



名厨经典系列



新式酱汁菜

XINSHI JIANGZHICAI

卢见 编著

文冰 摄影



中国轻工业出版社



随书附赠光盘

图书在版编目(CIP)数据

新式酱汁菜 / 卢见编著. — 北京: 中国轻工业出版社,
2006.7

(现代人·名厨经典系列)

ISBN 7-5019-4756-2

I. 新… II. 卢… III. 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 018046 号

责任编辑: 高惠京

策划编辑: 高惠京

版式设计: 叶 蕾 王超男

李 芳 李若虹

责任终审: 劳国强

责任校对: 燕 杰

封面设计: 叶 蕾 王超男

责任监印: 胡 兵

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: 北京国彩印刷有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2006 年 7 月第 1 版第 2 次印刷

开 本: 787 × 1092 1/16

印张: 6.5

字 数: 100 千字

书 号: ISBN 7-5019-4756-2/TS · 2775 定价: 38.00 元

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

发行电话: 010-85119845 010-65128898 传真: 010-85113293

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

60631SIC102ZBW





名厨经典系列

新式酱汁菜

XINSHI JIANGZHUICAI

卢见 编著

文冰 摄影



 中国轻工业出版社

前 言

社会不断发展,人们对饮食的要求日益提高,特别是对传统菜肴口味的不满足,使如何烹调营养健康、口味时尚的菜品成为餐饮专业人士研究的内容。如今,中西烹饪技艺结合之风越来越盛,新式原料、调味料及西式调味酱汁在菜品制作上已得到广泛应用。人们的共识是,菜肴品种要发展,惟有创新。

近年来,在前辈们的悉心教导和同仁们的帮助下,笔者一直探讨菜肴烹饪中西结合和标准化生产等方面的问题,并编写《新式酱汁总汇》等书、录制《新式酱汁制作与应用》等光盘,受到广大业内人士及烹饪爱好者的欢迎。同时,研制、开发的私房咖喱酱、百变番茄酱等系列酱汁,已申请国家相关专利,并获得了“中国商业科技进步奖”,在行业应用中得到了广大顾客的认可和好评。

本书是应广大读者的要求,在总结的同时,又吸取同行的先进经验精心编写而成。在编写的过程中得到刘京津、郭明等领导的大力支持及本单位同事的热情帮助;刘广伟、王旭东、薛正安、曾繁华、王斌等老师对编写工作提出了宝贵的意见;还有同行好友屈浩、熊望滨、李斌、魏国兴、王涛、胡杰、孙咏梅、陈江凤、朱永松等的鼓励帮助,在此深表感谢。希望本书能给广大餐饮业内人士提供创新的思路,起到抛砖引玉的作用。

编著者



治味神功

题赠卢健甲申立冬刘广伟

作者简介

卢健（笔名卢见），中国烹饪大师，现任清华大学接待中心餐饮部经理兼行政总厨；北京应用技术大学饭店旅游学院、东方美食学院客座教授；北京华天职业学校高级教师；国家职业技能鉴定考评员；中国烹饪协会会员、中国药膳研究会烹饪专业委员会委员；首都营养美食学会理事。



曾编著出版《食品雕刻与实用造型——卢健食品造型艺术》、《美味烧烤30种》、《美味汤羹30种》、《美味沙锅30种》、《美味滋补炖品》、《新式酱汁总汇》等图书；拍摄出版了《食品雕刻技艺》、《食品雕刻》、《美味滋补炖品》、《创新中国菜》、《新式调味酱汁制作与应用》等光盘。

