



名厨献艺

MINGCHU XIANYI

张仁庆 姚荣生 主编



河南科学技术出版社



名厨献艺

MINGCHU XIANYI

责任编辑 韩家显 责任校对 徐小刚 装帧设计 宋贺峰



ISBN 7-5349-3252-1



9 787534 932526 >

ISBN 7-5349-3252-1/T · 663

定价: 25.00 元

新华书店
PDG



名厨献艺

张仁庆 姚荣生 主编

河南科学技术出版社
· 郑州 ·



内 容 提 要

本书共分两章。第一章为时尚名菜,以通俗易懂的语言,介绍了172种经典菜肴的制作方法。第二章为名厨秘诀,介绍了第二届奇山杯全国名厨交流比赛研讨会中的获奖作品和优秀作品51篇,详细地论述了各种烹调技法,对指导人们提高烹调技艺有较好的参考价值。

本书是酒店、宾馆厨师、烹饪学校教师的必备读物,也可供广大烹调爱好者参考。

图书在版编目(CIP)数据

名厨献艺 / 张仁庆, 姚荣生主编. — 郑州: 河南科学技术出版社, 2005.4
ISBN 7-5349-3252-1

I. 名… II. ①张…②姚… III. 菜谱—中国 IV. TS972.182

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 128113 号

出版发行: 河南科学技术出版社

地址: 郑州市经五路 66 号 邮编: 450002

电话: (0371) 65737028

责任编辑: 韩家显

责任校对: 徐小刚

封面设计: 宋贺峰

版式设计: 宋贺峰

印 刷: 郑州新海岸电脑彩色制印有限公司

经 销: 全国新华书店

幅面尺寸: 140mm × 202mm 印张: 7.625 字数: 178 千字

版 次: 2005 年 4 月第 1 版 2005 年 4 月第 1 次印刷

印 数: 1—4 600

定 价: 25.00 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系。





提高厨师的社会地位，增强厨师的综合素质，造就一代名厨，继承和发展中国的食文化是我们多年奋斗的目标。从1988年起，我们先后征稿出版了《中国厨师名人录》、《中国名师菜谱》、《中国名厨》、《中厨之星》等80余本中国食文化图书。为追求此事业付出了艰辛，同时也得到了回报，得到了广大厨师的认可，中国食文化图书已经成了一个品牌，在全国各大书店畅销。

为此我们将继续征稿，完善此项工作。1995年12月我们举办了第一届元达杯全国名厨大赛，又在2003年12月举办了第二届奇山杯全国名厨交流比赛研讨会。本书就是将在比赛研讨会上交流发言的论文编辑成册，在全国公开出版发行，以求以最快的速度推广新菜，将科学技术转化成生产力，从而产生更好的社会效益和经济效益。代表先进文化，代表先进生产力，出精品、出好书是出版发行的方向，烹饪图书也不例外。希望此书的出版发行能对中国的烹饪事业起到推动作用。

现对书中所涉及的相关事宜说明如下：

一、根据报名资料和比赛现场拍摄的资料，选择资料全、水平高的作品出版。交流论文共收到200余篇，本书选择了实用性强、观点明确、通俗易懂的作品51篇刊登出版，以飨读者。

二、交流论文经专家审核，认为是以自己的经验和体会撰写的第一手资料，没有抄袭别人之嫌。一个内容有多种写法，各抒己见、百家争鸣、各有高招。51篇文章不算太多，却是一个亮点，是名厨献出的宝贵经验和主厨心得，是名厨汗水和智慧的结晶。

三、我们将常年征稿并且不断举办各种交流比赛活动，以求更多的新菜、更多的新人出现。我们认为，发明一道菜并非易事，如果你能发明十道八道人们欢迎的菜，你就是一颗中厨之星。

