多适用于葱、蒜等原料。是先将原料切成段,再用刀尖在段的中间均匀地划六刀,用手将两头一捏,即成花鼓形。如花鼓葱等(见图24)。

④雀舌段:多适用于葱、蒜等原料。是用刀将原料斜着切成两头尖的形状,因经刀工处理后的原料形似雀舌,故名。如雀舌葱等(见图25)。

⑤兰花段:多适用于葱、蒜等原料。是先将原料切为寸段,再用刀尖在段的顶头均匀地切三刀,刀深为段长的四分之三,即成。因经刀工处理后的原料形似兰花,故名。如兰花葱等(见图26)。

⑥寸段:一般适用于芹菜、葱、蒜苗等原料,可作为一种炒菜的配料。

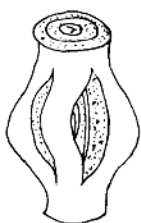


图 24



图 25

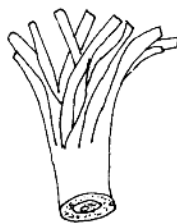


图 26

5. 怎样切条？

条的成形方法是先把原料批为厚片，再改刀为条。一般质脆、质韧的原料均可切条。

下面介绍两种常见的条。

- ①粗条：一般适用于质韧的原料。
- ②细条：一般适用于质脆的原料。如“扒山药条”一菜，即可切细条。

6. 怎样切丝？

丝比条细。丝的成形是先把原料切成薄片，再切成丝。有些很薄的原料（如蛋皮等）则可用排叠法切丝，常用三种切法：

瓦楞形叠法：即将原料一片片错叠成斜坡，形状似屋顶之瓦，再行切丝。

砌砖式叠法：即将原料像砌砖墙似的整齐地叠在一起，再行切丝。

卷筒式叠法：即先将原料卷成圆筒状，再行切丝。

按照丝的粗细，可分为：

- ①粗丝：一般适用于质韧的原料，丝粗约 3 毫米。如“炒鱼丝”一菜的鱼丝。
- ②较粗丝：一般适用于质软的原料，丝粗约 1.5 毫米。如“大煮干丝”一菜的干丝。
- ③细丝：一般适用于质脆的原料。丝粗约 0.8 毫米，如切姜丝等。

二、经常使用的烹调技法

1. 什么叫炸？炸分几种？

炸是指原料经调味料浸渍后，投入旺火的热油锅中进行烹调的一种方法。炸制的菜肴具有外脆里嫩，香酥可口，清干无汁的特点。由于所用原料的质地及制品的要求不同，炸有很多分支，如清炸、干炸、软炸、酥炸、脆炸、板炸、松炸、卷包炸、纸包炸等。这些炸法的操作方法和技术要求都具有不同的特点。

2. 什么叫清炸和干炸？有何区别？

清炸是原料不经挂糊上浆，用调料拌渍后，即投入油锅旺火加热的烹调方法。清炸的关键是必须根据原料的老嫩、大小，掌握好油温和火候。操作要求是：对质地嫩或条、块、片等小型原料，应在油五成热时下锅，炸的时间要短，经八成熟时即捞出，然后待油再热时复炸一次。对形状较大的原料，要在油热至七八成时下锅，炸的时间要长一些，或间隔地炸几次，也可看情况离火几次，待原料内部炸熟后取出，待油锅温升至八九成热时，再投入炸至外表发脆即成。用清炸烹调的菜肴，外香脆，里鲜嫩，清香扑鼻。

干炸是先将原料用调味品拌渍，再经拍粉或挂糊，然后下油锅炸熟的一种烹调方法。干炸的操作要求是：

①原料经刀工处理成块、片、条或圆形，如用整料加工，其形态，应根据原料的质地和烹调的要求来确定。

②由于原料是经过调味料拌渍的，因此在过油时很容易上色，所以要拍蘸少许干粉。这样即可避免原料上色过快，又能使原料外皮酥脆。

③炸时间要长些。一般下锅时的油温为五六成热，炸至原料九成熟时捞出，待油温升到九成热时，再将原料下油锅速炸即成。用干炸烹调的菜肴颜色深红，外酥里嫩，味道咸香。

干炸与清炸基本相似，都用旺火热油，制品都是外酥脆，里鲜嫩，干爽无汁。食用时需另蘸调味品。不同的是，清炸用原料只用盐、酱油等调味品腌制一下，然后放入热油锅中炸制；而干炸原料则需要先腌制后，再拍上一层干淀粉或挂上水粉糊，然后投入热油锅中炸制。