《东方美食》杂志社社长、东方美食学院院长刘广伟特为作者题词（上图）。

时尚创新的口感

——变幻无穷的中西结合酱汁及菜肴 8

一、面捞、油面的分类及制作 9

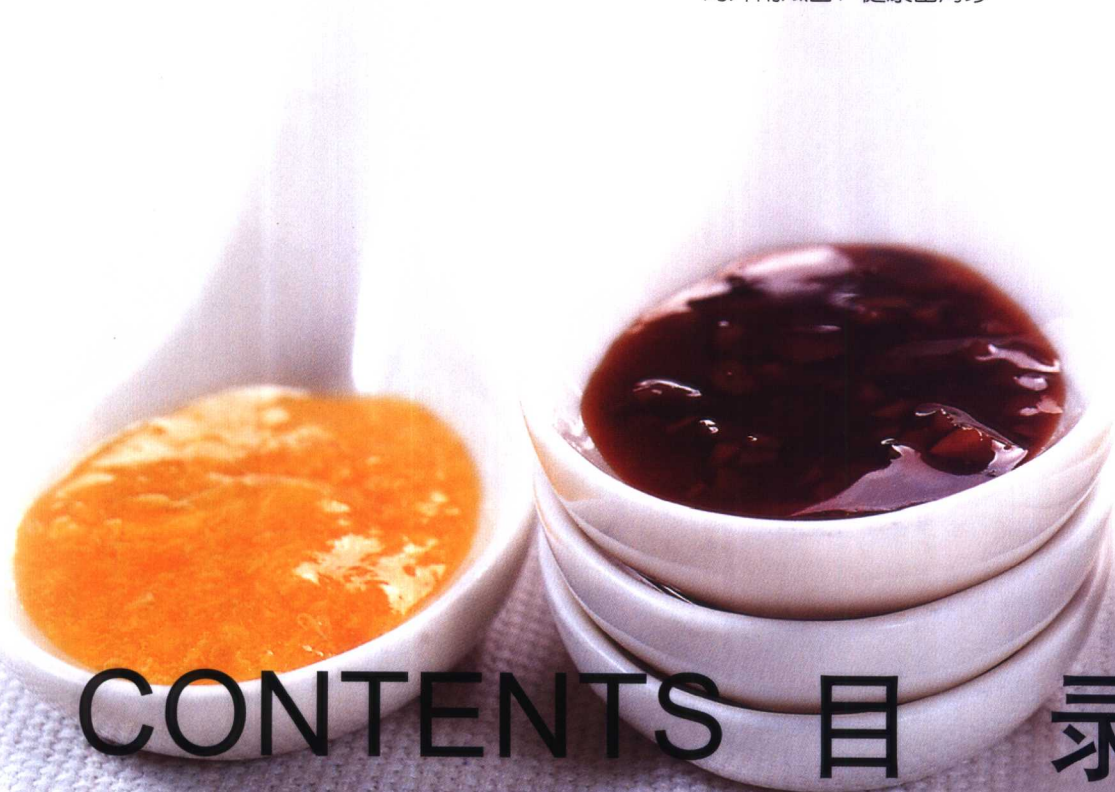
白色面捞	9
黄色面捞	9
褐色面捞	9
黄色油面	10
褐色油面	10
白色油面	10

二、基础高汤 11

牛肉红汤	11
牛肉高汤	11
鱼肉高汤	11
鸡肉高汤	11

三、中西结合酱汁的制作及菜品应用 12

番茄黄豆酱 / 番茄煎藕饼	12
奶油蘑菇酱 / 风味香辣鸡腿	14
泰式酸辣汁 / 泰式木瓜拌凤爪	15
番茄牛肉酱 / 意式伊面鸭脯	16
牛肉珍菌汁 / 珍菌煎鳕鱼	18
泰式海鲜汁 / 泰式明炉鱼	20
法式芥末汁 / 芥末汁煎鲑鱼	21
意式海鲜汁 / 意式炒海鲜	22
香橙蛋黄酱 / 香橙时蔬煎海鲜	24
鲜蔬奶酪酱 / 鲜蔬奶酪牛排	25
芥末醋酸汁 / 芥末拌时蔬	26
南洋咖喱酱 / 咖喱鸡	28
美式黑椒酱 / 黑椒羊排	29
奶油玉米鸡汁 / 奶油玉米娃娃菜	30
红花番茄汁 / 保健一品锅	31
鸡汁南瓜酱 / 健康山海珍	32



