

调味

制馅技巧

【鸡肉馅】

将鸡脯肉洗净切成米粒状，锅置火上，放入混合油烧至六成热时，投入鸡脯肉粒加精盐、姜末炒出香味，起锅备用。葱切粒，白萝卜洗净，切成细粒，入沸水锅焯生捞出挤干水分，取出放入炒好的鸡脯肉粒、白萝卜粒、葱粒、酱油、胡椒粉、白糖、味精、麻油拌匀即成。

【红油汁】

生油或油入锅加精盐、白糖、味精搅匀化加入葱汁、麻油、红油调匀即成。

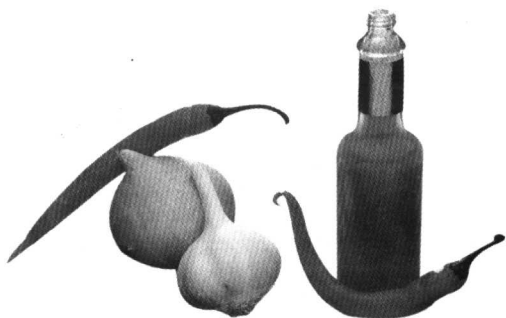
【麻酱汁】

白酱油入锅加白糖、精盐、白芝麻酱粉搅匀，加麻油、味精调匀即成。

主编 彭发源 潘林
四川出版集团·四川科学技术出版社



调味技巧 制馅



四川出版集团 · 四川科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

调味制馅技巧/彭发源,潘林主编. - 成都:四川
科学技术出版社,2005.1(2006.2重印)
ISBN 7-5364-5651-4

I. 调... II. ①彭...②潘... III. 调味法
IV. TS972.112

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 115894 号

调味制馅技巧

主 编 彭发源 潘 林
组稿编辑 侯矶楠
责任编辑 李宗昌
封面设计 朱晋蓉
版面设计 文飞燕
责任校对 王 勤 命 华 翁宜民
责任出版 邓一羽
出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社
成都市三洞桥路 12 号 邮政编码 610031
成品尺寸 168mm × 123mm
印张 7 字数 145 千 插页 11
印 刷 成都市辰生印务有限责任公司
版 次 2005 年 1 月成都第一版
印 次 2006 年 2 月成都第二次印刷
定 价 13.00 元
ISBN 7-5364-5651-4/TS·397

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。
■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。
地址/成都市三洞桥路 12 号 电话/(028)87734081
邮政编码/610031

