

冷菜制作



周金锦 李家祥 吴学忠
安徽科学技术出版社

责任编辑：崔惠敏

封面设计：解大学

照片摄影：王应虎

冷 菜 制 作

周金鏢 李家祥 吴学忠

安徽科学技术出版社出版

(合肥市跃进路1号)

安徽省新华书店发行 安徽新华印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张：6 插页：2 字数：138,000

1983年7月第1版 1983年7月第1次印刷

印数：1—21,000

统一书号：15200·35 定价：0.70元



炒虾丝

饱顶全盘





鷹

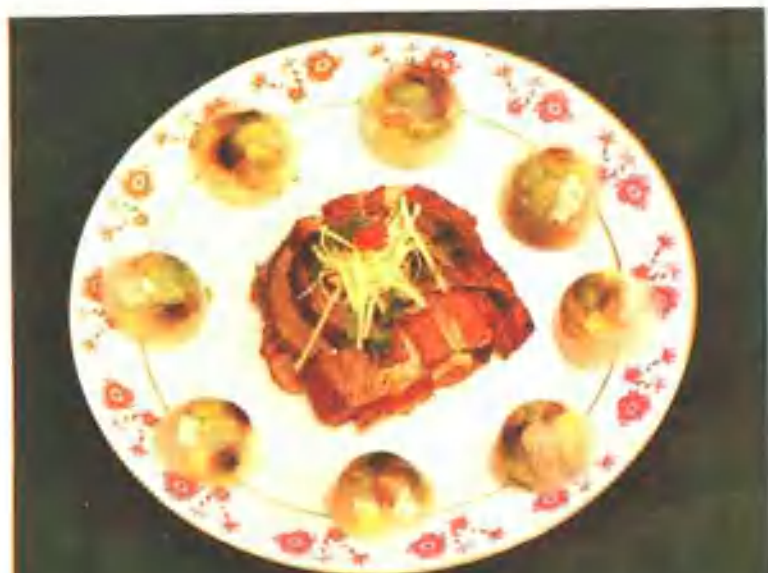
刨花肉





虎

烧鸭（飘形）





四相

鸭脚色



目 录

一、冷菜概述	1
二、冷菜的烹制与调味	3
(一)冷菜的制作方法	3
白煮制法(3) 盐水制法(3) 卤制法(4)	
烧烤制法(4) 冻制法(4) 熏制法(5) 酱制法(5)	
酥制法(5) 糟制法(6) 风制法(6) 腌制法(6)	
泡制法(7) 醉制法(7) 拌制法(7)	
(二)调味卤汁的配制	8
三合油卤汁(8) 椒麻卤汁(8) 怪味卤汁(9)	
红油卤汁(9) 糖醋卤汁(9) 芝麻酱卤汁(9)	
甜面酱卤汁(9) 芥末卤汁(10) 红、白卤汁(10)	
辣酱油(10) 番茄酱汁(10)	
三、冷菜装盘	11
(一)冷菜装盘的类型	11
单盘(11) 拼盘(11) 花色冷盘(11)	
(二)冷菜装盘的式样	12
馒头式(12) 合掌式(12) 城垛式(12) 桥梁式(12)	
马鞍式(12) 花朵式(12) 花色图案式(12)	
(三)冷菜装盘的技巧	13
1. 装盘的步骤	13
2. 装盘的手法	13
3. 附加点缀	14
(四)装盘的基本要求	15
1. 清洁卫生	15

2. 刀工整齐	15
3. 式样美观	15
4. 色调悦目	15
5. 用卤吻合	15
6. 合理用料	16
四、花色冷盘的装盘工艺	17
(一)构思	18
(二)构图	18
(三)拼摆	20
1. 基础形态的准备	20
2. 施工技巧	21
五、冷菜拼摆菜例	23
馒头式(独碟)冷盘(23) 桥梁式冷盘(23) 马鞍式冷盘(24)	
对镶冷盘(25) 城墙垛对镶冷盘(25) 三镶冷盘(26)	
四镶冷盘(26) 什锦全盘(27) 三花冷盘(28)	
飘形四花冷盘(29) 蝴蝶冷盘(30) 虎啸冷盘(30)	
宝鼎全盘(31) 龙凤呈祥(32)	
六、冷菜制作菜例	35
〔白煮制法〕	35
白切肉(35) 白肚(35) 八宝肚子(36)	
五丁筒头(37) 白牛肉(38) 白鸡(38)	
〔盐水制法〕	39
盐水猪舌(39) 盐水排骨(40) 盐水鸭(40)	
盐水肫(41) 盐水虾(42) 盐水毛豆(42)	
〔卤制法〕	43
酒卤肉(43) 卤肚(43) 五香牛肉(44)	
卤金银肝(45) 金钱肚子(46) 古钱鸡(47)	

