

林承步 著

西餐烹飪指南



科学普及出版社

西餐烹飪指南

林承步 著

科学普及出版社



(京)新登字 175 号

图书在版编目(CIP)数据

西餐烹饪指南/林承步著. —北京:科学普及出版社,
1994. 9

ISBN 7—110—02909—3

I. 西…

II. 林…

III. 烹饪—西方国家

IV. TS972.1

责任编辑:赵震东

封面设计:王 福

技术设计:王震宇

科学普及出版社出版

北京海淀区白石桥路32号 邮政编码: 100081

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

中国农业出版社印刷厂印刷

开本: 787×1092毫米 1/16 印张: 30 插页: 8 字数: 650千字

1994年9月第1版 1994年9月第1次印刷

印数: 1—3000册 定价: 48.00元

發展飲食烹飪文
化，造福于人民。

嚴濟慈題

中餐名揚世界
西餐落戶全球

初秋
九九年十月

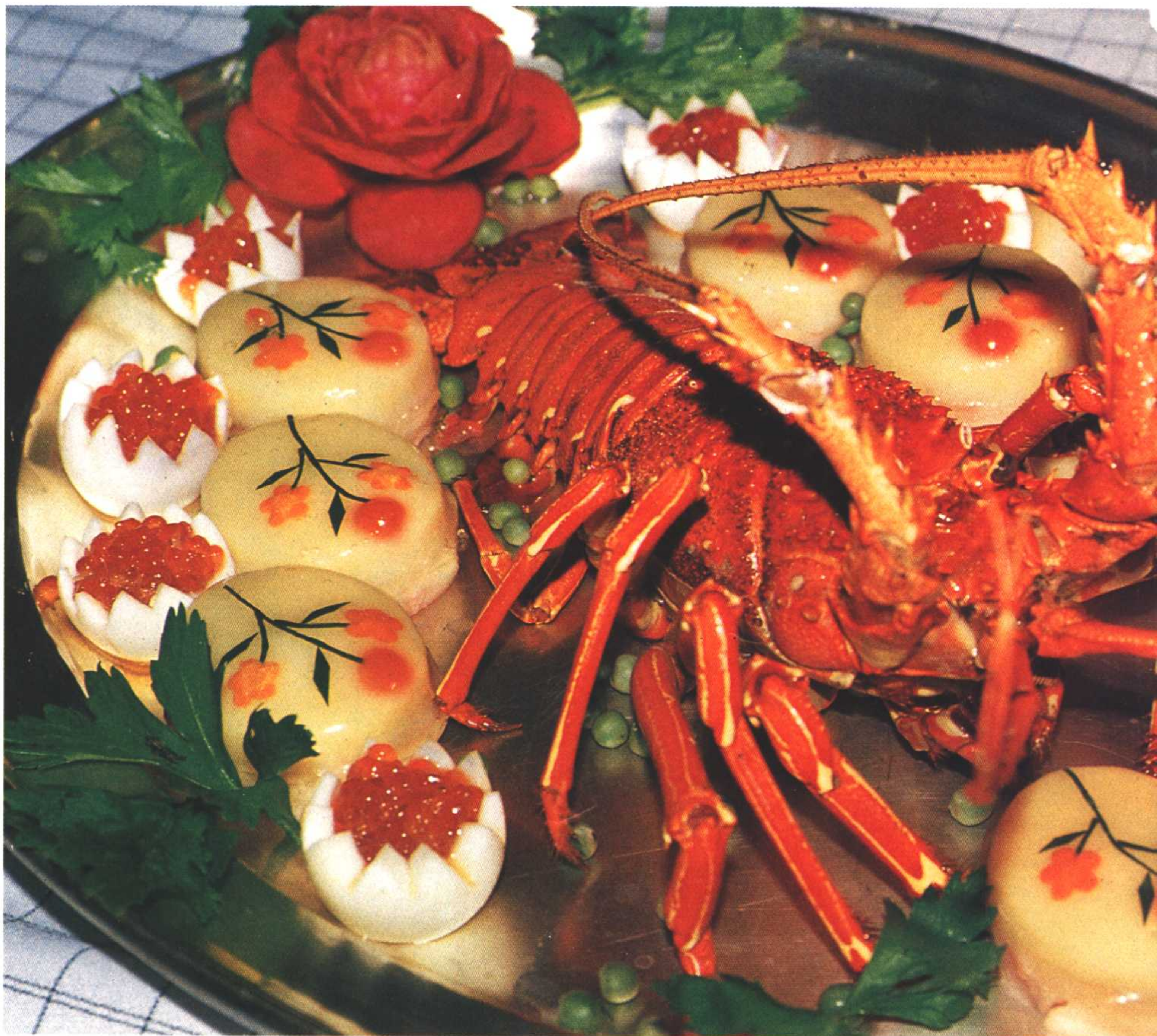
推廣西餐烹飪
擴大文化交流

張勁夫

九九年十月



作者与谷牧同志在一起



龙虾冻



烤火鸡



纸包鸡

烤肉鸡 黄油鸡卷