3. 什么叫脆炸、软炸、酥炸、松炸？

脆炸是将带皮的整只原料（如整鸡、整鸭）先用调味料搓腌，再用沸水浸烫，使外皮绷紧，在原料的外表挂上一层饴糖，风干后放入七八成热的油锅内，待原料炸至深黄色后，将锅端离火口，直至原料在油内浸熟的一种烹调方法。

脆炸的操作要求是：原料一般是整鸡、整鸭之类，先将原料洗净，切勿弄破表皮；挂饴糖要均匀，并用糖稀反复浇一两次，以免炸时上色不匀；风干时要挂在阴凉通风处，待原料全身炸成淡黄色时，需将油锅端离火口，使原料在油内浸至九成熟时取出，再用旺火热油速炸即成。

脆炸的菜肴，色泽深黄，具有皮脆、肉嫩的特点。

软炸是将经过刀工处理的小型原料用调味料拌和，再挂上一层薄鸡蛋清或淀粉糊，然后投入五成热的油锅炸熟的一种烹调方法。

软炸的操作要求是：原料先用清洁的布吸干水分之后，再用调味料拌和；油温不宜过高或过低，一般为四五成热，以防炸焦或脱糊。炸时原料要分散投入，防止粘连；挂糊要软稀，炸熟捞出后，要摘去多余糊尖、叉部，使其外形美观。

用软炸烹调的菜肴色泽乳白或杏黄，具有外皮略脆，肌里鲜嫩的特点。

酥炸是先把原料腌渍，经过煮酥或蒸酥后，在原料表面挂上全蛋糊（也有不经挂糊处理的），投入五六成热的油锅内进行炸制的一种烹调方法。

酥炸的操作要求是：蒸制的原料要事先用调味料腌渍，腌渍时间的长

短要视原料质地的老嫩及气候而定，质地老、气温低时间稍长。若用煮酥的原料，可直接将调味料加入与原料同煮；由于酥炸糊本身膨胀性很大，因此挂糊要厚薄适当。如果挂糊太厚，原料会膨胀过大过厚，挂糊太薄，原料又不易酥松；原料挂糊下油锅后，待糊定型时方可用手勺不停地推动、翻转，以免炸出双色；炸时火力要旺，油温要稳定，原料炸熟时，要再用热油重炸一次，使其外酥松，里鲜嫩。

酥炸的菜色泽金黄，具有外皮酥脆、内里酥烂的特点。

松炸是将原料加工成片或块形，用调味料拌渍后，挂上蛋泡糊，再用温油慢慢炸熟的一种烹调方法。

松炸的关键是打好蛋泡糊（也称雪衣糊）。蛋泡糊的制法是将蛋清顺向搅打成雪堆状，以将筷子插入能立住为标准，再加入适量的干粉团搅匀即成。松炸要特别注意掌握好油温和火候。油温以五成热为宜。如果油温低，蛋白不能膨起，原料容易脱糊，油温高，会使原料炸成焦色或深黄，影响菜肴的质量和美观。

松炸的口味有甜、咸两种。以水果为主要原料的菜肴，一般是甜口，以鸡、鸭、鱼、肉为主要原料的菜肴，一般是咸口。松炸的菜肴质地绵软，膨胀饱满，色白如雪，松软鲜嫩。

4. 油浸、油淋、油泼有什么区别？

油浸是将鲜嫩的原料用调味品浸渍后，放入七八成热的油锅内，将锅端离火口，用油温慢慢将原料浸熟的一种烹调方法。

油淋是用整鸡、整鸭、整鱼等大型原料，经用调味品腌渍后，放入七八成热的旺油中炸至皮脆后，捞起放入漏勺，然后用手勺舀沸油浇淋，直至制品成熟的一种烹调方法。

油泼是将鲜嫩和小型的原料用调味品浸渍后，放在漏勺内，待油温到七八成热冒青烟时，用手勺将油不断地泼到原料上，从而使原料成熟的一种烹调方法。

油浸、油淋与油泼均属炸类烹调方法，都是以旺火、热油使制品成熟的烹调方法。它们的区别是：油浸是将原料放到热油中浸炸，油淋是将大型原料放入旺油中先炸至皮脆后，用沸油向整只原料上浇淋，而油泼则是将小型原料不经过炸直接用旺油泼浇。如油泼豆芽，极为鲜嫩。

