

# 广东菜 (修订本)

## · 烹饪教材 ·

广州市服务局烹饪教研组 编



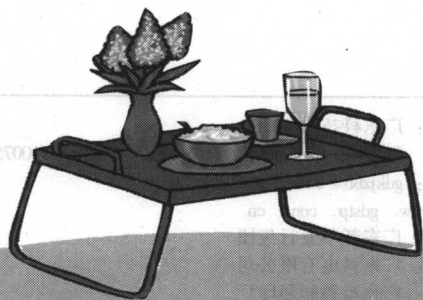
广东科技出版社

ISBN 7-2328-3204-4

广东菜 (修订本)

· 烹饪教材 ·

广州市服务局烹饪教研组编



广东科技出版社

· 广州 ·

。余国茶部飞印承已解，发内印第版何置或弄的因版党坡

## 图书在版编目 (CIP) 数据

广东菜: 烹饪教材/广州市服务局烹饪教研组编.  
修订本. —广州: 广东科技出版社, 2005.4

ISBN 7 - 5359 - 3504 - 4

I. 广… II. 广 III. 菜谱 - 广东省  
IV. TS972.182.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 014565 号

---

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路 11 号 邮码: 510075)

E - mail: gdkjzbb@21cn. com

http: //www. gdstp. com. cn

经 销: 广东新华发行集团

排 版: 广东科电有限公司

印 刷: 广州市穗彩彩印厂

(广州市石溪富全街 18 号 邮码: 510288)

规 格: 850mm×1168mm 1/32 印张 7.25 插页 2 字数 150 千

版 次: 2005 年 4 月第 2 版

2005 年 4 月第 15 次印刷

印 数: 261 161 ~ 267 160 册

定 价: 13.50 元

---

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。





菜炒虾球 (制法见第 186 页)

百花煎酿鸭掌 (制法见第 97 页)







**太爷鸡** (制法见第 86 页)

**百花玉环** (制法见第 146 页)

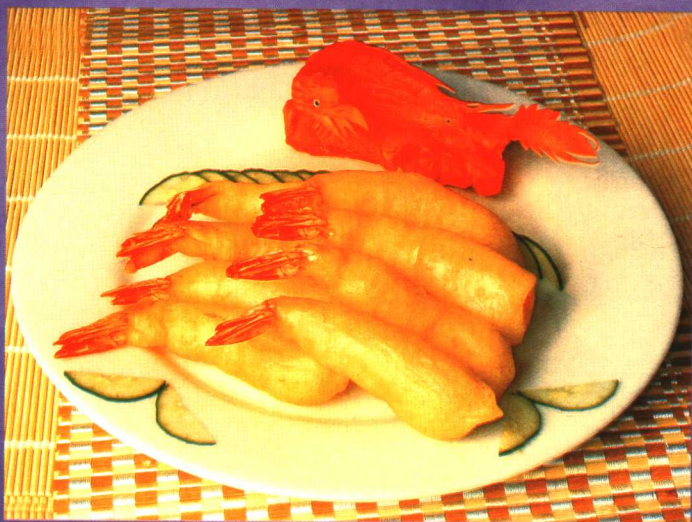






香麻酥蟹盒 (制法见第 148 页)

炸直子母虾 (制法见第 146 页)



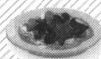


蒜子珧柱脯 (制法见第 116 页)

碧绿鳧鱼卷 (制法见第 100 页)







## 内容简介

本书首先讲述入厨的基本知识，然后介绍广东菜的烹饪与菜式，包括传统菜92个、创新菜67个和普通菜86个，一共245个菜式，均注明原料及其分量、制法和特点。最后专门叙述广东烧卤味及各种面制品的制法。书中还附有必要的插图。本书适合厨师阅读，也适合广大业余爱好者学习以及家庭烹饪应用。





## 出版说明

为了满足人们生活需要，提高饮食服务系统广大职工的烹饪技术，我们出版了本书。本书是在广州市服务局烹饪班教研组编写的、于1973年8月内部发行的《粤菜烹饪》一书的基础上，由原编者进行修订的。原书在编写过程中，参照了过去积累的资料，结合作者在实际操作中的经验，对广东的菜式品种、烹饪方法等作了整理，并有所创新。这次修订注意了恢复传统性和加强科学性。名称、术语力求通俗、准确。本书适合厨师阅读，也适合广大业余爱好者学习以及一般家庭烹饪应用。