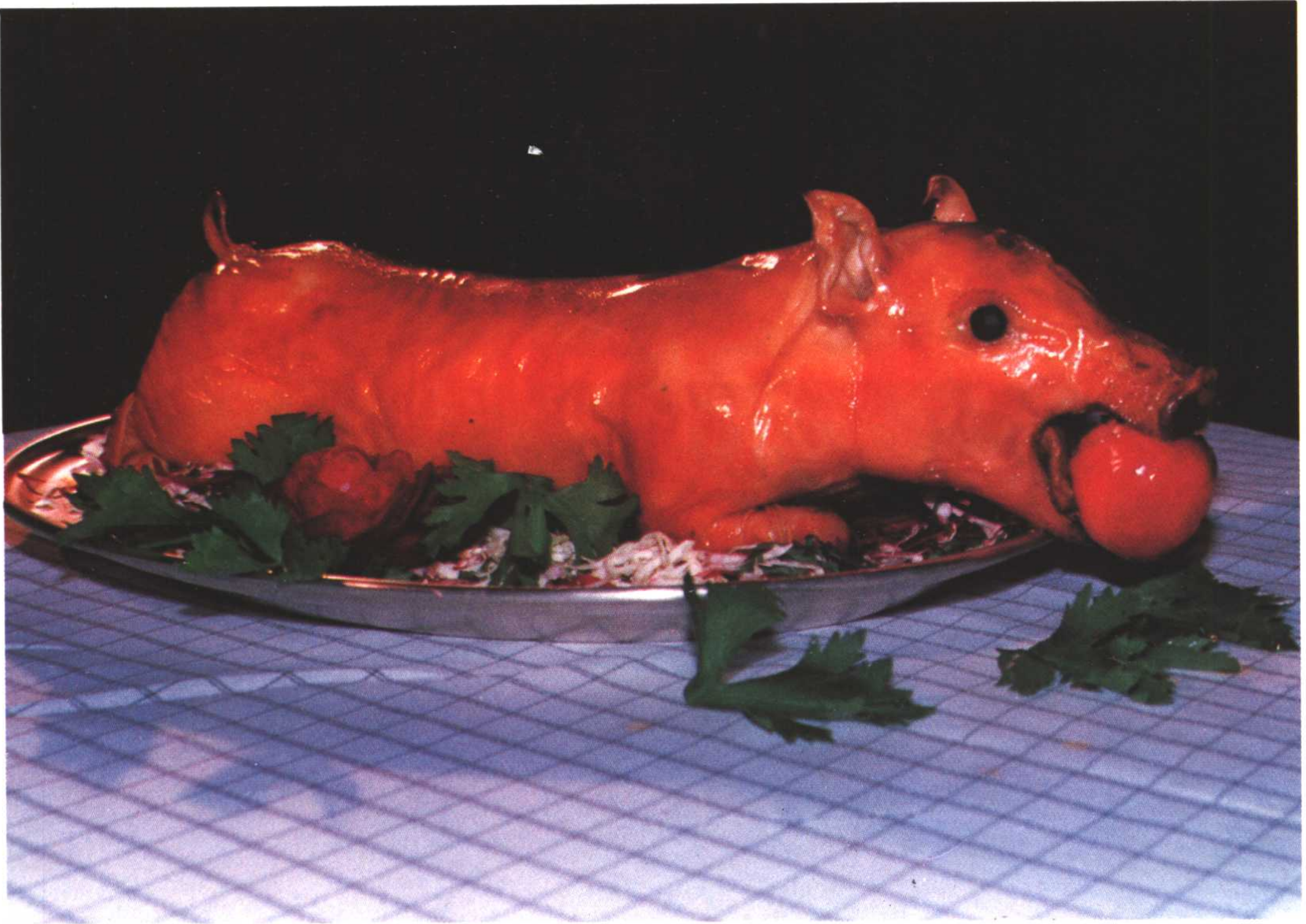


马乃斯鱼
大 虾 冻

蕃茄大虾
桂 鱼 冻

菠萝鸭





烤乳猪

高加索烤羊肉串



奶油烤鱼



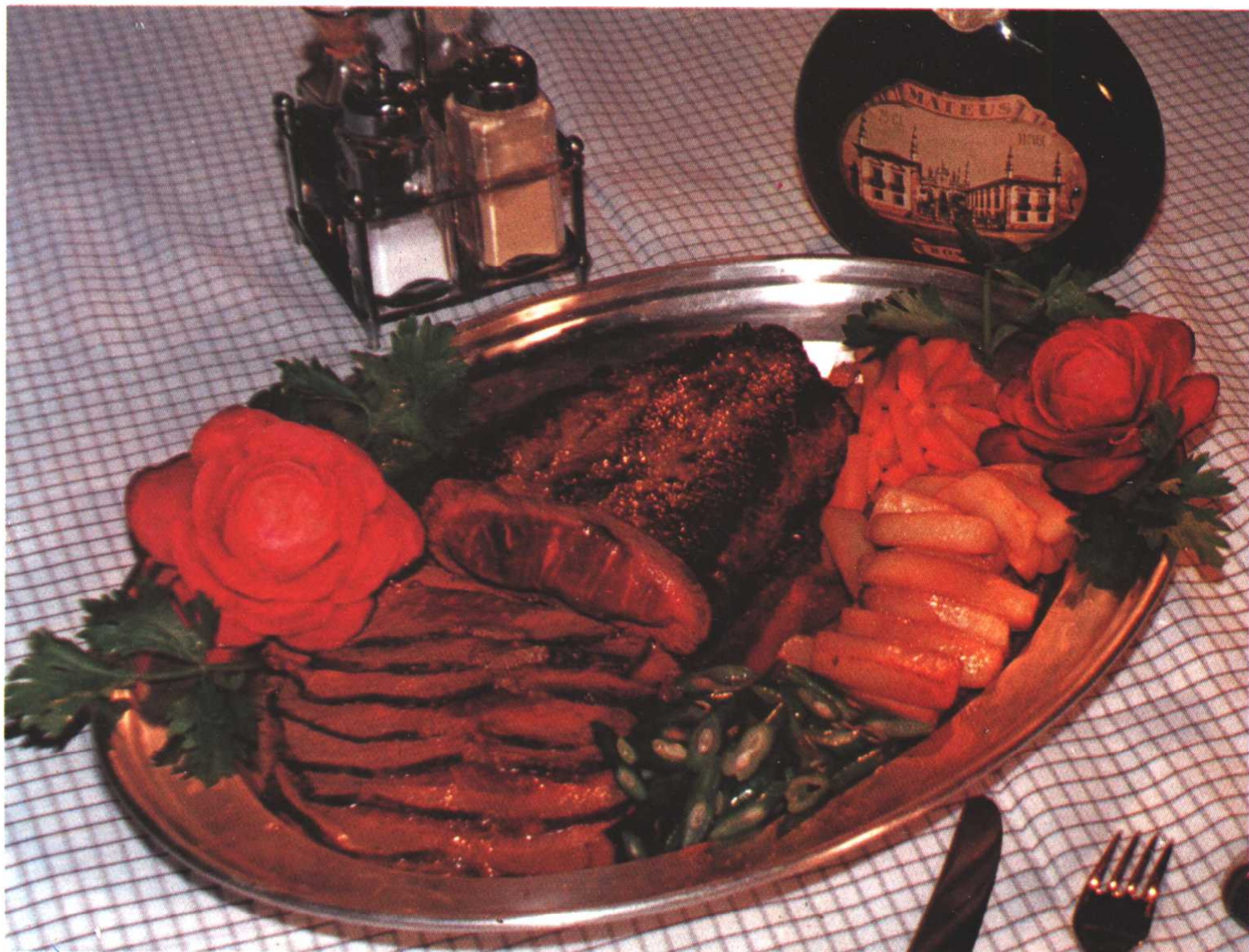
蛋黄填鸡旦





火锅里脊 鲜蘑里脊
素沙拉

烤牛排





西瓜盅

序

西餐,作为西方文化的一角,传入中国虽然历史不算太长,但经过人们的努力,不断完善,已自成体系,成为中国烹饪业的重要组成部分。它正在接待工作、旅游事业及人们的日常生活中发挥着举足轻重的作用,可算是烹饪园地里的一朵璀璨的奇葩。