四、各位名厨的档案略写，主要业绩和贡献将载入《当代中国名厨》和《厨神经典》两本书中。



第一章 时尚名菜	(1)
一、全家福	(2)
二、甲鱼一锅鲜	(2)
三、富贵串烧虾	(3)
四、脆皮鹿肉饼	(3)
五、鱼翅瓜丝	(4)
六、麻花鱼	(4)
七、风味三丝	(5)
八、荷花	(5)
九、爽儿丸	(6)
十、龙皇奥扇果心卷	(6)
十一、达摩过江	(7)
十二、鸿福海螺	(7)
十三、蝶恋花	(8)
十四、丽花白菜	(8)
十五、银盏虾子澳带	(9)
十六、百花金汤鱼肚	(9)
十七、金猴戏鳕鱼	(10)
十八、玉球蛭肉	(10)
十九、麒麟鳊鱼	(11)
二十、白玉龙虾	(11)
二十一、三味龙虾	(11)
二十二、葱油辣汁盘龙骨	(12)
二十三、彩蝶大虾	(12)
二十四、银丝萝卜酥	(13)
二十五、玉兔虾饺皇	(13)

二十六、牡丹鱼丝	(14)
二十七、潜龙跃马	(14)
二十八、香辣银丝蒸鲳鱼	(15)
二十九、川香回锅肉夹馍	(15)
三十、迎奥运	(16)
三十一、丰收玉米(1)	(16)
三十二、美丽山河	(17)
三十三、龙皇蟹粉蛋	(17)
三十四、浇汁鲢鱼	(18)
三十五、清汤鱼丸	(18)
三十六、双狮鱼	(19)
三十七、双色鳊鱼排	(19)
三十八、锦鸡迎春	(20)
三十九、鱼米之乡	(21)
四十、双色瓜盅	(21)
四十一、美极鲜鱼盒	(22)
四十二、明珠龙虾	(23)
四十三、三色鱼丸	(23)
四十四、葫芦龙眼肉	(24)
四十五、黄金鱼卷	(24)
四十六、千油三文鱼	(25)
四十七、父子龙虾	(25)
四十八、龙马精神	(26)
四十九、荷塘月色	(26)
五十、沙丁带鱼卷	(27)
五十一、杏仁绿豆马蹄爽	(27)
五十二、珍珠豆腐羹	(28)
五十三、锅烧鳗鱼段	(28)
五十四、黄焖金钩翅	(29)
五十五、百花鸽蛋	(29)
五十六、石榴鱼包	(30)

五十七、载誉而归	(30)
五十八、沙拉龙虾	(31)
五十九、松鼠鳊鱼	(31)
六十、冬盏绣球翅	(32)
六十一、鲍汁白灵菇	(32)
六十二、双味葡萄	(33)
六十三、西湖美景	(33)
六十四、金童送宝	(34)
六十五、双色鲜鱼圆	(34)
六十六、黄金南瓜烙	(35)
六十七、灯笼沙滩虾	(35)
六十八、葵花扣肉	(36)
六十九、珍珠敲虾	(36)
七十、太极三文鱼	(37)
七十一、兰花鲍汁酿刺参	(38)
七十二、浓汤海皇冬瓜翅	(38)
七十三、极品海蒜	(39)
七十四、招牌大王蛇	(39)
七十五、玉米凤翅	(40)
七十六、琵琶虾	(41)
七十七、金鱼戏珠	(41)
七十八、乌龙腾飞	(42)
七十九、蟹粉扒大白菜	(42)
八十、家园	(43)
八十一、一品大虾	(43)
八十二、双味龙虾	(44)
八十三、满月鸭	(44)
八十四、橙香龙虾篮	(45)
八十五、丰收鲍脯	(45)
八十六、龙舟吉利球	(46)
八十七、菊花龙虾丸	(46)

