

特级厨师谈做菜

五菜系家宴谱



王文光 编

华夏出版社



内 容 简 介

北京饭店等5家大饭店的厨师长首次为家庭开出菜单36张,写下正宗风味菜538例,制作过程表述详细,用料均有定量,原料易购,方法易学。家庭备此一书,烹调美味就有了权威性的依据。书中每一菜系前有综述,谱例间有烹饪技术讲解和地方话解释,益于读者增长饮食文化知识。本书也是个体户的餐馆、饭店、食堂的良师益友。

五菜系家宴谱

——特级厨师谈做菜

王文光 编

*

华夏出版社出版发行

(北京东直门外香河园陶芳园里)

新华书店经销

中国科学院印刷厂印刷

*

787×1092毫米32开本 13印张 272千字 插图4

1990年1月北京第1版 1990年1月北京第1次印刷

印数 1—9000 册

ISBN 7-80053-617-3/Z·070

定价: 5.05元

编者的话

特级厨师是一种技术职务或职称，标志着一位厨师在具备扎实的基本功条件下，全面、系统地掌握了烹饪技术，积累了较丰富的经验，并有教学乃至著述能力。我们国家商业部系统规定，特级为最高，分特一、特二、特三级，然后是厨师分为五个级，再后是厨工若干级。这一个递次系列显示了烹饪专业人员的强大阵容和技术层次的连续性。但是，专门家虽不少，却仍不能满足社会实际需要。因为我们中华民族同胞占世界总人口的1/5，并且正在逐步摆脱贫困，步入小康。劳动群众享受自己创造的文化包括饮食文化的需求理所当然地日渐提高。这样，就有专家来写烹饪书以普及烹饪知识、传播烹饪技术，以便千家万户都能掌握点做好饭好菜的本领。

厨师长是干什么的呢？凡是高级些的餐馆或饭店厨房都有个厨师长，他们除了由于通晓做菜的事情而要做些厨房内外的管理工作外，还有个重要任务就是开席单。他们对于菜单设计、品种搭配、菜点制作、宴席效果都是颇有研究的。我们请厨师长们来设计菜单，也是再合适不过了。

什么叫菜系？由于自然地理、经济地理和社会地理（历史）因素形成的区域风味菜，而且自成系列，就叫菜系。它多半有一套领头的名菜阵式，并且具有多层次的特点，在区域内

为大众所喜爱;在区域外为人熟悉,有较大社会影响。以上算是编者给菜系下的定义。此事尚无定论,但客观存在着种种划分条件却是事实。通常说有四大菜系、五大菜系、八大菜系、十大菜系等等。我们选了川、鲁、粤、京、淮扬五系。读者在揣摩本书内容时,可以比较它们之间的异同。有些菜名虽相同,但由于分属不同菜系而在调味或烹制方面有差异。

严格说来,只有菜没有点还不成席。本书编有风味面点多例,即使家常制作品尝也很相宜。

几位作者文笔都好,或简洁,或风趣。菜谱应属说明文,但本书有些篇章可以当散文读,如京菜部分,很有情致。

有些难懂的字词编者加了注。有些字连印刷厂排字房里都找不着,但却大量出现在出版物中,本书也予保留,因为舍此不易找出普通话书写符号的恰当替身,不了解这些语辞,也不利于了解一方饮食文化的特点。

本书谱例所用原料绝大多数有准确定量。做菜的事情要以经验和技术进步为依据,就应当重视原料、佐料的定量,为此要引进基本的数学工具,这样也便于传播。也有认为可以用模糊数学来做菜的,如“少许”、“适量”都可肯定。但一个风味菜若标为正宗,还是要有个用料基准。各地食者依口味习惯增删变化,那是灵活变通的正确做法,只是万变能见其宗才好。