但是,世上的味是尝不完的,烹饪的发展是无尽头的,何况西餐又是外来的文化,就目前而言还属技术超理论的发展畸形,因此更需要有系统理论的书籍来进一步指导实践。今天,特一级西餐技师林承步师傅编著的《西餐烹饪指南》即将出版了。这是他用了多年的心血,广摘西餐烹饪之精华,集前人的智慧与经验,通过自己的切身体会凝结成册,实堪称道。

林承步师傅从业 40 余年,一贯勤于学习,勇于钻研,在烹饪园地里辛勤地耕耘着,他不放过任何机会,搜集资料,积累经验,丰富知识,在西餐烹调技艺和理论知识方面均有较深的造诣。他在书中从烹饪的科学性、技术性、实用性、艺术性等方面,用酣畅的文字,循序渐进,步步升华,使人耳目一新,很值得一读。愿此书能在烹饪事业的发展中起到推动作用。

兹值此书出版之际,谨作此序,以飨读者。

郭献瑞

一九九四年八月

寫在前面

近两年来,我集中精力,根据多年的实践经验,在分析、整理长期收集的资料基础上,并借鉴了一些有关著作,编著了《西餐烹饪指南》一书,正当我从事烹饪事业 40 周年之际正式完稿了。这不是偶然的巧合,而是我为了纪念从事烹饪工作 40 周年有意安排的。今天能把它奉献给广大读者,了却了我一桩心愿,感到是一件畅心快事。

众所周知,西餐不属土生土长,而是外来的文化,资料的严重不足给西餐烹饪理论的研究带来了很大困难,因而给《西餐烹饪指南》一书的编写增加了一定的难度。但我还是尽最大努力使书中内容尽量具备完整性和全面性,进而达到科学性、艺术性、实用性、时代性的统一,力求做到读之通俗易懂,用之得心应手。为了使烹调方法具体化,书中列举了部分菜肴实例,供读者参考。实例中所用的原料均按 10 份计算。

在编写过程中得到许多同行的帮助和多方人士的支持,尤其值得提到的是:原北京市副市长、中国烹饪协会特邀顾问、北京烹饪协会理事长郭献瑞老先生为本书撰写了序,谨表谢忱。

林承步

一九九四年八月

目 录

概述.....	(1)		
(一) 西餐的概念.....	(1)	波兰	(10)
(二) 西餐发展简史.....	(1)	捷克	(10)
(三) 西餐在中国的传播及发展.....	(3)	保加利亚	(10)
(四) 诸国食经.....	(5)	罗马尼亚	(11)
法国.....	(5)	墨西哥	(11)
英国.....	(6)	巴西	(11)
意大利.....	(7)	秘鲁	(12)
前苏联(现已解体).....	(7)	阿根廷	(12)
德国.....	(8)	古巴	(12)
美国.....	(9)	荷兰	(13)
加拿大.....	(9)	比利时	(13)
匈牙利.....	(9)		
一、厨房人员组织.....	(15)		
(一) 厨师长	(15)	(3)制汤厨师.....	(16)
1. 厨师长的主要任务	(15)	(4)切配厨师.....	(16)
2. 厨师	(15)	(5)蔬菜厨师.....	(16)
(1)烹调厨师.....	(15)	(6)冷菜厨师.....	(16)
(2)烧扒厨师.....	(15)	(7)助手.....	(16)

二、厨房的布局与分工	(17)
(一) 厨房布局	(17)
(二) 厨房分工	(17)
1. 肉类加工间	(18)
2. 蔬菜加工间	(18)
3. 热菜加工间	(18)
4. 冷菜加工间	(19)
5. 面点加工间	(19)
三、厨房主要设备	(21)
1. 炉灶	(21)
2. 铁板灶	(21)
3. 扒灶	(21)
4. 蒸汽炉	(22)
5. 蒸汽汤炉	(22)
6. 油炸锅	(22)
7. 烤箱	(22)
8. 保温箱	(23)
9. 汤发箱	(23)
10. 咖啡炉.....	(23)
11. 烤面包机.....	(23)
12. 冷藏室.....	(23)
13. 冷藏箱.....	(23)
14. 保鲜箱.....	(23)
15. 制冰激凌机.....	(24)
16. 搅拌机.....	(24)
17. 绞肉机.....	(24)
18. 土豆去皮机.....	(24)
19. 滚轧机.....	(24)
20. 切面包机.....	(24)
四、厨房主要工具	(25)
1. 煎盘	(25)
2. 锅	(25)
3. 烤盘	(25)
4. 盆	(25)
5. 方盘	(25)
6. 勺	(25)
7. 水舀子	(26)
8. 厨刀	(26)
9. 案板	(26)
10. 搅板.....	(26)
11. 铲子.....	(26)
12. 蛋抽子.....	(27)
13. 花镊子.....	(27)
14. 削刮器.....	(27)
15. 裱花龙头.....	(27)
16. 花式模具.....	(27)
17. 花戳子.....	(27)
18. 肉钎子.....	(27)
19. 肉叉子.....	(28)
20. 擀面杖.....	(28)
21. 通心面杖.....	(28)
22. 冰激凌勺.....	(28)