CONTENTS 目录

似曾相识的味道

——风格各异的日式酱汁及菜肴 33

一、日式高汤 34

柴鱼高汤	34
黄豆香菇素高汤	34
小鱼海带高汤	35
鸡骨蔬菜高汤	35

二、日式酱汁的制作及菜品应用 36

(一) 日式拌酱

山楂拌酱 / 山楂银芽萝卜苗	36
酸黄瓜风味拌酱 / 银芽拌鳗鱼	38
芥末味噌拌酱 / 蟹肉拌菠菜	39
柠檬鱼子拌酱 / 柠檬鱼子拌海鲜	40
芝麻味噌酱 / 芝麻拌时蔬	41
豆腐拌酱 / 豆腐拌什锦	42

(二) 日式烧烤酱

辣味烧烤酱 / 串烤什锦	43
照烧酱 / 照烧鸡翅	44
味噌蛋黄酱 / 味噌烤鱼	46
海胆酸梅酱 / 酱烤墨鱼	48

(三) 日式蘸酱

天妇罗蘸酱汁 / 炸鱼胶	50
花生辣酱 / 牡蛎白菜	52
味噌芝麻酱 / 日式涮涮锅	53
萝卜泥酱 / 烤肉	54



独具特色的风味

——鲜辣美味的韩式酱汁及菜肴 56

一、韩式冷面汤 57

果味冷面汤 / 冷面 57

牛肉冷面汤 / 冷面 58

二、韩式酱汁的制作及菜品应用 59

(一) 泡菜酱

辣白菜酱 / 辣白菜 59

短期泡菜酱 / 夹馅黄瓜 60

速拌辣酱 / 韩式拌桔梗 61

辣泡汁 / 辣泡时令菜 62

清泡汁 / 萝卜泡菜 63

(二) 韩式狗酱

韩式狗酱 / 狗肉火锅 64

(三) 烤肉蘸酱

味噌辣酱 / 烧汁芝麻酱 / 烤牛肉 66

烧汁水果酱 / 花生酱 / 烤鲜鱿丝 68

寻找回家的感觉

——传统口味的中式酱汁及菜肴 70

一、中式高汤 71

上汤 71

奶汤 71

翅汤 71

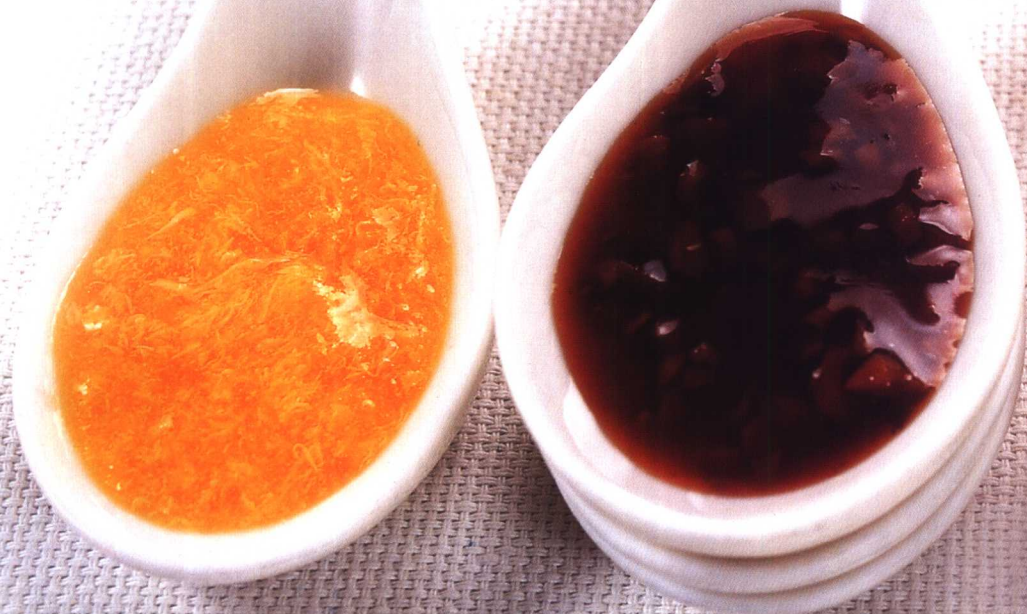
二、中式酱汁的制作及菜品应用 72

XO 酱 / XO 酱爆墨鱼片 72

肉酱 / 肉酱茄子 73

桂花汁 / 桂花鳝片 74

蜜椒汁 / 蜜椒炒牛柳 75



蚝皇鲍汁 / 海马滋补鞭	76
南乳酱 / 南乳烧墨鱼	77
辣酒汁 / 辣酒鸡杂	78
肉末麻辣酱 / 麻辣烧鱼块	80
煲仔酱 / 花生猪尾煲	81
鲜豉油皇汁 / 白灼银芽螺片	82
川式口水汁 / 川式口水鸡	84
西柠汁 / 鲜茄柠汁鱼片	85

奇妙梦幻的美味

——多姿多彩的沙拉酱及菜肴 86

一、沙拉酱的基础制法 87

二、沙拉酱的制作及菜品应用 88

香芒沙拉酱 / 香芒烤鸭沙拉	88
