

餐厅厨师实用手册



于保政◎编著

PRACTICAL MANUAL THAT
COOK OF RESTAURANT

中国物资出版社

36

唯高餐饮经典书库



于保政◎编著

餐馆厨师 实用手册

PRACTICAL MANUAL THAT
COOK OF RESTAURANT

中国物资出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

餐馆厨师实用手册/于保政编著. —北京: 中国物资出版社,
2005. 8

ISBN 7 - 5047 - 2413 - 0

I. 餐… II. 于… III. 厨师—技术培训—教材
IV. TS972. 36

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 086402 号

责任编辑 黄 华

责任印制 方鹏远

责任校对 王云龙

中国物资出版社出版发行

网址: <http://www.clph.cn>

社址: 北京市西城区月坛北街 25 号

电话: (010) 68589540 邮编: 100834

全国新华书店经销

利森达印务有限公司印刷

开本: 880 × 1230mm 1/32 印张: 12.125 字数: 260 千字

2005 年 9 月第 1 版 2005 年 9 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7 - 5047 - 2413 - 0/TS · 0014

印数: 0001—5000 册

定价: 28.00 元

(图书出现印装质量问题, 本社负责调换)

餐飲經典揚美名
唯真定能步之真

姜習

二〇〇二年一月

原中国烹饪协会会长、世界中国烹饪联合会名誉会长姜习先生为本书题词

总 序

乘改革开放的快车,经历了二十多年的风风雨雨,现今的中国餐饮业已经成为市场化程度最高、竞争最充分、发展速度最快的行业之一。它曾经吸引了成千上万投资者的目光,并给了其中许多人以丰厚的回报。只有经营过餐饮业的人才更明白,日进万金其实不是神话,而是完全能够实现的事实。

但是,面对新开的餐馆越来越多,赔钱的餐馆也日见增多的残酷现实,不少业内人士既感到惶恐不安,又感到困惑不已。为什么昨天还客似云来的海鲜城,今天却少人问津?为什么仅一墙之隔的两家火锅店,一家烟雾腾腾,一家却锅冷人稀?为什么麦当劳、肯德基等洋餐馆能春夏秋冬没有淡季,而不少中餐馆却时冷时热,有时甚至该旺不旺?为什么有些昨天还几乎是两袖清风的下岗职工,今天已经变成了腰缠万贯的餐馆老板;而有些昨天还是指指点点地吆喝着的老板,今天却又重新回到了打工仔的行列……

据我们调查得知,从投资者、老板到各级从业人员,都很想探究所有这些问题的奥秘,很想在餐饮业这一宝山中挖到金矿。但是,一个实际困难却摆在他们的面前,那就是在茫茫书海中,介绍健康食品、家庭菜式的不少,但有关开办、经营餐馆的书籍却不多,有也是零零碎碎,且不够通俗易懂,缺乏可操作性。

现在,我们可以满怀信心地告诉读者,这个困难可以解决了!

我们在经过长期准备和酝酿之后,与中国物资出版社、广东烹



饪协会、香港维高餐饮经营管理策划公司联合策划、出版了《唯高餐饮经典书库》系列丛书,填补了这方面的缺陷,以推动中国餐饮业的发展,帮助众多餐饮业老板和从业人员圆其创业梦与发财梦。

《唯高餐饮经典书库》的作者们,既有资深的餐饮业老板、总经理、高层主管、培训人员,也有专家、教授、作家、记者、编辑,他们都以强烈的责任心,深入餐饮业基层,对老板、员工反复采访,搜集了大量的第一手资料,并认真研究餐饮业理论知识。这些书,是他们为餐饮业创造的宝贵财富。

本系列丛书涵盖的范围广,涉及餐馆运作的方方面面,包括经营技巧、经营理念、管理方法、服务技能、员工培训等许多细节,内容极其丰富,知识面极其广阔,因而具有全面性和实用性。

本丛书既有深入浅出的理论阐述,也有生动有趣的实例,可操作性强、可读性强。

本丛书还力求在创作理念上与时代同步,并有一定的超前性。因此,它又蕴含着一定的指导意义。

我们深信,《唯高餐饮经典书库》一定会成为广大读者的良师益友,一定会为他们带来美好的“钱景”。





写在前面的话

随着社会经济的飞速发展和餐饮业的持续繁荣,厨师这一行越来越成为前景光明、大有可为的行业。好的厨师,不仅属于餐饮业从业人员中收入较高的一类,而且在社会上也是高收入的群体。

正是由于这一原因,所以厨师行业的竞争也越来越激烈。一方面,学习烹饪技术、投身厨师行业的人日渐增多,使厨师人才供过于求、人员过剩;另一方面,真正称得上杰出优秀的厨师实在不多,大量充斥市场的是技艺一般、“煮意”雷同的普通厨师,很少有人能够具备超常的特殊竞争力。

在此情况下,许多厨师都感到了竞争的压力变得越来越大。即使一些“名牌大厨”,如果不能跟上时代发展的潮流,也面临失业的危险。

每一位厨师或即将准备迈进厨师行业的人,都一定十分关心下面的问题:

如何才能使自己不断增值,在餐饮业中成就一个更高的身价?

