

中国烹饪大师 作品精粹

COOKBOOKS BY MASTERS
IN CHINESE CULINARY ART

王世杰，祖籍浙江嵊州，1948年2月出生，贵州省贵阳市。中国烹饪大师，中国烹饪协会名厨专业委员会委员，国家级评委，国家劳动和社会保障部职工技能裁判员，高级烹饪技师，贵州烹饪协会理事，贵州省劳动保障厅高级技师，技师考评委员会委员，贵阳市烹饪协会副会长，同时还担任《中国黔菜》、《贵州美食》、《中国名菜大典》（贵州卷）主编。

王世杰专辑

总主编：杨柳
执行主编：高炳义
本册编著：王世杰



青岛出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国烹饪大师作品精粹. 王世杰专辑 / 王世杰编著.
青岛: 青岛出版社, 2004.10

ISBN 7-5436-3197-0

I. 中... II. 王... III. 菜谱 - 中国

IV. TS972.182

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 102888 号

- 书 名** 中国烹饪大师作品精粹 —— 王世杰专辑
总 主 编 杨 柳
执行主编 高炳义
本册编著 王世杰
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市徐州路 77 号 (266071)
邮购电话 13335059110 0532-5814611 转 8664
菜品摄影 青岛双福摄影广告设计有限公司
责任编辑 张化新 尹红侠
特邀编辑 贾传刚
装帧设计 本色广告公司
印 刷 青岛杰明印刷有限责任公司
出版日期 2005 年 4 月第 1 版 2005 年 4 月第 1 次印刷
开 本 16 开 (889 × 1194 毫米)
印 张 6
定 价 50.00 元



中国烹饪大师作品精粹
COOKBOOKS BY MASTERS IN CHINESE CULINARY ART



COOKBOOKS BY MASTERS IN CHINESE CULINARY ART

中国烹饪大师作品精粹

【王世杰专辑】

总主编 杨柳 执行主编 高炳义

本册编著 王世杰

青岛出版社



燃意能之火
燦餐飲星空
塑大師風采
撰壯粹人生

1000年十一月
美


爐火純青

祝賀中國烹飪大師

作品精粹出版

張世堯

二〇〇四年十月

《中国烹饪大师作品精粹》 组委会

- 名誉主任** 姜 习 (世界中国烹饪联合会和中国烹饪协会名誉会长)
张世尧 (世界中国烹饪联合会会长、中国烹饪协会名誉会长)
- 主 任** 苏秋成 (中国烹饪协会会长)
孟鸣飞 (青岛出版社社长)
- 副 主 任** 杨 柳 (中国烹饪协会常务副会长)
林则普 (中国烹饪协会特邀顾问)
高炳义 (中国烹饪协会副会长)
冯恩援 (中国烹饪协会秘书长)
吴宝安 (青岛出版社副社长)
- 委 员** 李耀云 (中国烹饪协会副会长)
史正良 (中国烹饪协会副会长)
卢永良 (中国烹饪协会副会长)
孙晓春 (中国烹饪协会副会长)
高 峰 (中国烹饪协会副会长)
孟 璐 (中国烹饪协会副秘书长)

《中国烹饪大师作品精粹》 编委会

- 总 主 编** 杨 柳
- 主 审** 高炳义
- 执行主编** 高炳义
- 副 主 编** 史正良 卢永良 孙晓春 高 峰 李万民 许菊云 刘敬贤
- 委 员** (按姓氏笔画为序)
- 丁福昌 王世杰 王春山 史正良 卢永良 卢玉成 卢朝华
朱云显 吕长海 孙晓春 许菊云 刘敬贤 任家常 余明社
何逸奎 李培雨 李春祥 李连群 李学深 李万民 张世全
张献民 张志斌 张汝才 严惠琴 苏传海 汪建国 林 波
屈 浩 范民其 杨定初 周金华 孟宪泽 欧阳仟来
赵仁良 赵继宗 姚楚豪 高 峰 高炳义 唐 文 袁 野
郭经纬 黄正晖 韩吉光 童辉星 潘晓林 颜景祥 薛文龙
薛泉生 戴书经
- 本册编著** 王世杰

【序

言】

“民以食为天”。人类从茹毛饮血到钻木取火、炮生为熟，烹饪技术随着人类的进化、社会的发展而发展，不仅促进了社会生产力的发展，也促进了烹饪事业的发展。

中国饮食有着数千年深厚的历史文化底蕴，在距今七八千年的新石器时代的龙山文化遗物中，就发现了大量的烹饪器具。中国的烹饪技艺早就以其技艺精湛、花样品种繁多、色香味形器俱佳而驰誉世界。烹饪技艺是我国民族文化的重要组成部分，不仅具有悠久的历史、光辉的过去，更有着灿烂的未来！