1980年8月



## 修订说明

这次根据我社出版的《广东菜》1980年8月第1版，1989年2月第9次印刷的版本进行修订，主要是把全书计量单位改为我国统一实行的法定计量单位。为照顾尽可能宽的读者面，在法定计量单位之后仍附上原用的市制计量单位。其次，数字的用法也根据1987年1月1日国家有关部门公布的《关于出版物上数字用法的试行规定》进行了修订。

此外，对个别非规范的文字作了改动。

在此，对负责全书修订工作的梅盈冰同志，谨致谢意。

1989年10月



## 出版者的话

《广东菜(修订本)》一书出版以来，陆续被不少学校的有关专业或短训班选作教材，为了突出该书的这一特点，在今次出版时在原书名后加上一则副题：“烹饪教材”。书稿内容不变。书的全名为：《广东菜(修订本)·烹饪教材·》。

书中有个别菜式的用料对人体健康是否有害，近年社会上有些争议。如果子狸、蛇之类。本书不讨论这些争议谁对谁错，只把这些有关菜式作为饮食文化的历史资料记载下来。请读者严格遵守国家规定，凡禁食的不要烹制也不要食用。

2005年2月





# 目录

<b>第一章 入厨须知</b> .....	(1)
<b>第一节 工种分工和职责</b> .....	(1)
<b>第二节 主要工具使用及保养</b> .....	(2)
一、主要工具 .....	(2)
二、工具保养 .....	(3)
<b>第三节 原料识别和选用</b> .....	(4)
一、原料的识别 .....	(4)
(一) 海味干货类 .....	(4)
(二) 家禽类 .....	(7)
(三) 水产类 .....	(8)
二、原料的选择 .....	(15)
(一) 必须掌握各种原料的季节性 .....	(15)
(二) 必须了解原料的产地 .....	(16)
(三) 必须熟悉原料各部位的使用 .....	(16)
三、原料质量鉴定 .....	(20)
<b>第四节 原料的保藏与活养</b> .....	(22)
<b>第二章 原料的初步加工</b> .....	(25)
<b>第一节 蔬菜瓜果剪改法</b> .....	(25)
<b>第二节 干货海味浸发法</b> .....	(27)
一、冷水发 .....	(27)
二、浸焗发 .....	(28)
三、浸焗煲发 .....	(28)
四、蒸发 .....	(29)

---

五、煲发 .....	(29)
六、油发 .....	(29)
七、火发 .....	(30)
<b>第三节 湿货洗剪拆法 .....</b>	<b>(30)</b>
一、洗生蚝 .....	(31)
二、洗猪肺 .....	(31)
三、洗猪肚 .....	(31)
四、剪大虾 .....	(31)
五、拆鸭掌 .....	(32)
六、拆鸡脚 .....	(32)
七、拆蛇肉 .....	(32)
八、拆蟹肉 .....	(33)
<b>第四节 各种动物的初步加工 .....</b>	<b>(33)</b>
一、宰鸡 .....	(33)
二、宰鹅 (鸭) .....	(34)
三、宰猪 (乳猪) .....	(35)
四、宰鹧鸪 .....	(35)
五、宰海狗鱼 .....	(36)
六、宰蟹 .....	(36)
七、宰水鱼 .....	(36)
八、宰鲈鱼 .....	(36)
九、宰生鱼 .....	(37)
十、宰山斑鱼 .....	(37)
十一、宰石斑 .....	(37)

---

---

十二、宰塘鱼 .....	(38)
<b>第三章 切配知识</b> .....	(39)
<b>第一节 刀工的要求</b> .....	(39)
<b>第二节 刀法的运用</b> .....	(41)
一、斜刀法 .....	(41)
二、平刀法 (直推拉刀片、拉刀片) .....	(41)
三、企刀法 (直刀法) .....	(42)
(一) 丁类 .....	(42)
(二) 丝类 .....	(42)
(三) 球类 .....	(43)
(四) 片类 .....	(43)
<b>第三节 馅料和半制成品的腌制法</b> .....	(47)
一、馅料腌制法 .....	(47)
二、半制成品腌制法 .....	(50)
<b>第四节 “料头”的分类和使用</b> .....	(52)
一、“料头”的分类 .....	(53)
二、“料头”的使用 .....	(53)
<b>第五节 雕花、拼盘</b> .....	(55)
一、雕花 .....	(55)
(一) 雕花工具和运用 .....	(55)
(二) 雕花手法及刀法运用 .....	(57)
(三) 雕花应注意的事项 .....	(59)
二、拼盘 .....	(60)
(一) 砌拼盘的关键 .....	(60)

