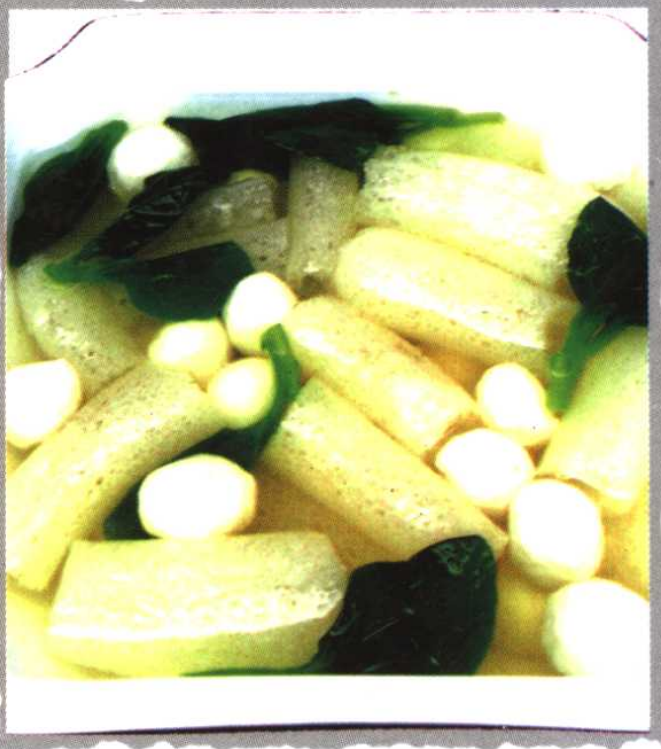


飘香

新一代川菜掌门人肖见明作品集

川菜

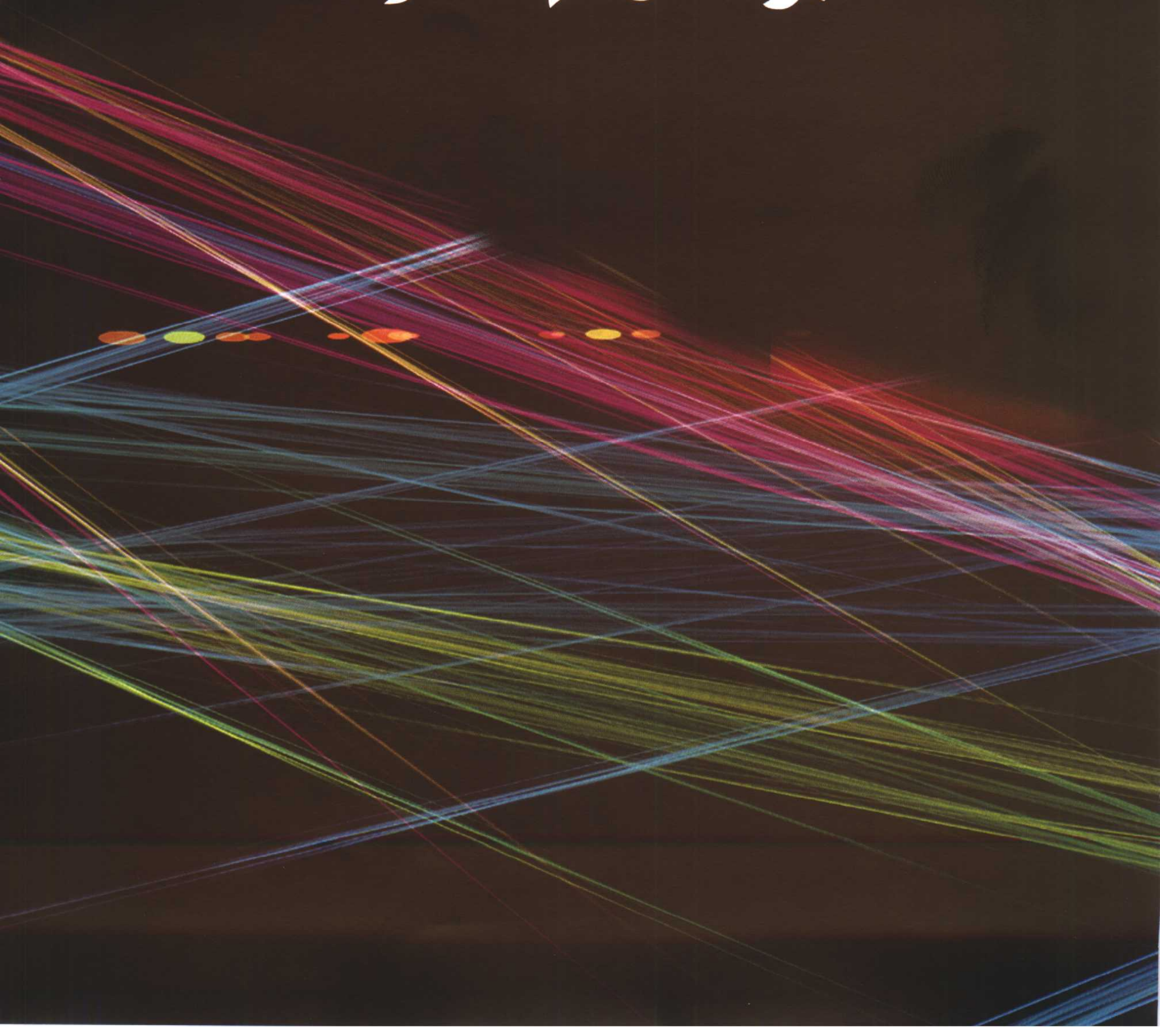
肖见明 著



肖见明 著

新一代川菜掌门人肖见明作品集

飘香川菜





图书在版编目(CIP)数据

新一代川菜掌门人肖见明作品集 飘香川菜/肖见明著.
—成都:四川科学技术出版社,2006.3
ISBN 7-5364-5877-0

I. 新... II. 肖... III. 菜谱—四川省
IV. TS972.182.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 145285 号



XINYIDAI CHUANCAI ZHANGMENREN

XIAO JIANMING ZUOPINJI

PIAOXIANG CHUANCAI