5. 什么叫烹？

烹是将挂糊或不挂糊的小型原料，用旺火、热油炸成金黄色捞出，空净余油，再用调味料汁烹制的一种烹调方法。

烹是在炸的基础上进行的，故有“逢烹必炸”之说。原料经过油炸，水分大量外溢，热度增高，内部特别需要补充水分，这时烹汁才能立即被原料吸收，提高口味。适宜烹的原料，多是加工成小型的条、块以及带小骨和薄壳的动物性原料，如鸡、鱼、肉、虾等。在一般情况下，当原料炸制后，要立即用调味料汁下勺烹制。因此，调味料汁需在炸原料之前对好，不加淀粉，必须是清汁。烹时，火要旺，油要热，动作要迅速。

菜肴特点是外香里嫩，稍有汤汁，咸鲜为主。

6. 干烹和清烹有什么区别？

清烹是将原料粘少许面粉，不用挂糊，经六七成热油炸制后，将余油

沥净原料倒回原锅，将事先对好的清汁，倒入颠翻，将原料包裹均匀的一种烹调方法。

清烹菜肴稍有汁芡，甜酸鲜嫩。

干烹是将原料经拍粉或挂糊，投入五六成热油锅内炸至金黄色，捞出沥净余油，再倒入原锅，速将事先对好的清汁倒入颠翻，使汁卤将原料包裹均匀的一种烹调方法。

干烹菜肴，干爽无汁，酸甜鲜嫩。

清烹与干烹都是在炸的基础上，用清调味汁快速一烹即成的菜肴。它们的区别是：清烹不挂糊，主料质嫩，口味鲜嫩，稍有汁芡。干烹需挂糊，主料形小，口味鲜嫩，干爽无汁。

7. 什么叫爆？

爆是指将经过精细加工处理的脆性原料，放入中等油量（油与原料的比例为二比一）的油锅内，用旺火高油温迅速加热，只颠翻几下随即泼汁使菜肴成熟的一种烹调方法。其特点是加热时间极短。在对其主料的处理上，有的需经沸汤烫过，有的则先用热油冲炸，也有有的不炸不烫直接烹调，要视原料的性质合理应用。爆所采用的原料，大多是本身质地具有一定脆性无骨的小型原料，刀工处理必须厚薄、大小、粗细一致，深浅得当。除薄片外，一般都必须剞花刀。操作前要预先制成调味汁，以缩短烹调时间，并使菜肴咸淡均匀，色泽美观。

爆菜的特点是脆嫩爽口，卤汁紧包原料。

8. 爆分几种？

爆一般分油爆、酱爆、葱爆、盐爆等。

油爆是先将经过刀工处理的小型原料用沸水稍烫，再下九成热油速炸，倒入漏勺。勺内留油适量，烧热后下配料煸炒，随即投入主料，倒入对好的芡汁，颠翻几下，淋上明油即出勺的烹调方法。

油爆的操作要求是：主料一般都必须剞花刀，切成块或丁形；原料用沸水烫时，时间不易太长，以防原料过老；芡汁不易过多，以将原料裹住为度。

油爆的菜肴本色本味，并有葱、姜、蒜的香味，色泽油亮，脆嫩爽口。

酱爆是将刀工处理的原料用炒熟的甜面酱等调味品爆制，出勺前淋上香油的一种烹调方法。

酱爆的操作要求是：主料的处理有两种方法，一种方法主料是生的，需经上浆、滑油之后再用酱爆；另一种方法主料是熟的，用热油煸炒之后再加酱爆制。酱的用量一般以主料的五分之一为度，炒酱用油量以相当于酱的二分之一为宜。酱一定要炒熟炒透，炒出香味。酱爆菜不用勾芡，用甜面酱本身的粘性将原料裹住，口味咸中带甜，具有甜面酱所独有的香味。酱爆菜肴色泽深红，油光闪亮，味咸而带浓郁的酱香味。