如何才能使自己更快地成功,在厨师业中脱颖而出,成为名副其实的“摇钱树”?

如何才能保住自己的“金饭碗”,避免被淘汰的命运,成为餐饮业中的佼佼者?





如何才能把各项工作做得更加得心应手、轻松自在,获得老板的信任和赏识?

.....

能不能很好地解答这些问题,关系到每一位厨师工作与事业的成败。而要想解答好这些问题,也不能仅仅依靠在烹饪学校里学到的那点专业知识。

有的人虽然干了一辈子厨师工作,但到头来却一直默默无闻、寂寂无名,始终与“名厨”无缘,其原因就在于不能与时俱进、开拓创新。时至今日,那些企图用“一本菜谱读到老,一手厨艺用到老”的人,不仅无法跻身于名牌厨师的行列,反而还会成为厨师业激烈竞争的失败者。

根据我们对众多名厨进行实地采访的信息获知,他们之所以能够成为名厨,身价倍增,主要原因可以归纳为四点:

一是对厨师行业具有清醒独到的认识,善于加强自身修养、给自己正确定位;

二是对中华饮食文化具有深入、广泛的理解,掌握了丰富的饮食文化知识,拥有非常深厚的文化底蕴;

三是对烹饪技艺具有全面、熟练的把握,既了解传统烹饪方法,又知晓烹调技术的最新发展状况,并能广泛吸收、运用传统和现代烹调技术的特长,推陈出新,自成一家;

四是对厨房工作和厨房管理技能具有通盘了解,善于协调、处理各类工作和各方关系,使自己拥有了不可多得的“附加值”,而不是仅仅扮演菜肴烹调制作的角色。

由此可见,“名厨”与普通厨师是大不一样的,他们是“一专多能”的多面手,既对烹饪技术十分擅长,也很了解饮食文化和厨政管理知识。





如何才能使自己成为身价极高的名牌厨师呢？这正是本书阐述的中心内容。我们对中国餐饮业和厨师行业的深入调查、分析，采访了多位大名鼎鼎的业界精英，总结了他们的从业经验和成功之道，最后精心写作出版了这本《餐馆厨师实用手册》，奉献给广大的厨师朋友作为成功参考。

具体说来，本书主要包括如下内容：

“第一章 餐饮业厨师入行须知” 任何厨师要想成功，都必须了解自己所从事行业的特点，了解自己所扮演的角色和应具备的素质与条件。本章针对这些问题加以论述，回答了厨师如何在进入餐饮业时迅速获得立足之本和认清发展之路的基本问题。

“第二章 中餐厨师入厨必读” 若要做好厨师工作，就必须全盘了解厨房部门的各项要求。本章全面介绍了厨师的个人仪表礼节要求、工作纪律条则、岗位责任、卫生要求、厨房分工、厨房结构与设备、工作流程、基本操作知识以及各种厨具的使用保养方法等。这些内容，是任何厨师都应熟练掌握的。

“第三章 中餐厨师必知的烹饪原料加工方法” 中餐烹饪原料很丰富，要想做好原料加工工作，首先应了解一定的营养知识、常用原料的种类以及选择、鉴别、保藏、活养的各种方法。本章在介绍这些内容的基础上，详细论述了不同原料，主要包括蔬菜类、家畜类、家禽类、海鲜类和干货类原料的加工方法。

“第四章 中餐厨师必练的刀工技法” 俗话说：“行家一伸手，便知有没有。”从一位厨师的刀工水平，可以判断出他烹饪技术水平的高低。本章以如何提高刀工技法为中心，讲述提高厨师刀工运用水平的各种要诀，读后一定能让你的刀工技艺变得更加熟练、高超。

“第五章 厨房配菜的技巧与诀窍” “花好还需绿叶扶”，配





菜技巧是体现中餐厨艺水平的一个重要方面。厨房配菜工作看起来似乎很简单,实际上大有学问,大有讲究。本章除了阐述中餐配菜的种类、作用、业务要求、配菜原则和方法等基本知识,还讲叙了中餐宴席的配菜技巧、菜肴装饰方法以及为菜肴命名的艺术等。