新一代川菜掌门人肖见明作品集

飘香川菜



著 者 肖见明
彩图摄影 黎 文
责任编辑 宋小蓉
封面设计 凝视工作室
版面设计 康永光
责任校对 缪栋凯
责任出版 周红君
出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社

成品尺寸 245mm × 176mm

印张 6.5 插页 4

印 刷 四川省印刷制版中心有限公司

版 次 2006 年 3 月成都第一版

印 次 2006 年 3 月成都第一次印刷

定 价 40.00 元

ISBN 7-5364-5877-0/TS·449

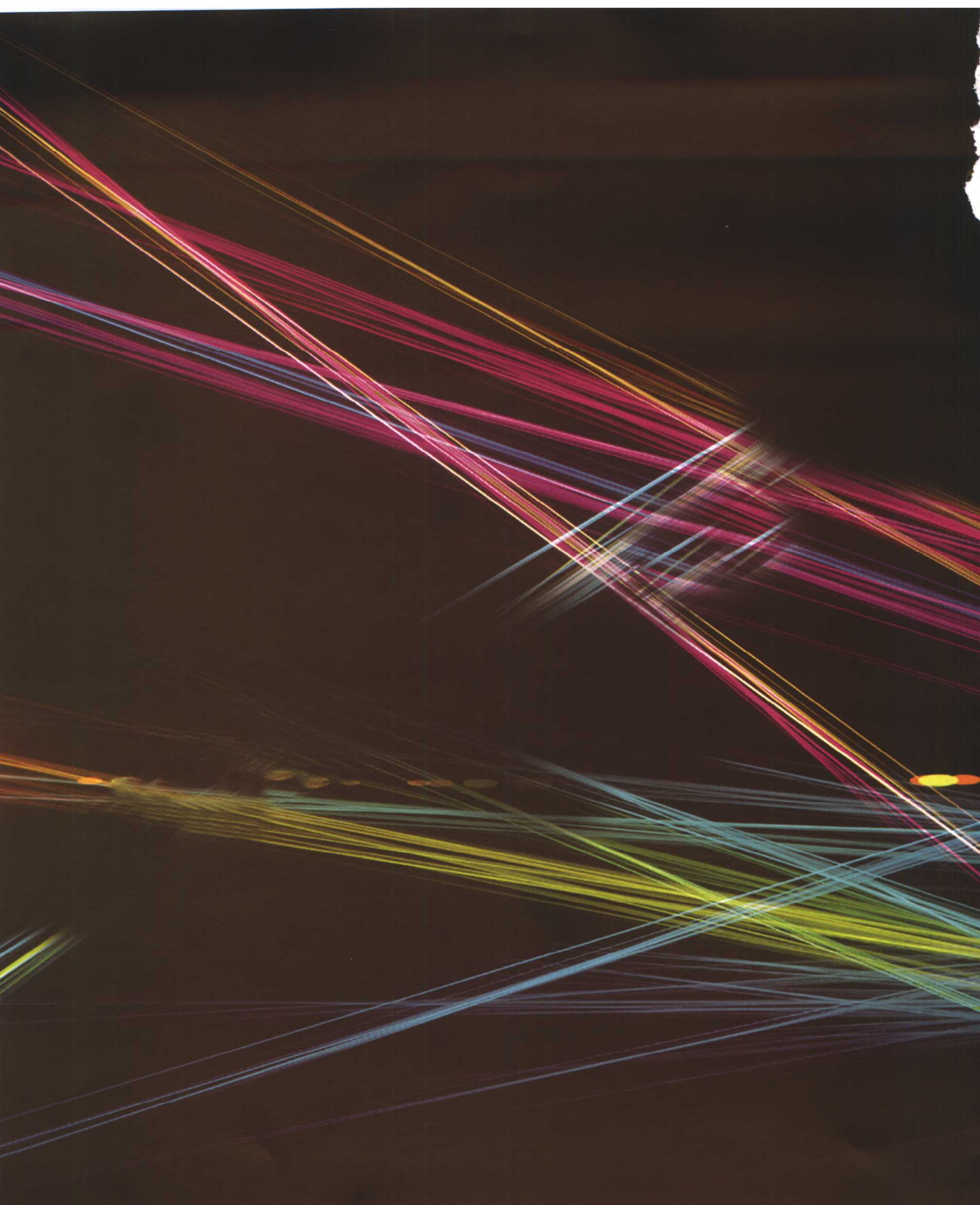
■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 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