香橙甜酒酱 / 什锦蔬菜沙拉	89
芥末沙拉酱 / 芥末三文鱼沙拉	90
猕猴桃美乃滋 / 木瓜海鲜沙拉	92
奶油香槟美乃滋 / 酸黄瓜沙拉	93
怪味果香沙拉酱 / 三文鱼芦笋卷	94
美式千岛沙拉酱 / 千岛海鲜沙拉	96
美味奇妙酱 / 奇妙煎海鲜沙拉	98
清爽雪梨沙拉酱 / 酥皮海鲜什锦	99
美容南瓜沙拉酱 / 南瓜鳕鱼卷	100

诱人美食的基础

——中外常用的香味料 101



时尚**创新**的口感

——变幻无穷的**中西结合酱汁及菜肴**

中西结合酱汁将西餐的调味特点和制作方法与中餐烹调完美组合，让人尽情领略餐饮时尚风味。



一、面捞、油面的分类及制作

面捞、油面为西餐中常用的稠化剂，是用低筋面粉和油脂根据需要低温炒制而成，具有香味浓郁、黏结力好等特点，在西餐中被广泛应用。

白色面捞 用1:0.8的低筋面粉和黄油低温炒制而成，主要用于色泽较浅的酱汁及菜肴，起糊化作用。

黄色面捞 用1:0.8的低筋面粉和黄油低温炒制而成，主要用于色泽较深的酱汁及菜肴，起糊化作用。

褐色面捞 用1:0.8的低筋面粉和黄油低温炒制而成，主要用于色泽深的酱汁及菜肴，起糊化作用。因为炒制的时间较长，糊化效果比较差，没有白色面捞、黄色面捞的糊化效果理想。



白色油面 用 1 : 0.05 的低筋面粉和黄油低温炒制而成，用于色泽较浅的菜肴及酱汁，起糊化作用。

褐色油面 用 1 : 0.05 的低筋面粉和黄油低温炒制而成，用于色泽深的菜肴及酱汁，起糊化作用。

黄色油面 用 1 : 0.05 的低筋面粉和黄油低温炒制而成，用于色泽较深的菜肴及酱汁，起糊化作用。



二、基础高汤

“唱戏的腔，厨师的汤”，中餐、西餐的汤都是一样，在烹饪中起着重要的作用。

制汤的原料一般分两部分：

1. 主料部分：一般为动物的骨头或肉等。
2. 调料部分：常由带有香味的蔬菜或香料、香草组成。

牛肉红汤

原料：牛胫骨600克，牛肉300克，洋葱150克，胡萝卜80克，西芹50克，香叶3片，香菜10克，白胡椒2克，番茄150克，百里香5克，番茄酱200克，黄油50克，水3千克。

制法：

- ①将牛胫骨和牛肉洗净、切块，用烤箱烤至金黄色；番茄洗净，去皮、切块。
- ②洋葱、胡萝卜、西芹洗净、切块；锅烧热放黄油化开，炒香蔬菜；放入烤好的牛肉和牛骨，加水以大火烧开后，撇去浮沫，放入其他原料用小火煮5~7小时，过滤即可。