“第六章 中餐制作火候的掌握与运用” 对于中餐的制作,善于掌握和运用火候非常关键。为了帮助大家提高这方面的技能,本章从多种角度作了阐述,包括:火候的作用、构成要素、如何鉴别火力,以及掌握和运用火候的要领和具体要求、各种不同加热方式的烹饪效果等等。

“第七章 中餐调味的艺术” 餐馆顾客千差万别,口味要求各异,“众口难调”几乎是最让厨师感到头疼的问题。为了解决这一问题,就必须熟练掌握、运用调味艺术,根据各位顾客的不同饮食需求有针对性地调味。本章较为全面地介绍了调味的目的和作用,调味品的不同种类和功能、调味的基本方法和原则、调味的操作要领、复合调味品的制作方法以及调味品的盛装、保管方法。读后必将使诸位的调味技能得到大大提高。

“第八章 丰富多彩的中餐烹调方法” 中华饮食文化一向讲究“食不厌精,脍不厌细”,只有掌握了丰富多彩的中餐烹调方法的厨师,才能拥有立于不败之地的坚实基础。为了帮助大家提高厨艺,本章着重介绍了菜肴制作的整个操作流程及各种技术操作要领,包括原料的初熟处理、制汤、挂糊、上浆、翻锅、用油、勾芡、起锅与菜肴盛装等。此外,还介绍了最常见、最实用的凉菜和热菜烹调方法。

“第九章 中餐宴会和筵席实用知识” 伴随着人们生活水平的提高和社会交往活动的增多,到餐馆举办宴会、摆设筵席也增多了。这是增加餐馆盈收的重要机会。作为厨师必须了解与宴会、





筵席相关的多方面实用知识,以便在实际应用中大显身手,以良好的技能体现和提高自己的身价。本章所论述的都是与宴会、筵席密切相关的常用知识和技能,希望大家认真领会、掌握。

“第十章 中餐厨师必备的厨房管理技能” 尽管深厚的饮食文化知识、高超的厨艺十分重要,但对于厨师来说,仅靠专业技能还是远远不够的。要想取得更大的成绩,厨师还必须掌握足够的厨房管理技能。本章主要论述了厨师处理各种复杂人际关系的技巧、有效开展厨政指挥的方法、厨师长的工作安排技巧、厨房内各部门的生产设备安排方法、厨房部与其他部门的协调配合方法和厨师步步高升的诀窍等。

总之,本书是一本中餐厨师案头必备的实用参考手册。它内容全面、行文流畅、论述通俗易懂,对于各种类型餐馆的厨师都有实际应用价值。

在本书写作过程中,我们竭力避免了其他同类书籍常用的“技术加菜谱”式的套路和模式,在内容和形式上均予以创新。本书的突出特点有以下三个方面:

一是内容全面,涵盖了厨师应该掌握与必须掌握的各方面知识和技能,而不仅仅介绍厨师或菜肴制作知识。这对于全面提高厨师素质是十分有益的。

二是具有很强的实用性和可操作性。本书的内容贴近厨师现实的工作,力戒纸上谈兵;在介绍各种知识时均紧密结合实际应用,着重介绍操作要领,使人随学随用,可立即付诸实际操作。

三是具有系统性、创新性。本书系统讲述了与厨师工作紧密相关的各方面实用知识与技能,有条不紊,条分缕析;而且,本书着重强调了“创新”这一厨师工作的灵魂,时时处处提醒厨师必须在继承传统的基础上再加以推陈出新,不断取得进步。





名厨手册

实用手册

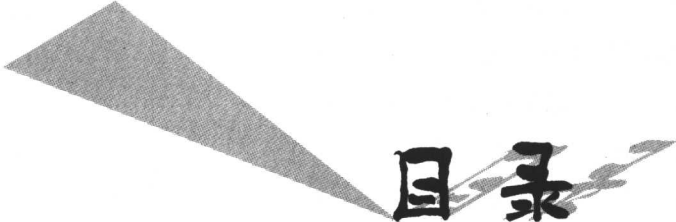
SHI YONG SHOU CE

正是由于以上特点,所以本书对于那些有一定实践经验的厨师来说,必有很大的启发和帮助;即使是一个对厨师业务一无所知的人,也可以凭借这本书走上厨师之路。

但愿读过本书之后,您能够取得更大的发展和进步,早日成为身价倍增的名牌厨师!