八十八、松鼠黄鱼	(47)
八十九、丰收玉米 (2)	(47)
九十、上汤焗龙虾	(48)
九十一、银雪鱼拌三丝	(48)
九十二、乡村香芋蛋	(49)
九十三、菠萝肉	(49)
九十四、水晶龙虾丸	(50)
九十五、芙蓉炒鸡片	(50)
九十六、凤翅鞭花	(51)
九十七、红焖坛子肉	(51)
九十八、凤腰菊花鱼	(52)
九十九、四宝鸡糕	(52)
一〇〇、冰冻豆腐片	(53)
一〇一、蝴蝶目鱼片	(53)
一〇二、鸭舌扣鱼米笋	(54)
一〇三、霸王蟹	(54)
一〇四、官燕世纪龙	(55)
一〇五、纸包火鸡翅中	(55)
一〇六、芥蓝白果虾仁	(56)
一〇七、双味酥皮虾	(56)
一〇八、三鲜赛鲍鱼	(57)
一〇九、农家鸡面	(57)
一一〇、三丝鱼卷	(58)
一一一、什锦面点	(58)
一一二、烧烤羊腿	(60)
一一三、明炉跳跳丸	(60)
一一四、清水鱼头汤	(61)
一一五、琵琶鸭	(61)
一一六、双色灌翅龙蓉蛋	(62)
一一七、圣诞树	(62)

一一八、香爆梅花鹿肉	(63)
一一九、金丝绣球	(63)
一二〇、八仙过海	(64)
一二一、哈埠烧肉	(64)
一二二、金汤鱼翅	(65)
一二三、海参捞饭	(65)
一二四、博奥	(66)
一二五、富贵鱼肚	(66)
一二六、龙身荔枝球	(67)
一二七、鲨鱼扒猪脸	(67)
一二八、金秋丰收米	(68)
一二九、荠菜肉松卷	(68)
一三〇、日式姜汁乌鱼	(69)
一三一、三色蛋卷	(69)
一三二、太湖三白烩鲍鱼	(70)
一三三、太湖湖鲜火锅	(70)
一三四、蒜香海蜈蚣	(71)
一三五、水晶花枝片	(71)
一三六、干蒸盘菜	(71)
一三七、蟹腿鲍汁掌	(72)
一三八、葫芦宝仙丹	(72)
一三九、滋补鹿鞭	(73)
一四〇、花开富贵	(74)
一四一、晾衣卤肉	(74)
一四二、牡丹大虾	(75)
一四三、乌龙献珍	(75)
一四四、雪花瑶柱	(76)
一四五、白蛤蒸鸽蛋	(76)
一四六、瑶柱蟹斗	(77)
一四七、龙眼马蹄	(77)
一四八、雪丽蛭子	(78)

一四九、绣球银耳	(78)
一五〇、爆竹迎春	(79)
一五一、赛熊掌	(80)
一五二、黑胡椒扒山参	(81)
一五三、太极八卦	(81)
一五四、山参扒鲍鱼	(82)
一五五、明珠鳊鱼	(82)
一五六、兰花目鱼结	(83)
一五七、富贵东星斑	(84)
一五八、纸包排骨	(84)
一五九、酥盏鳊鱼	(85)
一六〇、金菇马蹄	(85)
一六一、鲍汁鹅掌煲花菇	(86)
一六二、冰糖燕窝	(86)
一六三、蒜香螺片	(87)
一六四、灌汤龙虾球	(87)
一六五、吉利龙虾	(88)
一六六、莲蓬黄金虾	(88)
一六七、红扒鲍鱼	(89)
一六八、浓汤煲仔翅	(89)
一六九、竹楠三宝	(90)
一七〇、汉宫狗肉	(90)
一七一、双味珠帘鱼	(91)
一七二、锅贴龙虾排	(91)
附：30位名厨的姓名、籍贯和照片	(93)

第二章 名厨秘诀	(96)
一、论“食以味为先”	(97)
二、菜肴的调味	(99)
三、浅谈味精的正确使用	(101)