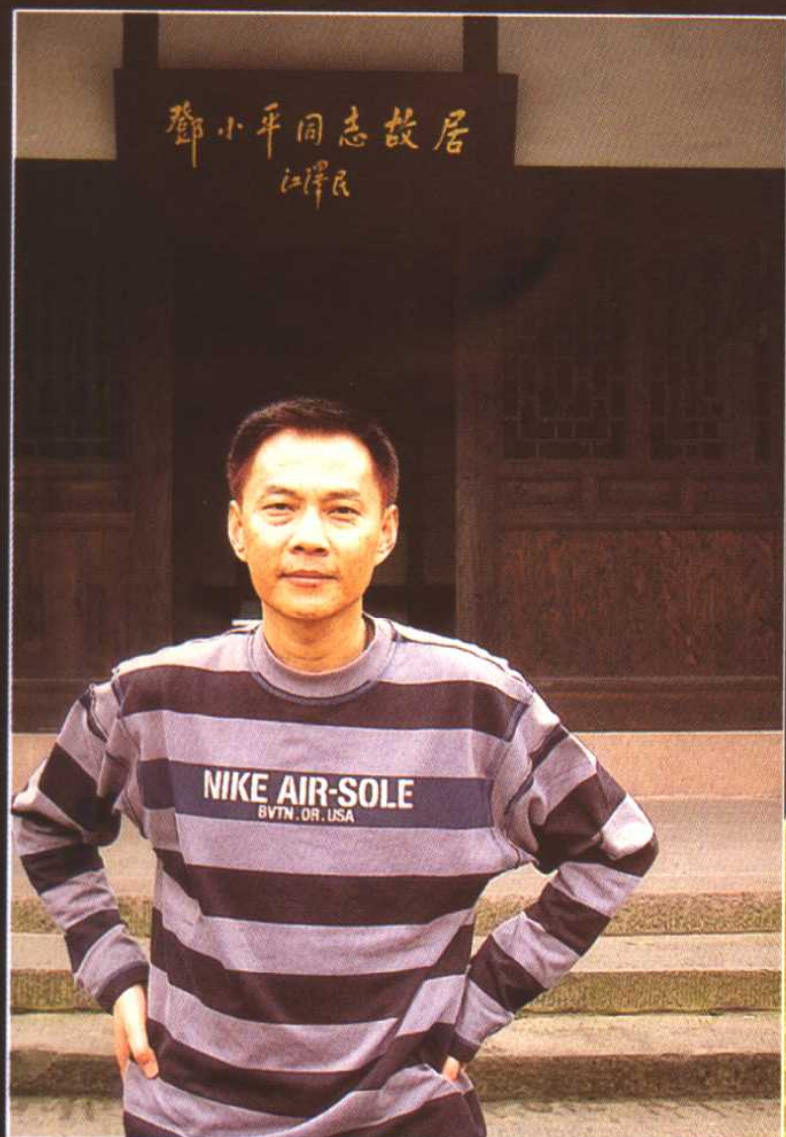






谈谈川菜创新

肖见明



创新,是发展和完善川菜的一个重要方面,如何把菜品从原始状态的土壤里提炼出来,运用现代的科技手段使之得到发展(包括现代厨房生产设备、新的原料产品、新的调料产品、新的瓷器盛器,以及新的店堂硬件设施和新的前台服务要求),只有在认识这些新的环境后,在新的观念指导下,才能创制出更多的适合目前市场发展的新菜品。