中国地大物博，资源丰富，人杰地灵。受此影响，中国菜点也具有了文明大国的泱泱之风：不同特点的民间地方菜、宫廷菜、官府菜、民族菜和宗教寺院素食菜构成了中国菜点的主体。

中国菜点，选料严格，刀工精细，变化多端，讲究拼配艺术，注重把握火候，妙在鼎中之变，巧在以味为美。

在我国社会主义市场经济日益繁荣、改革开放不断取得新成就的背景下，新时代中国烹饪也在不断取得新的发展和进步。我国餐饮烹饪业的广大从业人员与时俱进，把民以“养”为本作为烹饪工作的主题，使中国菜点不仅讲究色、香、味、形、器，而且更讲究绿色食品、卫生安全、合理搭配，注重营养和饮食文化。创新了相互包容、各具特色、令人目不暇接、赞不绝口的大批新菜、新点，进一步繁荣了我国餐饮市场，餐饮业出现了空前的兴旺发达。

面对当今社会餐饮业的繁荣景象，我们要感谢党的正确领导，感谢改革开放、市场经济带来的大好形势，也要感谢我国广大厨师和餐饮业的所有从业人员，为餐饮市场的兴旺发达所付出的辛勤努力！特别要感谢我国著名的烹饪大师们！我国优秀的厨师代代相传、人才辈出，他们本着“继承、发扬、开拓、创新”的精神，尊师爱徒、努力学习、刻苦钻研、不断研究、创新发展，紧紧结合社会的发展和时代的进步，千方百计地满足新世纪人民对餐饮文化的需求。

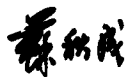
为使中国烹饪大师的优秀技艺代代相传，为使中国烹饪大师进一步名扬世界，为进一步弘扬中国的饮食文化，为使广大烹饪爱好者更好地学习、借鉴，《中国烹

饪大师作品精粹》出版了！这是在中国烹饪协会领导下，由我国著名烹饪大师精心制作、相互配合、认真编撰、共同努力的可喜成果！我表示衷心的祝贺！

《中国烹饪大师作品精粹》是中国烹饪协会组织其下属名厨专业委员会50多名委员共同编著的一部著作。这是国内迄今为止最具权威性、最有影响力、层次最高的、记录中国烹饪大师的技艺和传记的专著，是中国烹饪协会对中国烹饪事业现时代的工作记录，是历史赋予各位烹饪大师的具有时代意义的使命。该丛书记载了诸位大师多姿多彩的小传，汇集了东西南北各个菜系的经典名菜和大师们独具匠心的创新菜品。书中用精美的图片和详细的说明描述了每道菜的制作过程，开卷阅后，定会给人留下难忘的印象！烹饪大师们凭着对烹饪技术孜孜不倦的执著、唯美追求，挖掘了无穷的潜力和智慧，把琳琅满目、品种多样的食物原料、调料通过不同的刀工、火候、技法相互结合、渗透，巧妙地利用练就的烹饪技艺，将四面八方具有不同风格、特点、口味的菜品完美地融合，做细、做精，使餐饮品位就像魔方一样变化无穷！享受不尽！这充分体现了我国烹饪技术的深厚内涵和文化底蕴。本书既有较高的文化内涵，又非常实用，同时具有欣赏和收藏价值。是烹饪爱好者们为之沉醉、为之倾倒的佳作，它的出版是我国烹饪大师们本着精益求精的原则，融会我国东西南北烹饪文化精髓，为国人奉献、谱写的美食文化新篇章！

想今抚昔，展望未来，市场经济的大潮必将激励广大的烹饪工作者更加热爱烹饪事业，在不断学习、不断开拓进取、不断完善的基础上，加速推动中国饮食文化的发展进步。为迎合烹饪事业发展的良好势头，中国烹饪协会与青岛出版社联合出版了这部佳作。在每位烹饪大师的积极配合下，从计划编写到出版发行，仅历时一年的时间。它的出版标志着我国烹饪事业迅速发展，预示着我国餐饮业将越来越兴旺发达！我希望本书读者能与我们一起，品大师之技，赏大师之德，饱览中国的名菜名点，汲取中国烹饪技艺之精粹。我相信，《中国烹饪大师作品精粹》一书的出版，必将唤起更多人对烹饪事业的热爱，必将让更多的烹饪爱好者为祖国烹饪艺苑中别具风采的奇花异草而感到骄傲和自豪！