tiaowei zhi xian jiqiao

【鱼香腰花】



【鲜肉蒸饺】

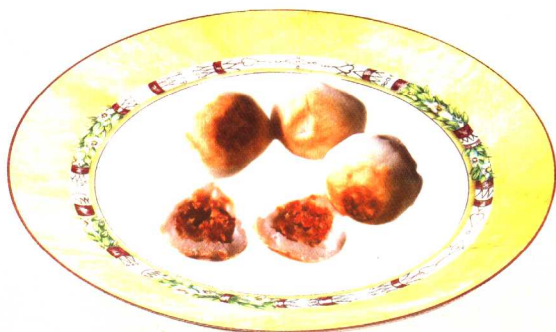
【香蕉馅】



2

tiao
wei zhi xian jiqiao

调味制馅技巧



【玫瑰馅】

【芽菜水饺】

taowei zhi xian jiqiao



【茄汁河虾】



【蚝油鲳鱼】



4

tiao
wei zhi xian jiqiao

调味制馅技巧

【椒盐豆干】

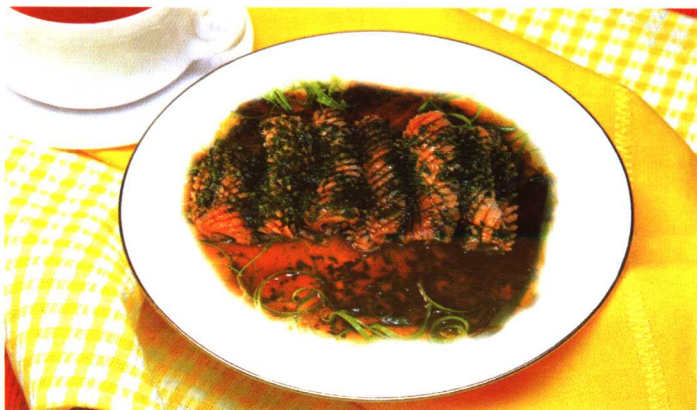


tiawei zhi xian jiqiao

【豆酱海螺】



【椒麻鲜鱿】



【南瓜馅】



6

tiao
wei zhi xian jiqiao

调味制馅技巧



【鲜蟹小包】

taowei zhi xian jiqiao

【橘馅包】



【红油肚丝】



【鸡粒肉馅】

8



tiao
wei zhi xian jiao

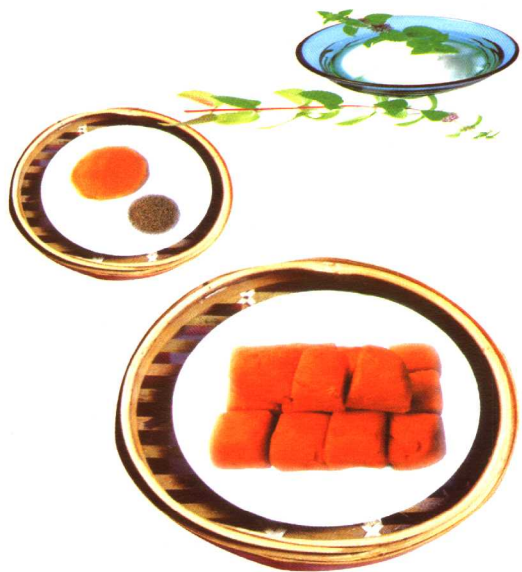


调味制馅技巧

【怪味舌卷】

tiaowei zhi xian jiqiao

【南瓜馅】



【四味馅】





前 言

中国菜肴，以“味”为核心，以“养”为目的。菜肴的好吃与否，全在于“口味”，然而调制口味在于技巧，在于对烹调更高、更深的认定和长期工作的实践。“五味调和，百味香”，怎样把酸、甜、辣、咸、鲜配合得适当，使人感觉到口味和谐适口是这本书解决的主要问题。

中华民族在长期的饮食文化发展中，逐渐认识到调味的规律性和特殊性，辩证地把调味的艺术内涵加以扩展和延伸，使人们在味觉和视觉的感受中，臻于完美。从调和五味到调和多种复合味，特别是调制复合味型应因材施教，因材施味，需像音乐大师演奏一样，行云流水般的自若。烹饪师们根据原材料和每道菜的要求，巧妙调味，使一道道菜肴风味独特，成为可供一种心灵上享受的美味珍馐。

馅，俗称“馅心”，就是包子、饺子等面点中放入的馅料。经精细加工的馅料多样味美，制成的面点琳琅满目，美不胜收，其中不少面点早已演绎为中国饮食文化中的精典代表作。

制馅是由原始的包煮法演化而来。从营养学的角度看，包煮的优越性很多，它可以减少馅料的营养流失，保持原汁，但制作馅心是一项重要的工艺，也是一项较复杂的技术，其不但原料运用范围广，还需结合坯皮的成形及熟制的不同特点，选用不同的馅心。才能达到最佳的效果。

本书为方便读者使用，共列各种复合酱汁136种和馅料配制方法101种。其中除传统的复合酱汁和馅料制作技艺的介绍以外，还根据人们口味的变化和社会的新需求，开发了新的复合酱汁和馅料配制供选择。由于诸多方面的原因，书中不足之处，敬请批评指正。

编 者

四川科学技术出版社

烹调技术类书目

如需订购，请于周一至周五拨打我社
发行科电话或邮购

电话：028-86671039 86672823

邮编：610012 地址：成都市盐道街三号

本社菜谱图书在全国享有盛誉。一流的作者，精心地编辑确保了图书的品质。《大众川菜》、《家庭川菜》已是广大烹饪爱好者的必备读物。近年本社倾力打造的《川菜王国书库》更是好评如潮，其中必有你所心仪的好书。