在创新中,要首先了解一个菜系的形成,是与这个地域的物产、人们的生活习俗、地理气候



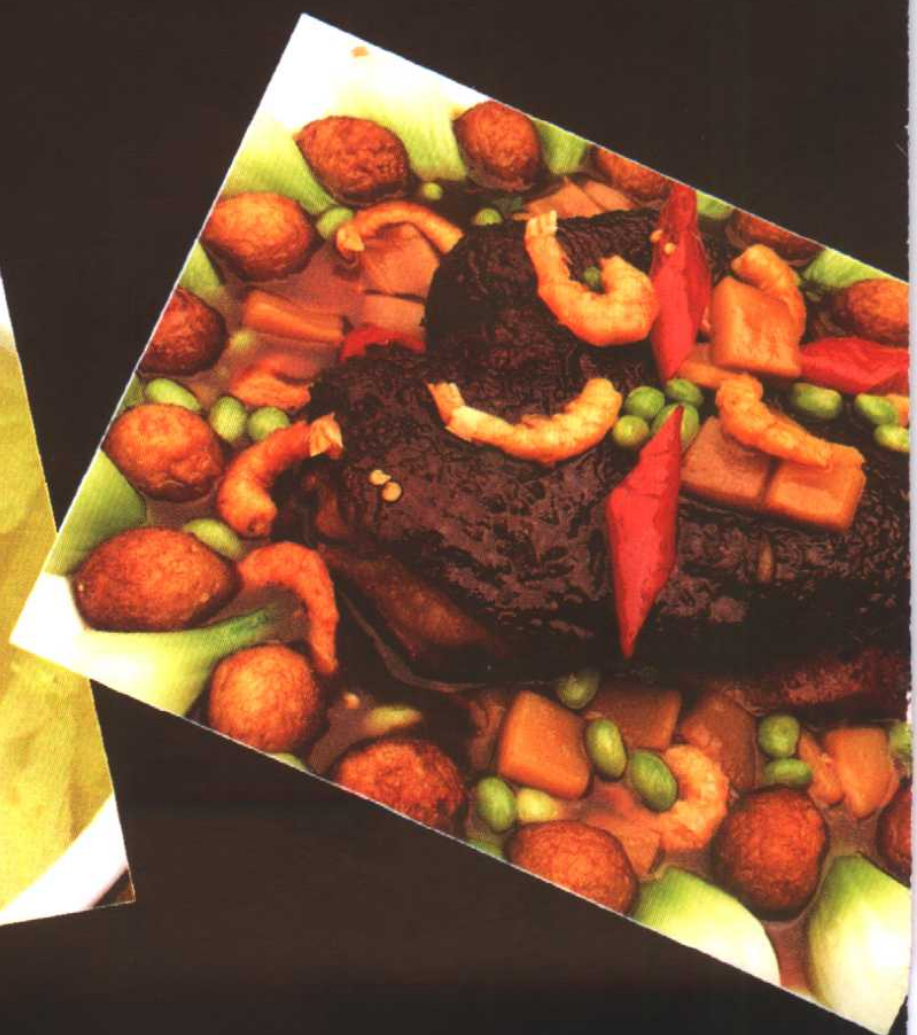
条件等是分不开的。随着交通、信息的发达和许多以前川内没有的原材料的进入,对川菜厨师提出了新的挑战,也大大丰富了川菜的原料市场。川菜厨师要创新,自身的川菜烹饪基本功必须扎实,要有一定的行业阅历和经验。一个连川菜传统精华和川菜特点都不了解的厨师,要创出新的川菜菜品,显然是不行的。因此,要知道什么是川菜,什么是外来的其他菜系,要认识川菜的个性和中国菜的共性,要掌握新的原材料的属性及质地,只有这样创新出来的菜品才能让人赞许,而不会不伦不类。

目前川菜厨师很多,但真正能承上启下的厨师是不多的,能从根本上理解川菜二字的厨师就更少了。厨师的断层现象不可小视,与消费者的消费断层现象有相同之处。

要说创新,其实川菜从来没有停止过创新。从清末民初的宫保鸡丁,到抗战时期的香酥全鸭,乃至现在风行巴蜀大地的鱼香肉蟹、酱爆鸭舌、东坡银鳕鱼、碧绿椒麻鱼,又有多少是麻辣得口干舌燥的菜品呢?

一个菜品的诞生,要从各个方面去评价它。首先要看它是不是能体现川人的生活习俗,是不是按川菜特有的烹调手段去制作(这一点非常重要),有没有川菜所具备的特点,对传统菜品的做法有没有改进,是否符合时代的需要,不能搞流行风,要有生命力;还要考虑到它的销售价值和消费者对其价位是否感到物有所值,以及销售过程中的生产能力。不要搞“T”型台上的时装产品,好看不实用,不能过分艺术化,要多替消费者着想,要有实用价值,平中见奇,这也是几届全国烹饪大赛评委们呼吁的一个重要方面。如果这些问题都考虑到了,创新出来的菜品才能对川菜这个艺术宝库是一种丰富,而不是一时的哗众取宠。

此文原发表在四川大学出版社 2001 年 8 月出版的《川菜文化研究》一书(本文有删减)



自序



2004年11月的一天,我站在美国旧金山“‘世界之味’——国际美食节”的会展大厅,看着来自世界各地、各种肤色的人们津津有味地品评着我的川菜作品,听他们说着我完全不懂的话语,从他们兴奋的表情和不断向我竖起大拇指称赞的情形来看,我知道:这是他们对我的参展作品的认同,这是他们对中国川菜的认同。我突然强烈地感到:今天,川菜能走进“‘世界之味’国际美食节”的殿堂,是川菜几千年的千锤百炼、博大精深和厨界前辈们前赴后继、不断努力和传承的结果。人们都说:音乐无国界,美食无国界。我说:川菜也同样无国界。

就在此两个月前,我作为川菜系的“新一代川菜掌门人”,与国内其他七大菜系的“掌门人”一起,参加了成都“2004 中国国际旅游美食节”的“21 世纪美食论坛”,在论坛上,大家各抒己见,共同探讨了各自菜系的发展,并对今后走向发表了见解,而我则从八个方面论述了“川菜坐上八大菜系头把交椅”的主题,得到了一致好评,听者甚众。事后,我非常感慨,首先,我感慨在我的家乡——四川成都能举办这样大规模的国际美食节活动;其次,我为烹饪这个自古以来就有的行业而感慨;第三,我更为川菜有今日之盛事而感慨。