葱爆就是用大葱作辅料，与主料一起爆制，出勺时不勾芡的一种烹调方法。

葱爆主料以肉为主，要切成薄片。以羊肉为佳，是回族菜肴的常见品种。主料处理有两种方法：①主料不经过上浆、滑油，也不用沸水烫，只用调味料调味，加葱爆制。②将主料用蛋清和湿淀粉上浆抓匀滑油，再同

葱一起爆制，在爆制过程中调味。

葱爆的菜肴无芡，色泽一般为白色，成鲜味。如“葱爆羊肉”，具有浓厚的葱香气味，肉嫩而无膻味。

盐爆也叫芫爆。是以芫荽（香菜）为主要辅料，与主料一起爆制，出勺时不勾芡的一种烹调方法。

盐爆强调选用质地脆嫩的原料，经刀工处理成片、条、球、卷等形状。脆性的盐爆菜肴，要先将主料用沸汤烫过再爆制；嫩性的盐爆菜肴，则要先将主料上浆、滑油后再爆制。盐爆要求热油、旺火、速成，因此，要事先将调味料对好汁。

盐爆的菜肴质地脆嫩，多为本色，具有浓郁的芫荽香味。如盐爆鸡丁、盐爆肚仁、芫爆腰条、芫爆鱼卷等。

9. 什么叫炒？

炒是将经过刀工处理成形的小型原料，投入小油锅内，在旺火上及时颠翻直至原料成熟的一种烹调方法。

炒是最广泛使用的烹调方法之一，炒的方法类型也较多，如生炒、熟炒、滑炒、抓炒、干炒、软炒、清炒等。炒操作比较简易，用油量少，大多数原料经刀工处理后都可以炒制。原料的形状一般是片、条、丁、丝，炒菜的投料次序，要视原料的性质灵活确定。一般有四种情况：①油热之后先放主料，不停地快速拌炒，使原料受热均匀，然后再放入辅料和调味料。②在火力不大时，先放葱、姜等小料炆锅。③待原料炒至半熟时，再放葱、姜等小料。④辅料和葱、姜等小料一起下锅，颠翻几下，再放入调味料。炒菜要求锅要滑，速度要快，炒至原料断生即好。

10. 炒分几种？

炒分生炒、熟炒、滑炒、干炒、清炒、爆炒等。

生炒又叫煊或煊炒。是将经过刀工处理的薄片、丝、条、丁状的生原料，不经过调味料拌渍，不挂糊上浆，直接用旺火翻炒，起锅时不勾芡的一种烹调方法。

生炒要旺火、热锅热油，单一原料一次下锅，多种原料时，要将质地老的先下锅，质地嫩的后下锅。主料下锅后，即用手勺反复拌炒，使原料在短时间内受热均匀，炒至主料变色时放入小料，再放调料，使原料浸透入味，最后放辅料，迅速颠翻至原料断生即可。

熟炒是将已加工成半熟或者成熟的原料，再经改刀切成片、丝、丁、条状，不挂糊不上浆，直接用旺火炒，依次放入辅料、调料和少许汤汁，起锅时勾薄芡的一种烹调方法。

熟炒调料多用酱类，如甜面酱、黄酱、豆瓣酱、酱豆腐等；熟炒辅料多用具有芳香气味的蔬菜，如芹菜、蒜苗、青蒜、大葱、柿子椒等。原料改刀，要求丝要粗、片要厚、丁要大、条要粗。

熟炒菜肴略带汁芡，口味鲜香。如“回锅肉”，用酱类做调料，色泽枣红与辅料青蒜相映衬，口味鲜辣甘香。

滑炒是先将经过刀工处理的小型原料上浆滑油，再用少量底油炆锅，在旺火上急速翻炒，最后对汁或勾芡的一种烹调方法。

滑炒所用的原料必须是去皮、折骨、剥壳的净料，加工成片、丝、丁、

粒状或者直接取用小型的原料（如虾仁之类）。

用滑炒的动物性原料要上浆，一般用鸡蛋清、湿淀粉、精盐、味素、料酒等。植物性原料不上浆。炒时要热锅温油，下料要抖散，防止粘锅、堆积。不可过分翻炒，一般待汁芡包住原料即可出锅。