大众谈及饮食之道,是经济发展、社会昌明的体现之一。我们华夏大地今日正显出稳步发展、日益昌明的喜人状貌。愿祖国富强,人民幸福,这是我们的初衷。

1987 年 4 月

目 录

和您谈谈粤菜及我写粤菜家宴谱的想法…… 康 辉 1

南乳猪手·····	3	蚝油牛肉·····	21
脆炸茄夹·····	4	滑蛋牛肉·····	22
炸五香圆蹄·····	6	豉汁炒牛肉·····	22
豉汁炒腰花·····	6	黄花木耳炆鸡·····	23
苦瓜炒肉丝·····	7	脆皮炸鸡·····	25
霉干菜扒圆蹄·····	8	生炸仔鸡·····	26
煎烹猪肝·····	9	露酒盐焗鸡·····	26
炸春花卷·····	9	锅烧鸡·····	27
糖醋咕嚕肉·····	10	酥炸鸡球·····	28
荔浦芋扣肉·····	11	砂锅栗子鸡块·····	28
海带嫩酥肉·····	12	桃仁鸡丁·····	29
米沙蒸肉·····	13	蚝油滑鸡球·····	30
清炸猪排·····	14	炸烹鸡块·····	30
咸鱼蒸肉饼·····	15	南乳烧鸡·····	31
果汁煎肉脯·····	15	蚝油扒鸭掌·····	32
豉汁蒸排骨·····	16	砂锅红酒鸭块·····	33
小笼粉蒸牛肉·····	17	荔浦酱汁蒸鸭·····	33
莲藕炆牛腩·····	17	豉椒炒鸭肠·····	34
红烧牛肉·····	18	鱼滑蒸豆腐·····	35
榨菜蒸牛肉饼·····	19	油浸鲜鱼·····	36
煎烹牛里脊·····	20	清蒸鲜鱼·····	37

咸鱼蒸鲜鱼·····	38	海米香肠蒸蛋·····	62
豉汁蒸鱼头·····	38	炒鹌鹑松·····	62
番茄鲳鱼·····	39	隐汁焗鹌鹑·····	63
糖醋瓦块鱼·····	40	火腿口蘑蒸乳鸽·····	64
红烧元鱼·····	41	脆皮烧肉鸽·····	65
蒜子焖黄鳢·····	42	白果马蹄腐竹煲猪肚·····	65
银芽炒鳢丝·····	43	杏仁煲猪肺·····	66
葱油大明虾·····	44	冬瓜薏米煲老鸭·····	67
韭黄虾仁煎蛋·····	45	元鱼清炖鸡块·····	68
干煎虾碌·····	45	砂锅银耳炖鸡·····	69
软炸大虾·····	46	椰子清炖鸡·····	69
油泡虾仁·····	47	桃仁炖老鸽·····	70
锅巴虾仁·····	47	淮杞清炖牛腱·····	71
菜炒鲜鱿球·····	48	萝卜丝鲫鱼汤·····	71
白焯鲜鱿鱼·····	49	芥菜肉片汤·····	72
芥兰鱿鱼卷·····	50	冰糖雪耳杏梨·····	72
酸菜炒墨鱼·····	51	冰糖小枣山药·····	73
油泡螺片·····	52	冰糖莲子百合·····	73
海参猪手·····	53	花生奶露·····	74
红烧海参·····	54	杏仁豆腐·····	74
鸽蛋扒海参·····	55	葱油白切鸡·····	75
蚝豉扒乌参·····	56	玫瑰酱油鸡·····	76
海米扒瓜蝶·····	57	五香茶鸡蛋·····	77
栗子大白菜·····	58	盐水白鸡·····	77
花菇扒鲜笋·····	59	盐水猪肝·····	78
鲜蘑豌豆·····	60	汾酒牛肉·····	78
蚝油草菇菜胆·····	60	香麻拌海蜇·····	79
干贝扒芥菜·····	61	糖醋瓜皮虾·····	79

白云酸猪手	80	鲜虾炸多士	87
酒醉五香鱼	81	荷叶夹	88
酸甜菜花	82	炸桂花年糕	88
糖醋辣芥菜	82	芝麻豆沙饼	89
海米拌芹菜	83	香麻油列枣	89
芝麻菠菜	83	光酥饼	90
蜜汁煮叉烧	84	马拉糕	91
油爆青虾	84	豆沙煎堆	91
脆麻花	85	炸咸煎饼	92
开口笑	86	冰花鸡蛋馓	92
煎马蹄糕	87	席单八份	93