我事厨 30 年来,走过了风风雨雨和艰苦磨难,在今天川菜如此辉煌之时,我感到无比欣慰。

回想起初入烹饪行业时,完全是一种偶然和出乎意料。

1975 年,我初中毕业,由于家境贫寒,没有机会和权利挑选自己喜欢的职业,被街道办事处推荐到成都市饮食服务公司并分配到所属的“红旗餐厅”——即当时成都寥寥可数的几家老牌名餐厅之一的“荣乐园”工作。

当时,我并不确定我的理想是什么,也不能奢望有什么理想。我的父亲很早就去世了,靠母亲做手工活苦撑家庭,我自己虽然考上高中却面临辍学……而厨师这份工作对于我来说是多么重要,它意味着稳定的饭碗和可以分担母亲的重担。

刚入这个门槛,我的工作就是杀鸡、杀鱼或给师傅们打下手。在以后很长的日子里,我始终只能做些水案笼锅、搭头烧炭、刷盘洗碗的工作,根本没有同批师兄弟们那样有上炉炒菜的机会,我只能利用空闲时间在一旁看着师傅和师兄们的一招一式,偷偷的学,默默的记,师傅们也不时给予我一些指点和教诲。那时,我根本不知道“烹饪”还可以被称为“艺术”,也根本不知道“川菜”这个世界是如此的浩瀚广博。时间一长,我逐渐开始知道了川菜是“以味见长,一菜一格,百菜百味”这个基本特点,我慢慢进入了“川菜”这个领域。

1976 年,我幸运的被招进了称为成都餐饮业“黄埔军校”的“‘721’工人大学”。

在这难得的学习机会中,我像婴儿一样吮吸着任何可以吸收到的知识营养。我才逐渐真真正正的走进了“川菜”这个世界,知道了什么是烹饪,什么是川菜。我第一次写下了自己对川菜完整的认

识：“川菜是用特殊的调味品和调味手段及自有的烹调原料，用别于其他菜系的独特烹调方法，结合川人悠久的传统饮食习俗而形成的菜系。川菜的特点是‘以味见长’。从整体上讲，川菜是由筵席菜、大众便餐菜、家常菜、三蒸九扣、风味小吃组成的……”

“‘721’工人大学”的学习，为我以后在厨界的拼搏打下了坚实的基础。20多年后，我依然会时常翻阅当年老先生、老师傅们给我们讲课时我记的笔记。

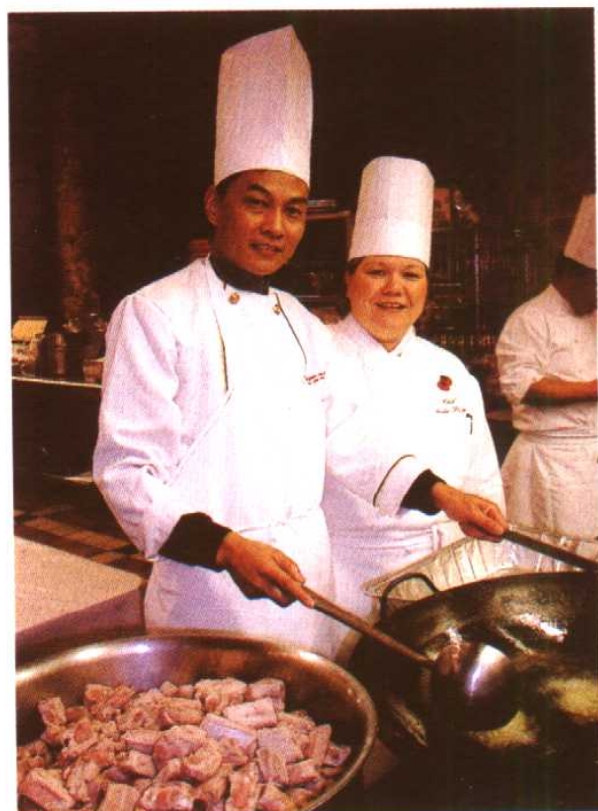
我以优异的成绩从“‘721’工人大学”毕业不久，遇上了我后来真正意义上的师傅——“川菜国宝大师”陈松茹先生，他专程从北京到成都招20名厨师进京，他选中了我。欣喜之中，又让我举棋难定：我的母亲年纪已大，我不能把母亲孤零零的一个人留在家里，我进退两难。

然而，这时我的母亲却为我作出了我人生的重要决定，她说：“人应往高处走啊，要成为有用的人，就应到能学到东西的地方去。”

在母亲一直的催促、鼓励之下，生平孝顺的我带着她老人家的嘱托和为我缝制的布袋，含着泪离开了家，离开了我慈爱的母亲。多年以后，母亲已经不在人世，我却常常眼含热泪回想起母亲当年在火车站送我时，我们母子依依不舍的情景。

北京“四川饭店”是一个川菜大师云集的地方，也是中央领导时常光临的地方。到了这个国内川菜筵席最高规格的环境里，我对川菜的认识有了全新的感悟，在师傅陈松茹大师的严格要求和调教下，通过多次为各国政要、中央领导主理筵席，我把川菜进行了高层次的整合，并对厨政工作作了详细系统的研究，同时，还开始为《中国烹饪》等大型专业杂志撰稿。