中国烹饪协会会长



2004年9月30日



作者简介

王世杰，祖籍浙江嵊州，1948年2月出生于贵州省贵阳市。现为中国名厨专业委员会委员、国家级评委、国家劳动和社会保障部职工技能竞赛裁判员、高级烹饪技师、贵州烹饪协会理事、贵州省劳动保障厅高级技师、技师考评委员会委员、贵阳市烹饪协会副会长，同时还担任《中国黔菜》、《贵州美食》、《中国名菜大典》（贵州卷）主编。一串耀眼的光环记录了他对烹饪事业执着的努力和追求，这也是社会对他的肯定。

1965年到1971年上山下乡这段六年的知青生活，使他真正认识了社会，认识了生活，这是一段难以忘怀的时光，也正是这段艰苦奋斗的日子，造就了他坚韧顽强的性格，同时这段经历变成他日后刻苦钻研烹饪技术的力量源泉。1971年，他被分配到乌当区饮食公司工作，开始了他的烹饪生涯。

刚参加工作时，他干过采购员、保管员，后来一次偶然的的机会，他进入了烹调这个行业，并拜当时在饮食界很有名的川菜师傅张德祥先生为师。记得他的烹饪第一课是跟着帮忙做酒席，师父那精湛的技术吸引了他，使他的艺术潜质与烹调艺术有了一次火花碰撞，他在那一刻才真正认识了烹饪艺术，并立志要学好烹调技术。真是衣带渐宽终不悔，技高皆从勤奋来。刚学习烹调技术时，他制定学习计划，从基本功练起，在师父的指导下用重刀练习各种刀法，每天必须练数千下剁刀、推刀、拖刀、推拖刀等各种刀法，还要翻用沙子盛放的重锅几百下，就这样先笨拙，后灵巧，各种刀法越来越熟，自信心大大加强，真正做到业精于勤，勤能补拙。他在学艺的时候，正是文化大革命后期，原料缺乏，师父只能是口授，很多菜肴是每周到师父家，师父讲每一个菜的主料、配料及操作过程，回来后用笔记录下来，同时心里融会贯通所有的要点、难点，并亲自实践一遍，这为他后来编写菜谱打下了坚实的基础。

1978年，他由单位选派到四川成都学习，得到了川菜名厨孔道生、陈海清、华兴昌、徐德章的精心指导。1981年他调入贵州省政府接待处八角岩饭店工作。在此期间参加接待首长的工作，这对他又是一个学习的机会，一个使自己制作的菜肴更加精致、更加细化、更加完善的学习机会。

1988年，他有幸被派驻海南工作，在此期间，他开始涉足粤菜的烹调，尤其是粤菜的先进理念，对他根深蒂固的传统川菜技术思想是一种很强烈的冲击。于是他端正思想，虚心求教，并逐步掌握海鲜的制作技术及火候，芡汤的调制、原料的腌制等技术有很大提高。

1993年，他报名参加了第三届全国烹饪技术比赛贵州选拔赛，在贵州赛区选拔赛中取得了优异成绩，后来参加全国比赛时名落孙山，

只得了一块铜牌，感到自责。原因是多方面的，但这也使他充分认识到天外有天，激发了他的自尊，回去后在哪跌倒的，在哪站起来，不能为贵州的同行和自己丢脸。回去之后他卧薪尝胆，自己拟定了学习计划，每一周除了打工上班时间，晚上构思设计艺术冷盘和雕刻作品，用了3年时间，1996年编写了第一本书《中国现代珍盘艺术与食品雕刻》，得到同行和老师的认可。

1996年，他开始了烹饪教学工作，为了使学学生能比较系统地学习烹调技术，他白天在山林酒店上班，晚上编教材，后来根据贵州的实际编写的《贵州烹调实用教材》、《学厨入门》也就是在这本教材的基础上改进出版的，得到了年轻学员的赞扬，每年都要收到几百封读者来信。2002年3月，在一群热爱黔菜的弟子的帮助下，王大师又完成了《黔菜集锦》一书的编辑出版工作。在他编写此书的同时，已经完成另一本书《黔菜精粹》（暂定名）的制作工作，文字也在编写当中，计划在今明两年出版。此外，他还抽时间完成了贵州烹协主编的《贵州烹饪百科全书》中烹料原理的文字编辑工作，以及贵阳烹协主编的《中国名菜大典·贵阳卷》的审稿工作，任务是艰巨的，他时时感觉到一种责任感和时代的使命感在鞭策自己，不断激励自己，使自己不断进步。

王世杰上课时常常教育学生要讲职业道德，一位好的厨师，不仅要有高超的技术，一定的文化素质，孜孜不倦的学习精神，更要有良好的厨德。厨德体现在具体的工作中，如衣冠整齐、行为规范、无不良嗜好等。所以他亲自培养的学生数以千计，大部分分散在全国各地，在自己的岗位上努力工作学习，这也是与他前期的教育分不开的。王世杰工作很忙，他每天除了教学生，还得在他开的餐厅给客人做菜，用他的话来讲三天不练手艺生。此外，除了开会、学生考试、写文章等时间，每天还抽两个小时练笛子，每周两晚上在业余民乐团排练，并担任民乐团的团长，每月在世杰黔菜馆同书画派的书画家朋友搞一次笔会，有时灵感来时，写篇赋或散文在《中国烹饪》、《贵州美食》上发表。