和您谈谈怎样做好有特色的川味菜.....陈松如 98

婚宴菜单(一).....	103	双喜包子.....	113
怪味鸡丝.....	103	宋嫂鱼羹喜面.....	114
辣子鱼块.....	104	婚宴菜单(二).....	116
姜汁菠菜.....	105	盐水鸡条.....	116
椒麻鸭肝.....	105	麻辣牛肉丝.....	117
拌辣白菜.....	106	炆黄瓜皮.....	118
家常绍子海参.....	106	椒麻鱼片.....	118
银耳全鸭.....	107	三丝鱿鱼.....	119
鱼香大虾.....	108	姜汁鸭脯.....	120
金钩凤尾.....	109	鲜蘑时菜.....	120
姜汁热味鸡.....	110	干烧油丁虾.....	121
四喜元宝.....	110	白汁龙凤蛋.....	122
豆瓣喜庆鱼.....	111	冬菜绍子鱼.....	123
雪花桃泥(甜).....	112	鱼香茄花.....	123
喜庆双蔬汤.....	113	桔子银耳羹(甜).....	124

笋衣肉片汤·····	124	鲜蘑冬瓜圆·····	141
双喜鱼饼·····	125	群虾佛珠·····	142
喜庆凉面·····	125	过江鱼香茄饼·····	142
寿宴菜单(一)·····	126	长寿果子鸡·····	143
椒麻鸡块·····	127	豆腐鲤鱼·····	144
辣子鲮鱼·····	127	冰汁凉寿桃·····	145
麻辣猪肉·····	128	奶汤素烩·····	145
炆青笋条·····	128	冬菜包子·····	146
银耳冬笋·····	129	清汤长寿面·····	147
鱿鱼烧冬笋·····	129	夏秋节庆家宴菜单·····	147
葱烧全鸭·····	130	拌黄瓜条·····	148
鲜蘑白菜心·····	131	陈皮仔鸡·····	148
官保虾仁·····	131	香炸猪肉·····	149
寿珠雪花鸡·····	132	姜汁鱼丝·····	149
糖醋松酥鱼·····	132	五香花仁·····	150
水煮肉片·····	133	海参烧时菜·····	150
冰汁瓢寿梨(甜)·····	134	冬菜大酿鸭·····	151
原汤全家福·····	134	鲜蘑冬瓜条·····	152
鱼肉芝麻寿饼·····	135	干烧油丁小虾·····	153
担担寿面·····	136	鱼香蛋酥鸡·····	153
寿宴菜单(二)·····	136	软五柳鲜鱼·····	154
椒麻猪心·····	137	桔子凉银耳·····	155
麻辣鱼片·····	137	原汤素烩·····	155
怪味兔丝·····	138	牛肉焦饼·····	156
凉拌肉片·····	138	清汤虾仁面·····	157
炆黄瓜条·····	139	冬春节庆家宴菜单·····	157
寿星海参·····	139	姜汁季豆·····	158
珍珠灯笼鸭·····	140	棒棒鸡·····	158

椒麻兔片.....	159
花仁鱼丁.....	159
麻酱凤尾.....	160
鱿鱼里脊片.....	160
糖醋肉花.....	161
虾仁油菜心.....	162
宫保鸡丁.....	162

葱烧鲜鱼.....	163
鱼香肉丝.....	164
麻婆豆腐.....	164
炒红苕泥.....	165
原汤白菜心.....	165
三鲜包子.....	166
素调面.....	167

和您谈谈怎样做好山东菜.....张 隆 168

生日宴菜单.....	172
姜汁鸡.....	172
煮长生果.....	173
酸辣黄瓜.....	173
酱口条.....	174
炆里脊片.....	175
卤香菇.....	175
芝麻牛肉条.....	176
莲白海蜇卷.....	176
油焖笋尖.....	177
明珠鲍鱼.....	177
寿桃虾仁.....	178
琥珀鸡蛋.....	179
清蒸银鼠鱼.....	179
神仙鸭子.....	180
糟炒里脊丝.....	181
寿星菜心.....	182
鸡汁元鱼.....	182

蜜汁仙桃.....	183
长寿打卤面.....	184
婚宴菜单(一).....	184
如意蛋卷.....	185
桂花藕.....	185
盐水鸡.....	186
拌黄瓜条.....	186
五香酱牛肉.....	187
双色蛋糕.....	187
乌龙戏珠.....	188
油焖大虾.....	189
香酥鸡.....	189
鸳鸯喜蛋.....	190
糖醋鲤鱼.....	191
绣球藏珠.....	191
万年长青.....	192
龙凤汤.....	193
冰糖莲子.....	193