滑炒菜肴卤汁紧，滑嫩柔软，清鲜爽口。如“滑炒鸡丝”，成品白、青两色相衬，滑嫩鲜香。

干炒又称干煸。是用少量油把原料内部的水分煸干，再加入调味料煸炒，使调味料充分浸入原料的一种烹调方法。

干炒原料一般都切成略粗的丝状。炒前用调味料先腌一下。干炒要注意火候，一般采用中火。如用旺火，原料内部的水分来不及蒸发，会造成外焦里不透现象；如用小火，原料水分不能大量蒸发，会造成韧而酥。干炒菜肴所用的调味料，大多包括豆瓣辣酱、花椒、胡椒等。

用干炒烹调的菜肴，色泽枣红，干香酥脆，味麻辣或鲜咸。如“干煸牛肉丝”，松散麻辣，香酥，佐酒最为适宜。

清炒是将经过上浆滑油的小型单一原料用旺火急速翻炒，不用芡汁的一种烹调方法。

清炒与滑炒相似，区别在于菜肴成熟时不收芡。清炒所用的原料必须新鲜细嫩，在刀工处理时，刀口要注意整齐划一，不可长短不齐，粗细不等。

用清炒烹调的菜肴，咸鲜清爽，盘底薄油无汁。如“清炒虾仁”，虾仁洁白，清淡鲜嫩。

爆炒一般是先将主料进行花刀处理，然后用沸汤烫或热油冲炸成形，最后用旺火烹汁急速翻炒的一种烹调方法。

爆炒菜肴的主料，通常采用一些韧性较强的鸡胗、鸭胗、鱿鱼、肚头和腰子等。因此剞刀要深要透，刀口要均匀。经过花刀处理的主料应先用沸汤烫过，再用热油冲炸，然后烹汁爆炒。芡汁要适当，不要过稠和过稀，要使芡汁和主料交融在一起，以突出主料外形的美观。

用爆炒烹调的菜肴，外形美观，鲜嫩脆爽。如“爆炒腰花”，口味咸鲜，质地脆嫩。

11. 什么叫烧？

烧是指经过炸、煎、煸炒或水煮的原料，加入适量的汤汁和调味品，用旺火烧开，中小火烧透入味，旺火稠浓卤汁的一种烹调方法。

适用烧法的原料非常广泛，既有生料、半熟料，也有熟料、整料和碎料；既有挂糊的，也有不挂糊的。原料需经过一次或两次以上的热处理之后，才能进入烧的环节。

烧菜的汤汁，一般约为原料的四分之一，但如果干烧，就应使汤汁全部透入原料内部，锅内不留汤汁。

烧菜的特色是卤汁少而稠粘，口味鲜浓。

12. 烧分几种？

烧可分为红烧、白烧、干烧等。

红烧是将过油或煮熟的原料用辅料爆锅或主料下锅煸炒断生，再放汤和调味料急火烧开，用小火慢慢烧烂，再用急火勾芡加大葱油搅匀出锅的

一种烹调方法。因采用此法烧制的菜肴颜色大多为红色，故名红烧。

红烧的烹调方法应用范围很广，几乎各地方菜系都有运用。在具体操作中应注意三点：

①对半成品进行加工时，上色不要过重，否则会影响成品色泽。

②红烧菜的汤汁易浅不易深，调色过深，会使成品颜色发黑、发暗，口味发苦。

③红烧菜特别讲究原汁原味，所以放汤要适当。

用红烧烹调的菜肴，色泽红、味道咸、汁浓香，带微甜。如“红烧海螺”、“红烧鱼”，色泽金红，口味鲜咸略带微甜。

白烧是将经过煮或蒸、氽、炸之后的原料再进行烧制，但不用酱油调味的一种烹调方法。

白烧与红烧做法相同，只是在颜色上有区别，白烧菜肴为白色，红烧菜肴为红色。

白烧采用的原料多为白色质地的鱼翅、鱼肚、冬笋等，蔬菜也多用菜心。白烧汤汁，大多用奶汤或鸡汤烧制。

用白烧烹制的菜肴，与红烧菜肴比，具有色泽乳白、清淡爽口的特点。

干烧是将经过半成品处理的原料用较长时间的小火烧制，不勾芡，使汤汁全部渗透原料内的一种烹调方法。干烧菜的原料一般以鱼类为多，且调味料中有辣椒。

干烧与红烧相似，所不同的是红烧收芡，干烧不收芡。

用干烧烹制的菜肴，口味香辣，鲜味浓厚，略带甜味。

13. 什么叫扒？

扒是将初步加工的原料放入锅内，加汤和调味料，用旺火烧开，中小火慢慢烧透入味，旺火勾芡的一种烹调方法。

扒菜因使用调味料的不同，还可分为“红扒”、“白扒”。红扒的调味料以酱油、番茄酱为主，芡汁是红色的。白扒不用酱油，芡汁是白色。还有以油的种类命名的，如“奶油扒”、“鸡油扒”、“蚝油扒”等。