符离集烧鸡(47)	卤滑心鸡蛋(49)	卤豆腐干(49)	
卤鹿肉(50)	五香斑鸠(51)	五香野兔(51)	
〔烧烤制法〕			52
泾县小烧(52)	叉烧(53)	烤鸭(烧鸭)(53)	
烧鸭卷(54)			
〔冻制法〕			55
冻肉糕(55)	五彩羊糕(56)	五丁冻(57)	
水晶虾仁(57)	冻鸡(58)	凉糕(59)	
芝麻凉果(59)	桃子糕(60)		
〔熏制法〕			60
熏肉(60)	云雾肉(61)	熏脑花(62)	
烟熏肥肠(63)	熏鸡(64)	生熏仔鸡(64)	
无为熏鸭(65)	熏鸭舌(68)	熏蛋(69)	
熏白鱼(69)	熏桂鱼片(70)	五香熏鸽(71)	
熏田鸡腿(72)	熏豆腐(72)		
〔糟制法〕			73
香糟肉(73)	糟盐水蹄花(74)	糟脚爪(74)	
糟鸭(75)	糟鸭片(75)	糟蛋(76)	
糟鱼(76)	糟冬笋(77)		
〔风制法〕			77
风肉(77)	风鸡(78)	风鳊鱼(79)	
风鳗(80)	风菜心(80)		
〔腌制法〕			81
水晶肴肉(81)	金银肴肉(82)	火鞭牛肉(83)	
盐擦鸡(84)	板鸭(84)	酸辣白菜(86)	
〔腊味制法〕			86
家乡肉(86)	刨花肉(87)	蝴蝶肉(88)	

凤凰腊肉(88)	香肠(89)	香枣(90)	
金银肝(91)	香肚(91)	腊味猪头(92)	
腊猪舌(93)	象鼻耳脆(93)	红胚琵琶鸭子(94)	
白胚琵琶鸭子(95)	陈皮鸭腿(95)	腊鸭腿(96)	
鸭饼(97)	腊味肫(97)	鸭足包(98)	
〔泡制法〕		99	
油泡五香肉(99)	虾油鸡(100)	酱油嫩鸡(100)	
泡菜(101)			
〔醉制法〕		102	
酒醉鸡(102)	酒醉风龟(102)	醉蟹(103)	
醉蚶子(104)			
〔拌制法〕		104	
凉拌肉(104)	瓜姜拌肉片(105)	水晶肉片(106)	
芥末薄片肉(106)	里脊丝粉皮(107)	凉拌腰片(108)	
芝麻酱拌腰片(108)	拌肚尖(109)	拌耳脆(110)	
麻辣耳丝(110)	拌皮丝(111)	椿芽拌鸡丝(112)	
琼脂拌鸡丝(112)	鸡丝拉皮(113)	怪味鸡(113)	
椒麻鸡(114)	凉拌脆片(115)	凉拌鸭舌(115)	
芥末鱼片(116)	水晶虾片(116)	芥末玻璃虾片(117)	
凉拌海参(118)	凉拌鱼肚(119)	麻酱紫鲍(119)	
凉拌鲍鱼(120)	芦笋鲍鱼(120)	水晶鱿鱼(121)	
蒜酱鱿鱼筒(122)	拌鱿鱼戏凤(122)	麻辣蜆皮(123)	
糖醋蜆皮(124)	佛手蜆皮(124)	水晶蜆头(125)	
温拌蜆头(125)	麻酱海螺(126)	虾米拌腐衣(126)	
玛瑙拌豆腐(127)	菠菜泥(127)	香椿拌豆腐(128)	
拌合菜(128)	拌芹菜(129)	糖醋藕(130)	
凉拌鹿肉(130)	芝麻酱拌豇豆(131)		
〔酱制法〕		131	
酱肉(131)	肉果(132)	原汁酱猪肉(133)	