婚宴菜单(二).....	194	醋椒活鱼.....	209
酒醉嫩鸡.....	194	西瓜酪.....	209
拌海蜇.....	195	国庆家宴菜单(二).....	210
五香鱼.....	195	鸡丝洋粉.....	210
油焖草菇.....	196	青酱茄子.....	211
叉烧肉.....	196	油爆青虾.....	211
虾籽炆芹菜.....	197	虾籽茭白.....	212
三鲜海参.....	197	蒜味白肉.....	212
凤尾大虾.....	198	姜汁扁豆.....	213
油爆鲜贝.....	199	炆鱼鳃腰片.....	213
如意鸭方.....	199	三鲜蹄筋.....	214
葡萄黄鱼.....	200	双味虾仁.....	214
四喜丸子.....	201	翠罐鲜贝.....	215
鲜蘑菜心.....	201	清蒸活鱼.....	216
冬菇鸡块汤.....	202	油赞里脊.....	217
蜜汁三果.....	202	鲜蘑扒冬瓜.....	217
国庆家宴菜单(一).....	203	余丸子黄瓜.....	218
五香酱鸭.....	203	春节家宴菜单(一).....	218
姜汁鱼片.....	204	八宝肉.....	219
虾籽腐竹.....	204	茴香味鸡.....	219
盐水猪肝.....	205	金糕拌梨丝.....	220
炆青红椒.....	205	炆菜花.....	220
葱烧海参.....	205	姜汁松花.....	220
盐爆里脊片.....	206	蒜味牛肚.....	221
番茄大虾.....	207	扒海参蹄筋.....	221
香酥肥鸭.....	207	炒虾仁.....	222
鲜莲鸡丁.....	208	软炸鲜贝.....	222
鲜蘑扁豆.....	208	三鲜蒸鸡.....	223

干煸黄鱼·····	223	蓑衣小萝卜·····	238
江米猪肉·····	224	香椿拌豆腐·····	238
栗子白菜·····	225	山东海参·····	239
什锦砂锅·····	225	鸡里蹦·····	239
拔丝苹果·····	226	葱油大虾·····	240
炒年糕·····	226	珍珠丸子·····	241
春节家宴菜单(二)·····	227	干煎黄鱼·····	241
葱油嫩鸡·····	227	滑肉炒墨鱼丝·····	242
芝麻牛肉·····	228	牡丹菜心·····	242
茶香蛋·····	228	银耳豆苗汤·····	243
卤猪心头·····	229	杏仁豆腐·····	243
酸辣白菜·····	229	五一节家宴菜单(二)·····	244
虾干炆芹菜·····	230	鸡丝拌粉皮·····	244
全家福·····	230	糖醋排骨·····	245
锅贴虾仁·····	231	葱辣鱼条·····	245
鸡丁冬笋·····	232	兰花豆干·····	246
煎转黄鱼·····	232	拍黄瓜萝卜·····	246
烧蒸肉条·····	233	扒鸡茸海螺·····	247
清炖酥丸·····	234	翠珠虾仁·····	247
鲜蘑菜花·····	234	软炸里脊·····	248
烩乌鱼蛋·····	235	侉炖鱼·····	249
糖蒸山药段·····	235	山东烧鸡·····	249
五一节家宴菜单(一)·····	236	冬菜蚕豆·····	250
椒麻鸡·····	236	三鲜汤·····	250
拌肚丝·····	237	琥珀莲子·····	251
炆青蛤·····	237		

和您谈谈京菜及其烹调特点 苑树棠 252

新婚喜庆家宴(秋季)···	258	盐炮肚丝·····	272
栗仁卷果·····	259	四喜丸子·····	273
红薯蜜干·····	260	面码·····	273
玫瑰蜜枣·····	260	小刀面·····	273
桂花莲藕·····	261	打卤·····	274
喜鹊登梅·····	261	家庭寿宴(秋季)·····	275
酱肘花·····	261	熏豆腐·····	275
熏雏鸡·····	262	姜汁蟹肉·····	276
炆芹菜·····	262	虾籽炆茭白·····	277
咖喱菜花·····	262	珊瑚白菜·····	277
荸荠谷·····	263	鸡丝冻粉·····	278
富贵芙蓉·····	263	爆腌心里美·····	278
吉祥如意·····	264	虾籽烧海参·····	278
联子玉珠·····	264	炸鹌鹑茄儿·····	279
喜庆有余·····	265	烧牛鞭·····	280
四喜团圆·····	266	蟹黄扒菜心·····	281
珠联璧合·····	267	罐儿肉·····	282
子孙饺子汤·····	267	桂花山药·····	282
新婚喜宴面条席(春季)		菊花火锅·····	283
·····	268	庆新春家宴·····	284
炒虾仁·····	269	酥鲫鱼·····	285
赛螃蟹·····	269	芥末羊肚·····	286
芥末白肉·····	270	五香熏鸡·····	286
糖醋鱼·····	271	梅花藕·····	287
清蒸炉肉·····	271	赛西瓜·····	288
木樨香椿·····	272	芝麻菠菜·····	288