扒制菜大多使用加工成成品、半成品的高档原料，如鱼翅、熊掌、海参等。但也有用一般低档原料的如“扒二白”、“扒菜心”等。

扒制菜的原料，在扒制前有的需经煎炸，如“扒肉饼”有的需经蒸煮，如“扒全鸡”，有的需经入烫，如“扒心菜”。

扒制菜肴的操作程序是，先将初步熟处理的原料，经过改刀，整齐地放入盘内，用炒勺加底油炆锅，加高汤及调味品，再将整形后的原料从盘内慢慢拖入勺内，将勺放至慢火扒至酥烂，然后将勺移至急火上，用团粉着泥均匀，滴旺油，把原料进行转动，采用大翻勺技术将原料翻过，保持原来码出的形状不变，出勺即成。

扒菜在刀工和勺工上要求比较严格，讲究菜肴的形态完整，不散不乱。

扒制菜的技术关键是掌握好大翻勺，要求稳健利落，原料整齐不乱，汁芡适量均匀。

14. 什么叫熘？

熘是指将经过精细刀工处理的原料，用炸、煮、蒸、滑油等方法加热断生，再调制卤汁浇淋于原料上，或者另勺放底油，将原料、卤汁投入搅

拌出勺的一种烹调方法。

熘的烹调方法使用比较广泛,方法多样。根据熘的第一步制作方法和调料运用上的不同,熘还可以分为焦熘、滑熘、软熘、醋熘、糖醋熘、糟熘、水熘等。

熘菜的原料,经刀工处理后,大都呈块、丁、条、片等形状,如果是整条的原料,则必须剞花刀。熘的菜肴必须要有卤汁,而且卤汁较宽。汁芡调制使用方法有三种:一是浇汁,即将炸、煮、蒸熟的原料取出,放置盘中,将对好的汁芡炒好浇在原料上。二是卧汁,即是芡炒好后,将炸制好的原料放入,翻炒均匀。三是熘汁,即在原料烹制即将成熟时,用对好的汁芡泼熘勺内,不停翻炒均匀。在火候掌握上,要求旺火速成,以保持菜肴香脆、滑软、鲜嫩的特点。

15. 熘分几种?

熘一般分为焦熘、滑熘、醋熘、糟熘等。

焦熘又叫脆熘或炸熘。是指将经过刀工处理的原料,用调味料拌渍后,滚拌上水粉糊或干粉,再用旺火热油(油温在六成热以上)炸至原料呈金黄色发硬时取出,另起小油锅,将调制好的卤汁烧好,浇淋在炸好的原料上即成的一种烹调方法。

焦熘的操作要求是:用调味料腌渍原料只能入味二三成,只有在炸好之后经过挂汁,才能完全入味。所以原料的口味和卤汁的口味要配合得当。起油锅与制卤汁这两个过程必须结合进行。即当原料还在油锅内炸时,就要同时另用炒锅制卤汁,待原料出油锅时,卤汁也同时制好,趁原料热时浇上卤汁,更能入味。脆熘的卤汁,基本上是油汁,汁的浓度也必须适宜。过稀了原料入味不够,过稠又会腻口。

用焦熘烹调的菜肴,色泽淡红或深红,卤汁变化多样。一般具有外脆里嫩、入口酥香、甜中带酸的特点。

滑熘就是先滑油后熘。也就是将经过刀工处理的小型原料,用调味料拌渍后,再用蛋清、淀粉上浆,下油锅滑至八成熟时取出,同时将卤汁制好,将出锅的原料投入卤汁锅内颠翻几下即成的一种烹调方法。

滑熘菜所用的原料比较讲究,肉类多用里脊、鸡片、鱼片、虾片等,辅料多用笋片、荸荠片、青蒜等。原料经刀工处理后,多以片、丝、条、丁、块为主,原料要用蛋清和淀粉上浆,用温油锅滑出。要使用清油,不能用已烹调过的油,以保持原料过油后不变色。