在北京“四川饭店”工作的13年里，是我职业生涯里的一个质的飞跃，我也逐渐学会了从更高、更宽的层面去领悟川菜和烹制川菜。在师傅的启发下，见识了一些行业的高档原材料和高档宴席的制作和菜单安排，使我大开眼界，也促使我对川菜菜品的创制产生了浓厚的兴趣和渴望，这期间，学习和研究川菜的创制占去了我大量的业余时间。此时，我心目中的川菜已不单纯是一种菜系、一个多种烹调方式的组合，它是川人上千年智慧的结晶，一种食的文化，一门食的艺术。



1991年，我从北京回成都探亲时，看到成都几乎成了粤菜的天下，一大批老字号的著名川菜餐馆濒临倒闭，川厨队伍也是溃不成军，整个行业似乎都在残喘呻吟，我感到震惊。

是什么原因让川菜成了目前这个样子？是我们业界出了问题？还是大众的口味出现了问题？

随着社会经济的不断发展，人们对吃的要求日趋讲究，粤菜在出品和管理上已远远发达于当时的川菜，而川菜的经营者在创新意识上还没有跟上先进的经营理念的需要，导致了川菜经营滞后。我突然觉得我有一种责任，要把自己所学的川菜烹饪知识和经验拿出来。强烈的使命感驱使我再一次做出了艰难的决定。

我立即回到北京，决然辞去了北京“四川饭店”总厨的职务，像当年义无反顾离开成都一样，又回到这个我生于斯长于斯的地方。与师傅陈松茹大师离别时，他紧握着我的手老泪纵横的说道：“去吧，回去为行业争一口气。”



到成都后，我去了那家探亲时盛邀我的酒楼。在这个川、粤菜兼容的酒楼，粤菜厨师长的工资是我的10倍，这在我意料之中，我也不计较，但粤菜厨师长把川菜放在筵席最后走菜的作法激怒了我，我坚决要求他按行业惯例交叉走菜，他妥协了。

我争回了这个权利，但并没有多少胜利的感觉，心里依旧是沉甸甸的，心情极度苦闷。我意识到，要重振川菜这个菜系，必须要有一大批川菜名店来作为施展的空间，而这一大批名店的诞生将在川菜发展处于最低谷的时候。

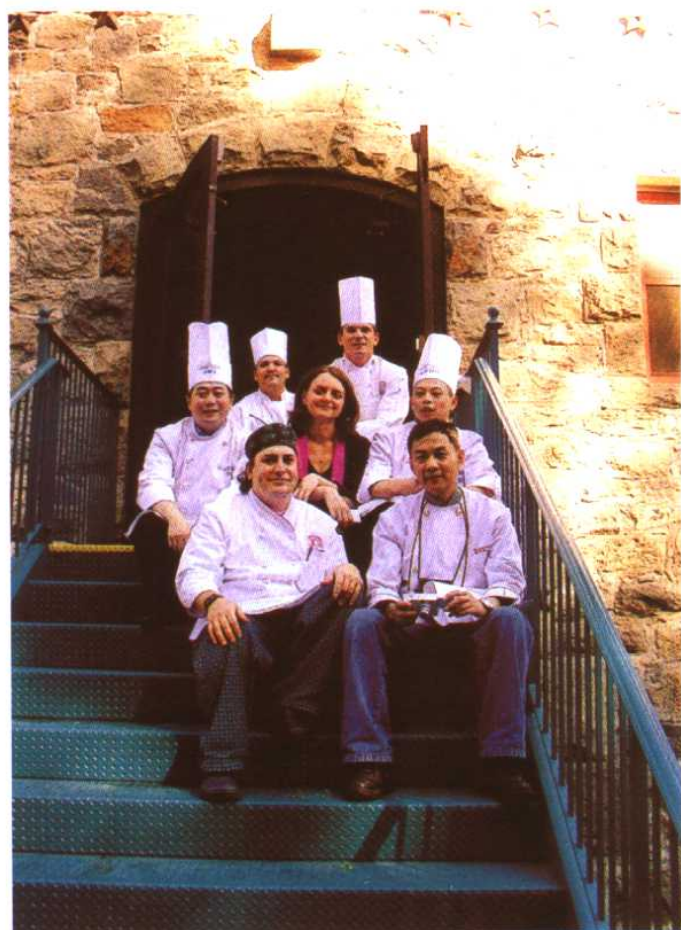
果然，曙光出现了。

1997年初，我和后来的“飘香老牌川菜馆”的总经理肖明相遇了，这是一个对川菜有着特殊感情、对川菜现状忧虑不堪的川人。他开诚布公地和我探讨了川菜的现状和发展趋势，阐述了自己准备打造川菜“百年名店”的决心和思路，并希望和我一起创立“飘香川菜”这块名牌。两颗炽热的心相撞，碰出了巨大的火花。我和这个名字与我只差一字的有识之士一拍即合，开始了被业内和媒体称为的“二肖合作”。