全家福·····	289	炸鹅脾·····	307
富贵鸡·····	289	葱爆羊肉·····	308
瑞兽迎春·····	290	炒鸡茸银耳·····	308
吉庆有余·····	291	麻茸冬瓜·····	309
金银满堂·····	291	松籽烧肉·····	310
龙跃新禧·····	292	糟蒸桂鱼·····	311
炸回头·····	293	西红柿甩果汤·····	311
艾窝窝·····	293	京都果子干·····	312
春饼·····	294	蒸儿炸·····	313
夏季家宴·····	295	芸豆卷·····	313
冰碗·····	295	冬季合家乐家宴·····	314
水晶肘·····	296	白片鸡·····	314
肉丝拉皮·····	297	拌海蜇·····	315
什锦鲜豌豆·····	298	酱牛肉·····	316
冬瓜鸡·····	299	芥末白菜·····	317
姜汁伏塔目·····	299	赛香瓜·····	317
罐儿茄·····	300	脆皮黄瓜·····	318
酥炸莲花·····	301	瑞雪丰年·····	319
荷叶粥·····	301	龙凤呈祥·····	319
糊塌子·····	302	合和如意·····	320
秋季家宴·····	302	连年有余·····	321
炒鸡瓜·····	303	三阳开泰·····	322
杏干肉·····	304	春色满园·····	322
炒麻豆腐·····	304	炉肉火锅·····	323
五香花生米·····	305	炸春卷·····	325
红根腐竹·····	305	蒸碗糕·····	325
麻辣野鸭·····	306		

和您谈谈淮扬菜及做菜的基本常识陈春松 327

冬季寿宴菜单.....	334	滑炒鲈鱼片.....	350
羊糕.....	334	干炸金钱肉.....	351
酒醉鸡.....	335	溜桃仁鸡.....	352
芥末鱼条.....	336	鲜蘑烩酥腰.....	352
油爆虾.....	336	白汁蹄筋.....	353
佛手蜇皮.....	337	油淋鸡.....	354
卤肫仁.....	337	芽笋烧鲰鱼.....	354
糖醋包菜卷.....	338	大煮干丝.....	355
辣白菜.....	339	青汤捶虾.....	356
鱿鱼锅巴.....	339	八宝饭.....	356
烩冬冬青.....	340	茼蒿烧麦.....	357
什锦火锅.....	340	秋季婚宴菜单.....	358
鸭羹汤.....	341	葱油酥海蜇.....	358
砂锅野鸭.....	342	拌牛肚.....	359
荷包鲫鱼.....	343	炅虎尾.....	359
梅岭菜心.....	343	三丝拌芹菜.....	360
生片火锅.....	344	咖喱鸭掌.....	360
山药寿桃.....	345	五香兔肉.....	361
虾仁煨面.....	346	拌苔菜.....	361
春季婚宴菜单.....	347	酥熘鲫鱼.....	362
玫瑰猪肉脯.....	347	炒凤尾虾.....	363
醉蟹.....	348	瓢青椒.....	364
炅青螺.....	348	百花鱼肚.....	365
芝麻毛菜.....	349	红酥鸡.....	366
红油鱼丝.....	349	芙蓉蟹斗.....	367
素三鲜.....	350	干贝四季豆.....	367