五、说“炒”	(106)
六、小炒的妙法	(110)
七、烹调技法——熟炒	(111)
八、冷菜烹调技法——拌与炆	(114)
九、熟炒	(117)
十、浙菜中的滑炒	(119)
十一、煸锅煸炒的技术	(122)
十二、蒸与炖的区别	(124)
十三、煮和烩的技法解析	(126)
十四、浅谈“烩”	(127)
十五、抢火候的烹调技术——油爆	(130)
十六、怎样做“皮冻”和发制“皮肚”	(133)
十七、谈川菜鱼香	(135)
十八、怎样制高汤	(136)
十九、拔丝菜肴制作的心得体会	(139)
二十、鱼蓉的制作	(140)
二十一、也谈上浆的作用及原理	(145)
二十二、糖在川菜中的巧妙运用	(148)
二十三、烹制发芡(活汁)的技巧	(150)
二十四、吃红烧肉的随想	(151)
二十五、浅谈菜点的中西结合	(153)
二十六、教好“爆”的烹调方法	(155)
二十七、如何防止烧焦烤糊	(157)
二十八、谈烹饪之选料	(158)
二十九、论烹饪原料的物尽其用	(161)
三十、干货“发料”技术之一——水发	(162)
三十一、浅谈浆和糊对菜肴的作用	(167)
三十二、牛肉拉面——兰州回族对中国餐饮业的一大贡献	(171)
三十三、热菜造型艺术及表现方法	(176)
三十四、浅谈烹饪基本功	(179)

三十五、浅谈刀工的要领和运用	(182)
三十六、浅谈菜肴的色和形	(184)
三十七、冷盘拼摆的美学要求	(186)
三十八、浅谈菜肴色、香、味、形的搭配	(190)
三十九、论菜点创新之我见	(192)
四十、菜肴的创新	(194)
四十一、浅谈瓯菜的创新	(196)
四十二、谈烹调技巧的正确运用	(198)
四十三、特色菜“特”在哪里	(200)
四十四、浅谈宴席设计	(202)
四十五、菜肴“色泽调配”及“花色造型”在宴席中的作用	(204)
四十六、浅谈中餐宴席的改革	(209)
四十七、关于“玉环大酒店厨房管理的设想”	(212)
四十八、谈谈改变餐饮业经营理念	(215)
四十九、秦始皇与灵芝——灵芝的保健作用	(217)
五十、华罗庚教授的优选法在食品行业的实践和影响	(220)
五十一、谈中等职业学校烹饪教师的素质	(221)
后记	(228)





时尚名菜

名厨应具备的三个基本条件是：良好的品德和职业道德，过硬的技术本领，丰富的理论知识。有了此三项，就是你踏上名厨之路的开始。

本章包括名厨小档案和拿手菜两部分内容。名厨小档案包括姓名、出生年月、职称与业绩等；拿手菜包括原料、制作方法和风味特点等，并给出了该菜的彩色照片，供大家参考。大多数拿手菜是第二届奇山杯全国名厨交流比赛研讨会的获奖作品。

1





厨师姓名：吴卫政。

出生年月：1969年10月。

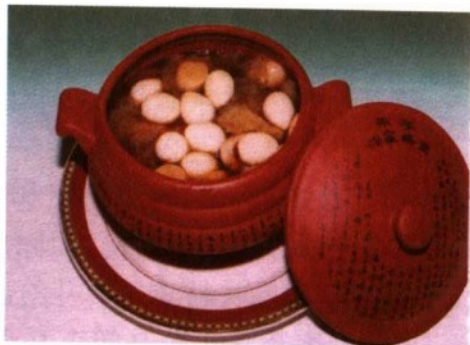
职称与业绩：中式烹调高级技师、中国烹饪协会会员、北京海军厨师培训中心厨师班长，获第二届奇山杯全国名厨交流比赛研讨会金奖。

一、全家福

原料：鱼肚、裙边、灵菇、海螺片、辽参、瑶柱、鸽蛋、目鱼块、柴鸡、肘子、上排、鲍汁、浓汤、盐、味精、淀粉、麻油。

制作方法：将主料根据质地情况及烹饪的需求分别发制成半成品待用；将柴鸡、肘子、上排等原料焯水、过油制成浓汤，然后将主料用浓汤煨至酥软；锅中放入浓汤、调味品，倒入煨制酥软的原料，定味勾芡，装入紫砂盛器中即成。