以“弘扬川菜精华，展现川菜魅力”为宗旨和目标的“飘香老牌川菜馆”诞生了。

我再一次开始了我的创业之路。我使出了浑身解数，充分发挥传统川菜“以味见长”的

特点,创研出了一系列精品川菜,这些川菜,既沿袭了传统川菜的制作手段,又在调味上融进了当今新型原材料和最新烹饪理念,使菜品的风味向更宽、更广的深度发展,创制出令食客们大有在“平凡中见奇”的风味独特、格调新颖的菜肴。在调味、用料、和菜品的器皿上,我较早地吸收了外来菜系的“铁板”、“煲仔”等,并引入到“川式铁板”、“川式煲仔”的菜肴制作中,此外,我还吸收了西餐、外来菜系及其调味品如蚝油、美国辣椒仔以及包括一些



粤菜的腌制方法,并充分发挥了川菜的兼收并蓄、大胆创新的作用。在我创制的“碧绿椒麻桂鱼”这款热菜菜例,就是打破传统的川菜椒麻味只用于凉菜如“椒麻鸡”等的烹制方法,巧妙地将其用于川味热菜的烹制,更进一步地扩展了本来就丰富的川菜味型,而这款菜也成了“飘香”的保留菜。其他如“麻酱凤尾”、“酱爆鸭舌”等菜品,从整体上都体现了自己的做菜特点和方法,久而久之,基本形成了我自己的风格,以至许多食客们只要一听说这些菜名,都会说这是肖大师的菜品。我做菜品,主张操作过程简便,主要是指生产流程和工艺程序上。当时推出的“碧绿椒麻桂鱼”、“川式霸王蟹”、“关公红袍鸡”、“蒙顶鱼片”、“开水白菜”、“黄瓜香菇牛柳”等菜例,受到业内专家和美食家们的高度赞赏和食客们的大力追捧,“飘香”也很快成为四川省川菜经营的典范和知名度颇高的川菜馆。

在一个毫无口岸可言的餐厅里,我们以满怀的激情和不懈的努力创造了一个奇迹:“飘香”成功了!

“飘香”这个品牌确立了,“飘香美食”也被越来越多的人接受了。我又开始了对川菜市场的更深入思考,并对自己的菜品进行了更深一层次的锤炼和升华。

我认为:“创新川菜”不是靠怪异和离奇来哗众取宠,它应该是传统川菜的精髓——味型和其他地区原料的有机结合,是传统川菜的延伸和提升,在其他菜系原料的辅佐下使川菜更具现代感,并永远充满活力。

1998年,我创造性的举办了“飘香老牌川菜馆受客人喜爱的菜品回顾展暨肖见明个人首创菜品展”,这个“狂妄”的开厨界先河之举一鸣惊人,推出的八十多个菜品受到了各界的一致认同和高度褒扬。此举的本意是,我只想改变过去川菜的一些传统做法,主动出击,

去展示川菜博大精深,同时对自己的作品进行梳理和归纳。

我在自己的努力中感到了无比喜悦和快慰。

2000年,香港超五星级“君悦酒店”想在港岛举办“四川美食节”,到成都明察暗访后,找到了我们,并盛情邀请我到香港主理“四川美食节”。

经过精心的研讨和准备,我们带着“川菜”的殷殷希望来到了香港。消息一经公布,港九《香港明报》、《资本杂志》、《味道杂志》等知名媒体和大牌记者纷至沓来。

在香港“四川美食节”期间,不少“欲睹川菜真面目”的香港名流、大亨们争相订餐,以至人满为患,许多食客面对精美的四川菜肴、小吃,欲食不忍,纷纷打包回家与亲朋共享。

“四川美食节”轰动了香港。

同年九月,国内知名刊物《新周刊》将我评为“成都十大名人”;十月,四川省政府有关部门第一次对全省烹饪队伍进行大检阅和评定,我有幸被评为“川菜大师”。2002年11月,中国烹



饪协会、中国商业联合会在北京人民大会堂举行隆重的颁奖仪式,我荣幸获评“中国烹饪大师”称号。

面对众多的荣誉,我感到光荣,更感到责无旁贷的使命。

川菜这个又一次焕发了生机的古老菜系不是一两代人发展起来的,也不是一两代人可以让它走向辉煌和极致的。30年,对于我的一生或许是一段很长的时间,而对于川菜,只是它发展史中的一瞬。它度过漫长的时间长河向我们走来,也将会在以后漫长的时间长河里走得更远更高。

我不敢奢望在川菜这本厚厚的典籍里有自己浓墨重彩的一笔,只希望后来者知道一个叫肖见明的厨师,为川菜作出了一点自己的努力,做川菜不是他最初的理想,却是他终身的职业和不懈的追求。

肖见明

MULU

目录

麻酱凤尾	8
灯影苕片	9
手撕银鳕鱼	10
鲜笋鸡片	14
摘耳根拌蜇头	15
香菜百叶	16
椒麻毛肚	18
银芽海蜇	19
花仁口水鸡	20
香醋海蜇头	22
凉粉海参	23
五香熏鲳鱼	25
芥末黄瓜	26
黄豆芽拌肚丝	27
酱爆鸭舌	28
黄瓜香菇牛柳	30
炆锅腰花	31