欢迎广大烹饪爱好者选购本社菜谱类图书，并候赐稿。

序号	书 名	定 价	序号	书 名	定 价
1	城市指南·吃在成都(全彩)	39.00	21	四川民间流行菜(二)	13.00
2	老成都食俗画	22.00	22	四川乡土农家菜	13.00
3	大众川菜(三版, 获“全国优秀畅销书”类)	17.00	23	四川民间乡土菜(全彩)	29.00
4	大众川菜(三版修订)	19.00	24	四川民间特色菜(全彩)	29.00
5	家庭川菜(修订本)	17.00	25	四川民间传统菜(全彩)	29.00
6	新编家庭川菜	18.50	26	四川风味菜	22.00
7	新编大众川菜	18.00	27	川味笋菌(全彩)	29.00
8	川菜烹饪秘诀	15.00	28	时尚川菜(全彩)	23.00
9	四川火锅大全	22.00	29	时尚川点(全彩)	25.00
10	四川流行火锅	18.00	30	川味一绝泡椒菜(全彩)	26.00
11	家庭药膳滋补火锅	14.00	31	美妙开胃菜(全彩)	19.00
12	新川菜经典·风味菜	15.00	32	现代经典流行川菜(全彩)	55.00
13	新川菜经典·家常菜	15.00	33	一料多用做川菜	23.00
14	天府冷锅	14.00	34	四川名菜	22.00
15	天府火锅	15.00	35	四川大锅菜	15.00
16	天府新菜	14.00	36	四川奇味菜	12.00
17	天府名师菜	15.00	37	四川清淡菜	12.50
18	天府坛子菜	15.00	38	四川海鲜新菜	13.00
19	美食川味斋菜400例	18.00	39	四川河鲜新菜	12.50
20	四川民间流行菜(一)	20.00	40	四川美味鱼肴200例	13.00

序号	书 名	定 价	序号	书 名	定 价
41	四川美味菌类菜谱	18.00	65	川味汤羹193例	14.00
42	巴蜀炒菜	15.00	66	川味小吃180例	16.00
43	巴蜀烧菜	14.00	创新川菜精华丛书		
44	巴蜀蒸菜	14.00	67	创新川菜精华本(全彩)	19.00
正宗川味家常菜系列			68	创新家庭川菜	15.00
45	川味炒菜	16.00	69	创新川味火锅(二版)	16.00
46	川味卤菜	16.00	70	创新川味小吃	16.00
47	川味蒸菜	16.00	71	创新川味凉菜(二版)	15.00
48	川味凉拌菜	16.00	72	创新川味蒸菜	15.00
49	川味素菜	16.00	73	创新川味炒菜	17.00
50	川味泡菜	14.00	74	汤菜	13.00
51	川味小吃	16.00	厨艺入门丛书		
川菜大师烹饪技术全书			(四川烹饪高等专科学校技能 教学部组织编写审定)		
52	传世川菜	24.00	75	红案——菜品烹制技法	15.00
53	原料选择	23.00	76	白案——面点小吃制作技法	13.00
54	刀工配料	23.00	四川省烹饪高等专科学校组织编写审定		
55	面条锅盔	20.00	77	小餐馆当家菜——热菜	10.00
四川特色菜丛书			78	小餐馆当家菜——冷菜	10.00
56	川味烩辣菜	14.00	79	小餐馆当家菜——汤菜	10.00
57	川味麻辣菜	14.00	80	怎样开快餐店	16.00
58	川味花椒菜	15.00	81	怎样开正宗川菜馆	19.00
59	川味酸辣菜	15.00	82	怎样开正宗四川火锅店	15.00
60	川味腐乳菜	15.00	83	果雕拼盘与果汁(全彩)	24.00
正宗川菜烹饪系列丛书			84	食品雕刻精解(全彩)	38.00
61	正宗老川菜	15.00	85	食品雕刻技艺(全彩)	28.00
62	川味火锅85例	12.00	86	冷菜拼盘技艺(全彩)	26.00
63	川味凉菜185例	16.00	87	热菜造型技艺(全彩)	28.00
64	川味热菜150例	16.00			