酱鸡(134) 清酱鸭(134) 原卤酱鸭(苏州)(135)	
〔炸制法〕	136
寸金肉(136) 交切肉(137) 炸牛肉(137)	
灯影牛肉(138) 椒盐排骨(139) 芦花脆骨鸡(140)	
蛋松(140) 烹刀鱼(141) 干贝松(142)	
椒盐花生仁(142) 菠菜松(143) 土豆松(143)	
藕松(144)	
〔油爆卤焖制法〕	144
熏肉(油爆卤焖肉)(144) 樱桃肉(145) 晾干肉(146)	
陈皮牛肉(146) 花椒陈皮鸡(147) 五香脆(148)	
熏鱼(油爆卤焖鱼)(149) 油爆烤子鱼(149) 油爆虾(150)	
〔油焖制法〕	151
虾子油焖笋(151) 火焖笋(151) 油焖二冬(152)	
虾子焖冬菇(152) 油焖五香烤麸(153)	
〔炆制法〕	154
炆双脆(154) 葱椒炆鱼片(154) 腐乳炆虾(155)	
青炆大虾(156) 炆虾片(156) 姜汁炆虾仁(157)	
炆虎尾(157) 炆蚬子(158) 炆笋尖(159)	
炆双仁(159)	
〔蒸制法〕	160
酒蒸鸡(160) 清香仔鸡(160) 蛋皮肉卷(161)	
如意蛋卷(162) 皮蛋糕(162)	
〔烘炒制法〕	163
肉松(163) 鸡松(164) 鱼松(164)	
虾松(165)	
〔酥制法〕	165
酥鲫鱼(165)	
〔仿荤素菜的制作方法〕	166
素肴肉(166) 素肉松(167) 素排骨(168)	

素火腿(168)	素香肠(169)	素肥肠(170)	
素油鸡(170)	素烧鸭(171)	素熏鱼(172)	
〔其他菜类制作〕		175	
挂霜排骨(173)	挂霜核桃(173)	蜜饯排骨(174)	
五香肉干(175)	甘草肉(175)	咖喱肉(176)	
五香螺蛳(176)	金腿凤翼(177)	马尾肚三丝(178)	
柴把肚(178)	三丝琼脂把(179)	肠缠五丝(179)	
柴把鸡(180)	双丝黄瓜卷(181)	竹节蛋(181)	
麻辣蚕豆(182)	兰草蛋(182)	菊花皮蛋(183)	

一、冷菜概述

冷菜又名凉菜，是指经过加工、烹调（有些果蔬只调味不加热）、冷凉食用的菜肴。

冷菜的制作，历史悠久。《楚辞·招魂》篇中记载：“露鸡臠蠃，历而不爽些。”这“露”，史家认为即是“卤”的烹调方法，也就是卤鸡。《史记·货殖列传》中记载：“胃脯简微”。意思是将羊胃在沸汤中焯熟，再用姜椒末遍抹，晒干成脯。……这种制法类似现在的“炆”的烹调方法。据史料记载，唐、宋两朝，在一些高级筵席中就有拼摆的花色冷盘了。自晚清五口通商后，冷菜花样增多，拼摆形象也由简趋繁。

解放后，在党的领导下我国饮食行业继承和发展了烹调技术，冷菜更是推陈出新，繁花似锦。一般在花色大冷盘旁，又增加各味冷菜围碟来提高食用价值。有的还点缀食品雕刻，把饮食生活与艺术结合起来，引人入胜，情趣横生。

冷菜在筵席中是重要的组成部分，是上席的第一道菜，由于人们有“先入为主”的心理，所以这第一道菜的好坏，对整个筵席菜的评价有很大的影响。常言道：“良好的开端，等于成功一半”。在国际交往的宴会里，还有“冷餐宴会”的形式。这些都说明冷菜的重要性。

冷菜的要求一般是，烹调以香（或干香）、嫩、无腻为主，刀工整齐美观，讲究色泽，讲究造型。

冷菜不仅适合饮酒，也可佐餐，而且有些品种是风味隽

美的方便食品，如腌腊卤味、烧鸡、酱肉等等。随着国民经济日益发展，人们对生活要求不断提高，对冷菜的制作提出了更高的要求。在“四化”建设中，冷菜亦将为改善人民生活作出新的贡献。

二、冷菜的烹制与调味

冷菜的烹调方法，颇具特色，有的菜是加热与调味同时进行，有的菜加热与调味要分开处理。为了便于读者掌握，我们特将冷菜制作方法与调味卤汁的配制分类编写。

(一)冷菜的制作方法

白煮制法

把原料进行加工整理并焯水后，放入开水锅或汤锅中（开水下料可使成品色泽洁白美观），水的用量以淹没原料为度。先用大火烧开，然后用小火焖煮至八成烂捞起冷晾后，改刀（即切成块、片等形）装盘，浇上配制好的调味卤汁佐食。如白斩鸡、白切肉等。