飘香金沙蟹	34
东坡银鳕鱼	35
碧绿椒麻桂鱼	37
豆筋烧鳝鱼	38
蟹黄水蛋	39
新法糖醋排骨	40
鱼香鸡丝卷	41
红汤豆腐银鳕鱼	42
四上海皇鲍	43
苦瓜泡菜烧海参	45
水煮麻辣裙边	46
米凉粉笃鲍鱼仔	47
椒盐九肚鱼	48
火爆脆豆腐	49
霸王蟹钳	50
鱼香排骨	54
辣子生炒骨	56
麻婆豆腐蟹	57
豉椒爆鳝片	58
水煮里脊丝	59



野山椒爆牛柳 61
 虎皮青椒炒皮蛋 62
 莲白炒粉丝 63
 松仁碎米鸡 65
 鳝段粉丝 66
 香菇排骨煲 67
 三色鸡淖 68
 野山椒肝片煲 69
 蜜枣慈姑 70
 草莓香蕉排 71
 蜜汁南瓜 74
 山椒泼鳊(桂)鱼 75
 黄金脆皮虾 76
 蒜香芝麻虾 77
 怪味开边虾 78
 水豆豉蒸排骨 80
 蒜茸蒸白菜 81

海味肘子 82
 关公红袍鸡 83
 葱油腰花 84
 浓汤萝卜丝 85
 浓汤鱼翅 86
 辣味鱼翅 87
 椒盐银鳕鱼 88
 炖盅开水白菜 89
 竹荪鸡圆汤 91
 菜茸鱼肚羹 92
 香芋土司卷 93
 醪糟西米露 94
 海味抄手 95
 木瓜绿豆爽 96
 鲜溜乌鱼片 97
 酥皮牛柳 98





麻酱凤尾

原料：

青笋尖200克

熟芝麻5克

精盐2克

芝麻酱50克

香油50克

白糖、味精少许

制作方法：

1.青笋尖去老叶、洗净，切成筷子粗细的条状，放入窝盘内。

2.把芝麻酱倒入一盛器内，用香油调散呈粥状，再放入精盐、白糖、味精等调料调匀后淋在盘内的青笋尖上，撒上熟芝麻即成。

特点：

青笋香脆、麻酱味浓香可口。此菜有别于传统做法的麻酱凤尾，受到市场的喜好。





灯影苕片

原料：

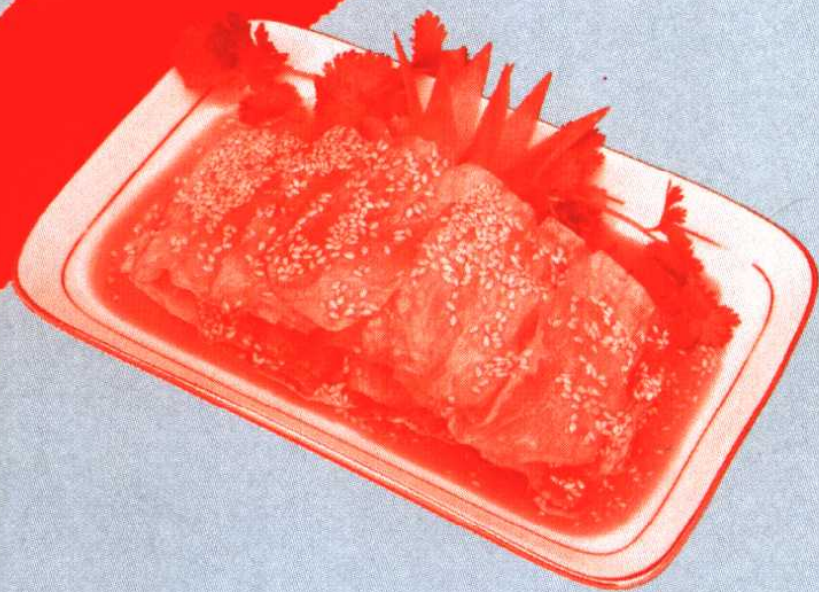
红苕1000克 红油100克 香油5克
花椒油、白糖、精盐、味精、熟芝麻各适量
色拉油1000克(约耗100克)

制作方法：

- 1.红苕去皮,切成约0.2厘米的片状。
- 2.锅置火上,倒入色拉油烧至五成热,将红苕片炸至金黄色捞起,沥油装盘待用。
- 3.将红油、香油、花椒油、精盐、味精、白糖调成汁淋在苕片上,撒上熟芝麻即成。

特点：

香脆化渣。



手撕银鳕鱼

原料：

冰鲜银鳕鱼250克

姜、葱各50克

色拉油100克

干辣椒(切成节)50克

精盐、味精各适量

花椒、姜片、葱节、香油、八角、香叶、桂皮、草果、料酒、糖色各少许

制作方法：

1.冰鲜银鳕鱼去皮、剔骨，切成一字条状。

2.锅置火上，倒入色拉油烧至八成热，放入银鳕鱼炸至金黄色。

3.将干辣椒节、花椒、姜片、葱节、八角、桂皮、香叶、草果一同下锅炒香，加水煮沸2分钟后去渣。

4.将炸好的鳕鱼条倒入锅内，加入料酒、精盐、味精、糖色，用小火烧制，大火收汁，淋入香油起锅，将鱼条用手撕成小片装盘即成。

特点：

营养丰富，外酥内嫩，佐酒之佳肴。