滑熘菜肴的特点是洁白滑嫩,卤汁清亮透明。

醋熘是将经过刀工处理成片、块、丁、条等形态的小型原料,用以醋为主的调味汁熘制的一种烹调方法。其操作方法与滑熘相同。

醋熘菜的原料处理方法有两种:一是动物性原料需经刀工处理成小型原料,用鸡蛋、淀粉上浆,下温油锅滑出。二是植物性原料,经刀工处理成抹刀片形,用沸水烫熟捞出。原料经过辅助加工处理后,再用以醋为主的调味汁熘制。

醋熘菜肴具有质地鲜嫩、醋香突出的特点。

糟熘与滑熘相似。一般是将原料经过刀工处理成片形,再用香糟汁熘制的一种烹调方法。

糟熘菜所用的原料比较讲究,以鸡片、鱼片、虾片等为主。辅料多用

玉兰片、香菇等。糟煨烹调方法的关键是调制好香糟汁。香糟汁的调制方法是：香糟 500 克，料酒 2000 克，糖 250 克，盐 150 克，桂花酱适量。将下香糟洗净压碎，用料酒浸泡 10 小时左右，再加入盐、糖、桂花酱调好，装入沙布袋内过滤，出汁，即为香糟汁。

糟煨菜的原料处理方法有两种：一是将原料用沸水烫过捞出，但不宜烫得时间过长，以保持原料的鲜嫩。二是将原料用鸡蛋清和淀粉上浆，下温油锅中滑出。原料经过辅助加工处理后，再用香糟汁煨制。

糟煨菜肴多为白色或浅黄色，具有质地软嫩、糟香味浓的特点。

16. 什么叫靠？

靠是指将原料用沸水氽过，或煎、煸炒、油促之后，加入调味料和适量汤汁烧开，用小火将汤汁靠浓，使之裹附于原料上的一种烹调方法。

靠与烧的方法相似，不同的是主料不挂糊，不勾芡。适用于靠的原料多以鸡、鸭、鱼、肉动物类原料为主。菜的烹调时间，因原料的性质和数量不同有短有长。短的只需几分钟，长的达几小时。不论时间多长，均以将汤汁靠浓和使之裹附在原料上为佳。

17. 什么叫煎？

煎是将加工处理成流态或饼块状的原料放入锅中加热至熟，并使表皮酥脆的一种烹调方法。

煎法可以直接成菜，也可与其他方法配合成菜。因此煎的类型较多，主要有干煎、南煎、煎焖、煎蒸、煎煨、煎烹、糟煎、煎氽、煎贴、煎转、煎瓢等。

煎的操作要求是：煎的原料一般都是单一的，没有辅料。如果有辅料也不能同主料混合在一起，只能另做。使用的原料要加工处理成扁平状，面较大较薄，煎制泥茸丸，要在煎制中用手勺把丸子压成扁平圆形，否则不易内外俱熟。煎制前，原料要经腌渍调味，片状原料需加调味品并挂糊，块、段状原料需用调味品拌渍并拍粉，泥茸原料需加调味料并拌成胶状厚糊。火力要小而稳定。

18. 煎分几种？

煎可分为干煎、南煎、煎烹等。

干煎是将经过刀工处理的扁平形原料用调味料腌一下，然后拍干粉，上鸡蛋糊，再放入锅中两面煎制成熟的一种烹调方法。

技术要求：煎锅必须先烧热，再用凉油涮一下，然后下料煎制，火候不可太急。用油量不能淹没原料，油少时可随时加，并晃动锅，使所煎原料不断转动，以防粘锅和上色不匀。如果是泥茸状原料，应加入调味料和鸡蛋湿淀粉，调和均匀，以保持原料煎时不松散。由于经过干煎的原料不需要再经其他烹调过程就可食用，因此必须煎透、煎熟。

干煎菜肴色泽金黄，具有外香酥、里软嫩的特点。

南煎是将主料煎好以后，加入适当的糖、鲜汤及其他调味料，短时间地煨制一下，然后收浓出勺的一种烹调方法。

南煎这种烹调方法在我国南方比较常用。制作要求是：煎好一面再煎