编者





目录

第一章 餐饮业厨师入行须知

唯高博士特别提醒您：

“女怕嫁错郎，男怕入错行。”该不该进入厨师行业？这是要靠您自己来选择和决定的。怎样才能在厨师行业中出人头地，脱颖而出，身价倍增？这正是本书所要论述的。

好厨师就像“摇钱树”，能否“摇钱”关键在于如何成为好厨师。

一、餐馆的“摇钱树”——厨师是高收入的行业 (4)

★从“下九流”到“抢手货” (4)

★为餐馆赚钱就是为自己“摇钱” (6)





二、厨师在餐饮业中的独特地位和作用	(7)
★好厨师是个“宝”，坏厨师像根“草”	(7)
★厨师烹调在菜肴制作中的地位和作用	(9)
三、厨师必须具有的职业道德	(10)
★顾客至上，老板第二	(10)
★廉洁奉公，节省成本	(11)
★注意卫生，注重技能	(11)
★不要“喜新厌旧”，轻率跳槽	(12)
★以继承并发扬中华饮食文化为己任	(13)
四、厨师应知的中菜知识	(14)
★中国传统的八大菜系	(14)
★各具特色的地方风味	(18)
五、厨师应了解掌握中华烹饪技艺	(20)
★用料广泛，选料讲究	(21)
★技法多样，品种繁多	(23)
★擅用火候，精于调味	(23)
★营养丰富，盛装精美	(24)
★中餐的四大特色要求	(25)
六、从事厨师行业必须练好的基本功	(29)
★厨师成功的基础	(30)
★务必理论联系实际	(31)
七、干好厨师需要具备的心理素质	(32)
★耐心：多年的媳妇才能熬成婆	(32)
★决心：要有成为名厨的理想	(33)





★苦心:必须吃得苦中苦	(34)
八、让自己脱颖而出的要诀:传统诚可贵,创新价更高	(36)
★必不可少的创新精神	(36)
★准确领会创新的含义	(37)
★适应时代要求,开发新思路	(37)
★要保持菜肴质量的稳定性	(39)
九、厨师不断提升自身素质和价值的途径	(40)
★钻研理论,带好徒弟	(40)
★多方面吸收新信息	(41)
★不怕吃亏多干活	(42)
★虚心听取顾客意见	(42)
★培养和提高管理能力	(43)
★水往低处流,人向高处走	(44)

第二章 中餐厨师入厨必读

唯高博士特别提醒您:

无论做什么工作,都要具备熟练的操作技能,但是必须记住一句话:“技术好不如表现好。”要想做一名成功的好厨师,光靠技术是不行的,还必须对你所处的“战场”具有全面、深入的了解。

有的厨师之所以没能为自己找到一个好买家、卖出一份好身价,并不是因为技术的原因,而是不懂“厨房生存之道”。





一、厨师的个人仪表礼节要求	(50)
★厨师上班时的“五不准”	(50)
★优秀厨师的仪表礼貌标准	(50)
二、厨师工作的纪律守则	(51)
★厨师工作的“十不许”	(51)
★厨师工作的“三轻”、“四勤”、“四高”、“一主动”	(52)
★厨师工作的其他纪律要求	(52)
三、厨房工作的岗位职责	(53)
★砧板部门的岗位职责	(53)
★候锅部门的岗位职责	(54)
★烧腊、冷餐部门的岗位职责	(54)
★水台部门的岗位职责	(55)
★蒸炖部门的岗位职责	(55)
★点心部门的岗位职责	(56)
四、厨师卫生:厨房和餐馆的生命线	(57)
★卫生对于餐饮业的极端重要性	(57)
★厨师个人卫生要求	(58)
★养成处理、贮藏食物的良好习惯	(59)
★做好厨房卫生工作的其他四项要求	(59)
五、厨师的工种与职责分工	(61)
★杂工的主要职责	(61)
★打荷的主要职责	(61)
★水台的主要职责	(62)
★蒸炖的主要职责	(62)





★头砧板的主要职责	(63)
★二砧板的主要职责	(63)
★三砧板的主要职责	(64)
★头锅的主要职责	(64)
★二锅的主要职责	(64)
★三锅的主要职责	(65)
★其它工种的职责	(65)
六、厨房基本结构与主要设备	(66)
★灶台部分	(66)
★砧板部分	(67)
★水台部分	(67)
★蒸炖箱部分	(68)
★烤炉和烤箱部分	(68)
★白案部分	(68)
★仓库部分	(69)
★冷冻库部分	(69)
七、厨房内外的整体工作流程	(70)
★营业前的准备工作	(70)
★营业中的工作流程	(73)
★营业后的整理工作	(74)
八、厨房烹调的基本操作知识与要求	(75)
★烹调前的注意事项	(75)
★烹调操作的基本要求	(76)
★对烹调人员的基本要求	(77)