序号	书 名	定 价	序号	书 名	定 价
88	宴会实用造型粢菜	12.00	116	家庭烹饪顾问	16.20
89	川菜烹调技术	5.50	117	家庭烹饪经典	11.00
90	川菜筵席大全	9.20	118	家庭凉菜 (修订本)	9.00
91	巧做拿手菜	16.00	119	家庭蒸烧	9.00
92	巧做花样主食	14.00	120	素菜巧做	11.00
93	巧摆家宴	15.00	121	四季野菜	10.00
94	巧做乡情小吃	14.00	122	绿色家常食谱258例	10.00
95	大众面王——荆师傅家常面点100例(全彩)	22.00	现代快餐系列丛书		
96	中国名点精品	16.00	123	花样炒饭	15.00
97	中国烹调60法和应用菜肴600例	28.00	124	美味面条	14.00
98	中国工艺菜19法和应用菜肴400例	19.00	125	四季套餐	16.00
99	中国川菜大观	45.00	家庭海鲜烹饪丛书		
100	韩国泡菜 (全彩)	25.00	126	(1) 海鱼、鱼翅、鱼肚 (二版)	23.00
101	川菜调味51法和应用菜肴400例	15.00	127	(2) 海参、墨鱼、鱿鱼、章鱼、海菜(二版)	23.00
102	川味海鲜	10.00	128	(3) 海蜇、鲍鱼、贝类 (二版)	23.00
103	川味鸭肴	9.60	129	(4) 海虾、海蟹、海螺 (二版)	23.00
104	川味山珍	14.00	130	大众四季药膳 (春季版) (彩版)	28.00
105	川味鱼肴	12.95	131	大众四季药膳 (夏季版) (彩版)	28.00
106	大众快餐	6.50	132	大众四季药膳 (秋季版) (彩版)	28.00
107	家庭汤羹	6.10	133	大众四季药膳 (冬季版) (彩版)	28.00
108	鸡尾酒调配艺术	9.60	134	家庭食疗保健大全	23.00
109	厨房小窍门	18.00	135	中老年食谱	13.50
110	夏令冷食与冰箱食谱	9.60	136	孕产妇食谱	13.50
111	微波炉巧做风味菜	13.00	137	营养保健食谱	13.00
112	微波炉巧做家常菜	12.00	138	家庭营养保健手册	18.00
113	微波炉巧做保健食品	14.00	139	男性健康食谱宝典	18.00
114	微波炉中西餐制作大全	16.80	140	让你变得更聪明——大脑保健食谱	12.00
115	家制饼点食谱300种	8.60	141	中华补肾壮阳药膳食谱	11.00

序号	书 名	定 价	序号	书 名	定 价
142	食疗宝典	15.50	157	家庭中医食疗法	12.00
143	食疗手册	15.00	158	家庭四季药膳煲	12.00
144	中老年美味食疗246种	10.00	159	饮食健身百问百答	12.60
145	癌症美味食疗318种	13.00	160	常见病药膳	17.00
146	皮肤美容食疗306种	10.50	161	家庭药膳精选	26.00
147	胃肠病美味食疗258种	11.50	162	家庭男性保健养生药酒666例	15.00
148	美容瘦身药膳	20.00	163	大众药酒	15.00
149	老年营养顾问	5.30	164	常用药酒	15.00
150	美味食疗煲180种	10.00	165	粗粮美味食谱333例	13.00
151	美味食疗汤羹180种	10.00	166	家庭米食食谱大全	14.00
152	美味食疗炒菜180种	10.00	167	家庭面食食谱	12.00
153	美味食疗蒸菜180种	10.00	168	甜品百变法	3.90
154	食品与营养知识百问百答	12.00	169	瓜类百变法	4.70
155	饮食保健小常识	10.00	170	吃蛋百变法	4.50
156	食物神奇疗效小百科	23.00	171	淡水鱼百变法	4.70