王世杰代表作品有《中国现代珍盘艺术与食品雕刻》、《黔菜集锦》、《学厨入门》、《黔菜精粹》（待出版）。他写的文章很有文采，其代表作品有《学厨二三事》、《烹饪中的音乐》、《乡村拾遗》、《厨师节随笔》，此外还有有关黔菜的发展论文多篇。他为贵州黔菜写的赋很多，其代表作有《宫保鸡赋》、《酸汤鱼赋》、《清汤鹅赋》、《牛背筋赋》、《江湖奇肴赋》、《贵阳美景美食赋》等。他把菜肴和文化艺术结合在一起，把贵州民族菜肴搬上饮食舞台。因为他对贵州烹饪事业的贡献，原国家民委主任委员、原贵州省省长王朝文同志称赞他：黔菜开发，继往开来，打造品牌，世杰领先。

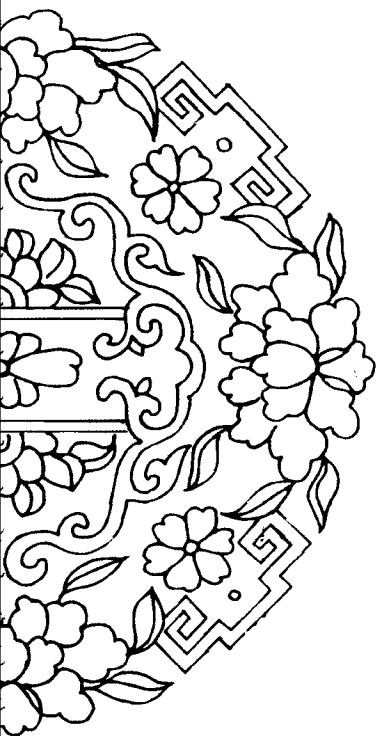
目 录



14	风味炸羊腿
16	臭豆腐蒸花蟹
18	棒子鱼
20	香菜炒饺子
22	盐酸皇冠虾
24	酥皮大虾
26	蕨粉香芋鸡
28	土豆烧甲鱼
30	碧绿凤穿鲜鱿卷
32	鸡汁萝卜
34	香菌扣风肉
36	南瓜球烧凤腰
38	熊掌豆腐
40	香沙金骨

绣球鱼翅	42
双味菊花拼	44
金丝奇香肉串	46
鲜椒嫩鱼片	47
挂霜杨梅	48
香糟墨斗鱼	50
金牌蕨粬丝	52
紫米鲜虾煎藕饼	54
迷宗香菌鸭	56
鸡蒙黄花菜	57
米汤萝卜丝扒鱼头	58
布依牛干粬	60
布依豆腐	62
鸡汁土鱿鱼	64
糟香深海鱼头	66
泡椒瑶柱烧鸭脯	68
挂汁茄夹	70
贵州太爷鸡	72





- 74 老干妈炆鱿鱼
- 75 纸包糯米鸡
- 76 小米椒仔鸡
- 78 火爆甲鱼
- 80 街边马虾
- 82 和尚米皮
- 84 白果鸡丁
- 86 酸汤鸡面
- 88 黔味小腩肉
- 90 老干妈拌苦瓜
- 92 香肠烘蛋
- 94 苗家三脆

风味炸羊腿



用料

主料：黑山羊腿 1 只（重约 1500 克）

配料：黄瓜条 30 克

调料：花溪产五香辣椒粉 25 克、京酱 20 克、大葱 20 克、蒜 20 克、八角 15 克、陈皮 20 克、砂仁 20 克、盐 5 克、红曲米 30 克、味精 5 克、料酒 30 克、姜 1 块、葱结 1 束、干辣椒 5 根、甜酒 10 克、油适量

制作步骤

1 将八角、陈皮、砂仁、盐、红曲米、味精、甜酒、姜、葱、干辣椒、料酒制成红曲卤水，将羊腿卤 2 小时，将罐端离火口，浸 1 小时后捞出，滤干水汽。

2 将锅上火，加油烧至七成熟时，下羊腿炸成金红色，滤油，改刀拼成原形上桌。随菜撒上辣椒粉、京酱、黄瓜条、大葱、蒜，一起上桌即成。

制作关键

- 卤制羊腿时要注意浸泡时间。
- 炸羊腿时要注意油温，切勿炸糊，以免影响味道。



皮酥肉嫩，香辣可口，滋味多样。