绣球银耳.....	368	蛤蜊鱼饺.....	385
蜜汁芋艿.....	368	三鲜海参.....	386
野鸭菜饭.....	369	盐水蹄.....	387
春季家宴菜单.....	370	清蒸桂鱼.....	387
水晶肴蹄.....	371	开洋冬瓜球.....	388
凤鸡.....	372	鸡片西瓜盅.....	388
葱油双脆.....	372	西瓜冻.....	389
麻辣肚丝.....	373	双麻酥饼.....	389
白炒虾仁.....	374	秋季家宴菜单.....	391
虾籽烩笋.....	374	盐水肫仁.....	391
膏丽苹果.....	375	腐乳炆虾.....	392
醋溜变蛋.....	376	素油鸡.....	392
全家福.....	376	红油茭白.....	393
春笋河蚌焖胡肉.....	377	糖醋黄瓜.....	393
双皮刀鱼.....	378	五香牛肉.....	394
鲨鱼菜苔.....	379	豌豆苗炒山鸡片.....	394
鸡火炖白菜.....	379	烧香鸭.....	395
西米桔络元宵.....	380	松子鱼丝.....	396
春卷.....	381	卷筒虾蟹.....	396
夏季家宴菜单.....	381	扒烧牛筋.....	397
熟炆虾仁.....	382	蟹粉狮子头.....	398
麻酱腰片.....	382	拆烩鲢鱼头.....	399
素火腿.....	383	金钩银苗.....	400
玛瑙蛋.....	383	龙戏珠汤.....	400
芙蓉鸡片.....	384	桂花糖莲藕.....	401
酿黄瓜.....	384	扬州炒饭.....	401
软炸里脊.....	385		

和您谈谈粤菜及我写 粤菜家宴谱的想法

康 辉

这次应约写下粤菜百余种并排成席单介绍给烹饪爱好者。作为从事厨师工作 50 年的我，写百余种菜本来不是困难的事，但到动笔时，我却反复思考：是专写高档的，还是中档偏下的？是按高级宾馆饭店的条件来写，还是用一般饭馆家庭的条件来写？如用宾馆条件写，做烧烤菜时要有烧炉和烤箱，做炒菜或烧菜都要用好汤来处理。那样势必给家庭制作带来困难。我很久以来就有个想法：随着人民生活水平逐步提高，应当让更多的家庭了解和领略到富有特色的广东风味菜点。于是，我着眼于家庭操作条件来写。

在写炖汤时强调肉食出水后保留原汤。当然也不排除有条件时加入一些上汤以增加美味。但无上汤用出水过滤的原汤也不失风味。在制作烧、炒菜时用上汤固然理想，但无汤用水也无伤大雅。至于行话术语想尽量写得通俗些。

我是广东顺德县人，13 岁离开家乡。1938 年到上海永安公司大东酒楼学徒。出师后先后在上海、南京、杭州等地的粤菜馆和饭店当厨师。1955 年起调北京饭店工作。数十年的厨师生活，使我广泛接触了各方菜系。仅我们饭店就有四川菜、广东菜、淮扬菜、谭家菜、上海功德林素菜等菜系。还有擅长

河南菜、山东菜的师傅。大家常年在一起工作，操作技术上往往相互借鉴。因此，虽说我写的是广东风味菜，但写作用词也难免出现南腔北调。至于原料定量也只能说是大致不差，完全准确是不能的。实际上调味料的使用和主配料的搭配都可随机应变。

下面，就家庭如何做好具有广东风味特色的菜肴谈几点看法。

做好广东菜的前提是了解它的风味特点。那么，什么是广东菜的风味特点呢？广东地区有所谓“五滋”（香、松、脆、肥、浓）、“六味”（酸、甜、苦、辣、鲜、咸）之别。

由于广东地处亚热带，有绵长的海岸线和众多的江河湖泊，河、塘、海鲜丰富，造就了吃鲜货的条件，所以菜肴用料常有鲜美的水产品。而家畜、家禽则用现宰现买的。各类蔬菜有早晚两市，可随时选购。由于广东气候炎热，所以夏秋菜品讲究清淡爽口；冬春重浓郁。总的来说，当地美食讲究香、鲜、嫩、爽、滑、脆。炒菜有油不亮油，油而不腻，清淡爽口。鲜嫩原料不喜过熟；炆（Wén）、炖食品不喜过烂。过熟则不鲜嫩；过烂则不香，没嚼头。

我想家庭做菜要掌握好以下几点：

1. 选择原料。合理选择质量优良的原料是做出佳肴的先决条件。做清蒸鱼或油浸鱼，如不是鲜活的原料，很难做好这两款菜。炒鸡丁如不选嫩鸡，炒出来的菜就嚼不动。

2. 加工切配。原料的加工切配是为火上烹制做准备的工序，所以洗涤、择削、修改成形等都要细致，尽量使料大小相同，长短相等，厚薄一致，粗细均匀。这样，烹制的菜肴才不会产生此生彼熟，此老彼嫩的现象。