---



(二) 砌拼盘的用料 .....	(61)
<b>第四章 烹调 .....</b>	<b>(64)</b>
<b>第一节 烹调的基本知识 .....</b>	<b>(64)</b>
一、调味 .....	(64)
二、菜肴烹制及火候运用 .....	(65)
三、芡色运用及操作姿势 .....	(66)
<b>第二节 各种汤类、汁类制法 .....</b>	<b>(67)</b>
一、熬汤 .....	(67)
二、汁类 .....	(68)
<b>第三节 上粉、上浆、造型 .....</b>	<b>(70)</b>
一、上粉、上浆 .....	(70)
二、造型 .....	(73)
(一) 烹调后造型 .....	(73)
(一) 烹调前造型 .....	(74)
<b>第四节 基本烹调方法 .....</b>	<b>(76)</b>
<b>第五章 各类菜式及制法 .....</b>	<b>(84)</b>
<b>第一节 传统名菜 .....</b>	<b>(84)</b>
一、三鸟类 .....	(84)
1. 江南百花鸡 .....	(84)
2. 花雕肥鸡 .....	(85)
3. 园林香液鸡 .....	(85)
4. 金华玉树鸡 .....	(85)
5. 脆皮鸡 .....	(86)
6. 太爷鸡 .....	(86)

7. 广州文昌鸡 .....	(86)
8. 香露炖鸡 .....	(87)
9. 东江盐焗鸡 .....	(88)
10. 葱油焗鸡 .....	(88)
11. 潮州豆酱鸡 .....	(89)
12. 彩蛋片皮鸡 .....	(89)
13. 干煎鸡脯 .....	(90)
14. 竹笙川鸡片 .....	(90)
15. 豆苗鸡丝 .....	(91)
16. 鸡丝会鱼面 .....	(91)
17. 棉花滑鸡丝 .....	(91)
18. 油泡鸡片鲟鱼 .....	(92)
19. 潮州烧雁鹅 .....	(92)
20. 片皮挂炉鹅 .....	(93)
21. 柱侯甑肥鹅 .....	(93)
22. 金陵片皮大鸭 .....	(94)
23. 东江窝全鸭 .....	(94)
24. 八式扒大鸭 .....	(95)
25. 红棉嘉积鸭 .....	(95)
26. 蟹黄百花窝烧鸭 .....	(96)
27. 百花煎酿鸭掌 .....	(97)
28. 蚝油鸭脚 .....	(97)
<b>二、海塘鲜类 .....</b>	<b>(98)</b>
29. 清蒸嘉鱼 .....	(98)
30. 清蒸大鳊鱼 .....	(98)
31. 清蒸边鱼 .....	(99)
32. 金腿三拼鲈 .....	(99)
33. 香滑鲈鱼球 .....	(99)
34. 窝贴鲈鱼 .....	(100)

35. 碧绿鳊鱼卷 .....	(100)
36. 鳖肚炖山瑞 .....	(101)
37. 杏元炖山瑞 .....	(102)
38. 原只焗酿山瑞 .....	(102)
39. 生炒水鱼丝 .....	(103)
40. 瓦罉焗水鱼 .....	(104)
41. 广肚炖海狗 .....	(104)
42. 油泡鲜虾仁 .....	(105)
43. 白雪鲜虾仁 .....	(105)
44. 油泡虾丸 .....	(105)
45. 煎焗酿明虾 .....	(106)
46. 干煎虾碌 (段) .....	(106)
47. 干煎虾脯 .....	(106)
48. 翠绿酿虾扇 .....	(107)
49. 云腿虾茸夹 .....	(107)
50. 百花酿北菇 .....	(107)
51. 白灼螺片 .....	(108)
52. 冬笋螺片 .....	(108)
53. 香炸蟹盒 .....	(109)
54. 脆皮炸蟹钳 .....	(109)
55. 油泡挞沙 (龙脷鱼) 球 .....	(109)
56. 松子鱼 .....	(110)
57. 郊外鱼头 .....	(110)
三、海味干货类 .....	(111)
58. 红烧大裙翅 .....	(111)
59. 清汤大散翅 .....	(112)
60. 鲜掌琵琶翅 .....	(113)
61. 清汤蟹底翅 .....	(113)
62. 蟹黄鱼翅 .....	(113)