风味特点：汤汁鲜香，原料酥软，回味无穷。



二、甲鱼一锅鲜

原料：甲鱼、面粉、菜心、盐、味精、糖、葱、姜、蒜、鲜汤、猪油、色拉油、淀粉。

制作方法：将甲鱼宰杀洗净过油，锅中放猪油烧热，放入葱、姜、蒜煸香，倒入过好油的甲鱼，加调料烧开，改小火烧透入味；面粉用热水烫成面卷子，煎成两面金黄；菜心修齐，焯水待用；将烧好的甲鱼捞起放在盘中，再将面卷子和菜心分别围在四周。锅中的原料勾芡，淋油浇在甲鱼上即成。



风味特点：色彩分明，搭配合理，芡汁红亮，咸鲜香浓。

厨师姓名：庞世龙。

出生年月：1976年2月。

职称与业绩：中式烹调高级技师、河北省烹饪协会会员、孔孟饮食研究发展中心厨艺研究员、石家庄园林会议中心行政总厨，获第五届全国烹饪技术比赛选拔赛金奖。



三、富贵串烧虾

原料：虾肉、尖椒、西芹、葱头、香菜、竹签、蛋液、面包糠、泰国鸡汁酱、柠檬汁、白糖、白醋、番茄沙司、湿淀粉、色拉油。



制作方法：将虾肉去虾线，加各种时令蔬菜腌渍入味；用竹签将虾肉穿起，每根竹签穿两个虾肉，然后，拍粉、拖蛋液、蘸面包糠，入油锅中炸至呈金黄色；锅底留油，下调料调匀，勾芡浇在虾身上即可。

风味特点：造型美观，口感丰富。

四、脆皮鹿肉饼

原料：鹿肉、香菇、玉兰、火腿、青红椒、色拉油、盐、味精、麻油、鸡蛋。

制作方法：将鹿肉制成馅，将配料切成米粒状，一起放在一个碗内调味；鸡蛋摊成蛋皮，放入制好的鹿肉馅，卷成长方块，入笼蒸5分钟。锅中留油，将蒸过的鹿肉饼挂脆皮糊，炸至呈金黄色，酥脆，斩刀装盘，撒上青红椒粒即可。



风味特点：酥脆香润，造型美观。





厨师姓名：王朝忠。

出生年月：1974年3月。

职称与业绩：国家特一级烹调师、中国烹饪协会会员、河北省烹饪协会理事，在奇山杯全国迷宗菜交流比赛研讨会上获金奖，被载入《当代中国名厨》一书。



五、鱼翅瓜丝

原料：煨好的金山勾翅80克，冬瓜500克，顶级上汤100克，鸡精、味精、盐各适量。



制作方法：冬瓜切丝，取模具摆入鱼翅、瓜丝。顶级上汤调入鸡精、味精、盐（味道要清淡一些），浇在鱼翅内，上屉蒸10分钟扣在容器中。原汁打芡，浇在上面即可。

风味特点：营养丰富，造型美观，口感鲜美。

六、麻花鱼

原料：草鱼1条（约1000克），鸡蛋、熟芝麻、面包糠、淀粉、冰糖、青红果脯、番茄酱、白糖、白醋、果脯各适量。

制作方法：将草鱼去头尾、去皮，取净肉，改刀成80厘米长、0.65厘米粗的条4根，拍匀淀粉，拖上蛋液，2根蘸匀芝麻，2根蘸匀面包糠。将蘸芝麻和面包糠的草鱼拧在一起做成2根麻花状；起锅烧热油，六七成热下入麻花鱼，炸至外脆、里嫩捞起装盘；另起锅兑糖醋汁，浇在麻花鱼上，放上冰糖和红绿果脯点缀即可。



风味特点：选料精细，造型逼真，美观。