牛肉高汤

原料：牛胫骨600克，牛肉300克，洋葱150克，胡萝卜80克，西芹50克，香叶3片，香菜10克，白胡椒2克，百里香5克，水3千克。

制法：

- ①将牛胫骨和牛肉洗净、切块；洋葱、胡萝卜洗净后切碎；西芹、香菜洗净后切末。
- ②牛胫骨和牛肉放锅内加水，大火烧开后撇去浮沫，然后放入其他原料，用小火煮6~8小时，过滤即可。

鱼肉高汤

原料：鱼骨600克，鱼肉200克，洋葱130克，胡萝卜100克，西芹50克，香菜10克，白兰地10克，白胡椒2克，百里香1克，水2.5千克。

制法：

- ①将鱼骨、鱼肉洗净；洋葱、胡萝卜洗净、切碎；西芹、香菜洗净、切末。
- ②锅内加水，放入鱼骨、鱼肉烧开后撇去浮沫，放入其他原料用小火煮二三分钟，过滤即可。

鸡肉高汤

原料：鸡骨架600克，鸡肉200克，洋葱100克，胡萝卜100克，西芹30克，口蘑50克，香菜10克，百里香5克，白胡椒2克，水3千克。

制法：

- ①将鸡骨架、鸡肉洗净、切块；洋葱、胡萝卜、口蘑洗净、切碎；西芹、香菜洗净、切末。
- ②锅内加水，放入鸡骨架、鸡肉大火烧开后，撇去浮沫后放入其他原料用小火煮3~5小时，过滤即可。

三、中西结合酱汁的制作及菜品应用

酱汁，在西餐中称为少司，一般由油脂、汤类，调味、调香类及稠化剂三部分构成。本章节中的酱汁是借鉴西餐少司的特点并结合中餐口味制成的。

番茄黄豆酱

原料：番茄酱 100 克，鲜番茄丁 300 克，泡发黄豆 300 克，牛肉高汤 1 千克，黄油 20 克，洋葱末 20 克，蒜末 20 克，精盐、胡椒粉各适量。

制法：锅内放黄油烧化，炒香洋葱末、蒜末、鲜番茄丁和番茄酱，放入牛肉高汤及其他原料，大火烧开后改小火，煮至汤近半、黄豆熟烂时即可。



番茄煎藕饼

原料：藕、鱼胶、腊肠、香葱末、精盐、鸡精、料酒、番茄黄豆酱各适量，熟口蘑、熟芦笋少许。

制法：

①藕、腊肠切成丁，加入鱼胶、香葱末、精盐、鸡精、料酒搅匀。

②将搅匀的材料制成饼状，放入热油锅煎熟，浇番茄黄豆酱、点缀口蘑、芦笋即可。



奶油蘑菇酱



原料：鸡肉高汤 500 克，奶油 20 克，鲜牛奶 300 克，口蘑丁 200 克，洋葱末 30 克，精盐、胡椒粉、白色面捞各适量。

制法：炒锅烧热，将奶油烧化，炒香洋葱末，加鲜牛奶、鸡肉高汤、口蘑丁、精盐、胡椒粉调好口味，缓缓加入白色面捞搅匀，煮开即可。



风味香辣鸡腿

原料：鸡腿、香辣糊、鲜豌豆、胡萝卜球、口蘑、奶油蘑菇酱各适量。

制法：

①将鸡腿卤熟，挂香辣糊炸好。

②鲜豌豆、胡萝卜球、口蘑汆烫后炒好，与炸鸡腿装饰搭配，淋入奶油蘑菇酱即可。



泰式酸辣汁 原料：红椒碎 200 克，蒜末 20 克，椰糖 10 克，美极酱油、鱼露、花生碎、香菜末、鲜柠檬汁、果醋各适量。
制法：将所有原料搅拌均匀即可。



泰式木瓜拌凤爪

原料：木瓜、熟鸡爪、香菜末、红椒末、泰式酸辣汁各适量。

制法：

- ①木瓜去皮、切丝；鸡爪去骨、切块。
- ②原料混合，加入泰式酸辣汁拌匀即可。