盐水制法

把原料整理并焯水后，放入水锅中，水的用量以淹没原料为度，加入调味品。一般一斤水加盐五钱，其他葱、姜、花椒酌情加入。先用大火烧开，再以小火焖煮八成烂，冷晾后改刀装盘，浇上少许煮料原卤汁佐食。盐水制法要根据原料形状的大小和性质，分别掌握火候和不同的处理方法。体积大的，或质地坚韧的煮的时间要长些；体积小的，质地松软的煮的时间要短些。有的要事先用盐和硝腌制入味后，焯过水再入锅焖煮。如盐水鸭、盐水排骨等。而盐水毛豆则不易久煮，否则绿色变成黄的颜色，容易散失养分。

卤制法

把原料整理焯水后，放入配有调味品和香料的卤汤中，先以大火烧开，再以小火焖煮至八成烂，停火冷却后捞起改刀装盘，浇上少许煮料原卤汁佐食。如卤肉、卤猪舌等。卤制法有红卤、白卤之分，红卤的配制，是清水十斤，盐三两，上等酱油二斤，白糖半斤，黄酒半斤，八角、花椒、丁香、桂皮、陈皮、甘草等各一钱（用纱布袋装好），葱、姜各一两。若用红曲，可减去酱油，一般用红曲五钱（纱布包好）。白卤制法，是清水十斤，盐七两，白糖五两，黄酒五两，葱、姜各五钱，花椒二钱，八角一钱。

白卤制法与盐水制法相似，常用于夏季，卤制的卤汁可长期使用，俗称“老卤”。老卤制作的食品味道更为鲜香。老卤的保存，每天要将卤汁烧开一次，过滤清除浮沫和杂质，保持清洁；放陶器中，不宜用铁器盛放（否则易使老卤色发黑且有铁锈味），并经常添加调味品和更换香料。

烧烤制法

把原料整理后，放入开水中烫一下，取出趁热用饴糖擦匀周身（或用调味香料腌渍入味），放在风口处吹干表面，放烤炉中烤至外皮发脆，内部成熟取出冷却后改刀装盘，配上调味卤汁佐食。如叉烧肉、烤鸭等。

冻制法

把烹调好的熟料，加入琼脂（又名冻粉、是从海产石花菜、麒麟菜、江蓠菜中提取加工制作的原料，常用于高档宴席的冷盘菜中，也常作为水晶冻鸡、水晶冻蹄等冻结原材料）和皮汤（皮汤是指猪肉皮煮烂剁碎后再熬浓经过过滤的稠汁），利用肉皮或琼脂的胶质作用，使制品冷却后凝固成型。也有用模具如酒杯、汤匙等来制作的。皮汤的制作方法，一般是

原料(如羊肉、猪蹄等)二斤用肉皮一斤，如羊糕、冻蹄等。用琼脂凝固的，一般是原料一斤用琼脂三钱左右，如冻鸡、玫瑰冻、五丁冻等。

熏制法

有生熏和熟熏两种。熟熏是把经过蒸、煮、炸并经调味的熟料、放在铁丝筛上，将锅烧热后，撒入茶叶、饭锅巴各少许，红糖二两(也有用杉木屑、甘蔗渣的)，放上铁丝筛，盖上锅，待锅中冒起浓烟时，焖五分钟左右的，锅离火，烟散尽，取出。在菜肴表面上涂一层芝麻油，冷凉后改刀装盘，配上调味卤汁佐食。如熏脑花、烟熏鱼等。生熏一般是先用调味品腌制入味后再熏。如熏白鱼、熏仔鸡等即是。

酱制法

把原料先用盐、硝及调味香料腌制入味后，入油锅炸至外层起壳，再转放另一锅中，加入调味品煮至六成烂捞起(一般五斤原料加酱油二两，白糖一两，黄酒二两，葱姜八角少许)。另将甜面酱半斤、先放锅中煸炒，加入面粉(炒成浅黄色)搅拌均匀，并加入汤汁(肉汤或水均可)熬成厚糊状，再将煮熟的原料投入拌匀，淋入芝麻油，冷凉后改刀装盘。如酱肉、酱鸡等。

酥制法

将原料整理洗净后，放在焖钵(砂锅)中，加入调味品，一般是原料三斤用酱油三两，冰糖四两，黄酒四两，葱半斤，姜二两，芝麻油五两，醋四两以及桂皮、八角各一钱。其中油和醋的用量比重较大。先以大火烧开、撇去浮沫，再以小火细炖(仅保持略有微沸状)，加热时间一般要在五至七小时，以原料焖酥为度。如酥鲫鱼、酥海带等。