23. 计司擦床.....	(28)	29. 簸箕.....	(29)
24. 切蛋器.....	(28)	30. 粉筛.....	(29)
25. 磅秤.....	(28)	31. 毛刷.....	(29)
26. 尺板.....	(28)	32. 剪刀和油纸.....	(29)
27. 面刮板.....	(28)	33. 裱花布袋.....	(29)
28. 粉帚.....	(28)		

五、烹饪原料的分类法..... (30)

(一) 按自然界来源及性质划分	(30)	地位划分	(30)
(二) 按原料加工划分	(30)	(四) 按原料商品的种类划分	(30)
(三) 按原料在菜肴生产过程中的			

六、烹饪原料品质鉴定法..... (31)

(一) 原料品质鉴定的意义	(31)	(6)从气味看其变化.....	(32)
(二) 原料品质鉴定的依据和标准	(31)	(三) 原料品质鉴定的具体方法	(32)
1. 原料固有的品质	(31)	1. 理化鉴定	(32)
2. 原料的纯度和成熟度	(31)	2. 感观鉴定	(32)
3. 原料的新鲜度	(31)	(1)嗅觉检验.....	(32)
(1)从形态看其变化.....	(31)	(2)视觉检验.....	(32)
(2)从色泽看其变化.....	(31)	(3)味觉检验.....	(33)
(3)从水份看其变化.....	(32)	(4)听觉检验.....	(33)
(4)从重量看其变化.....	(32)	(5)触觉检验.....	(33)
(5)从质地看其变化.....	(32)		

七、粮食及其品质检验法..... (34)

(一) 稻谷和大米	(34)	(四) 荞麦	(36)
(二) 小麦和面粉	(35)	(五) 玉米	(36)
(三) 大麦	(36)	(六) 粮食品质检验的具体方法	(37)

1. 大米的品质检验 (37)

2. 面粉的品质检验 (37)

八、蔬菜及其品质检验法 (39)**(一) 叶菜类** (39)

1. 圆白菜 (39)

2. 菠菜 (40)

3. 生菜 (40)

4. 芹菜 (40)

5. 香菜 (41)

6. 茴香菜 (41)

7. 油菜 (41)

8. 蕹菜 (42)

9. 茼蒿 (42)

10. 塌棵菜 (42)

(二) 果菜类 (42)

1. 黄瓜 (42)

2. 南瓜 (43)

3. 西葫芦 (43)

4. 冬瓜 (43)

5. 西瓜 (44)

6. 茄子 (44)

7. 番茄 (45)

8. 辣椒 (45)

(三) 茎菜类 (46)

1. 芦笋 (46)

2. 莴笋 (47)

3. 土豆 (47)

4. 番薯 (48)

5. 圆葱 (48)

6. 长葱 (49)

7. 大蒜 (49)

8. 百合 (49)

9. 姜 (50)

(四) 根菜类 (51)

1. 胡萝卜 (51)

2. 萝卜 (51)

3. 红菜头 (52)

(五) 豆类 (52)

1. 四季豆 (52)

2. 豌豆 (53)

3. 蚕豆 (53)

4. 大豆 (54)

(六) 花菜类 (55)

花椰菜 (55)

(七) 食用菌类 (55)

1. 鲜蘑 (55)

2. 口蘑 (56)

3. 香菇 (56)

4. 黑蘑菇 (57)

(八) 蔬菜的品质检验 (57)

1. 含水量 (57)

2. 外表形态 (57)

3. 颜色光泽 (57)

九、家畜肉及其质量检验法	(61)
(一) 常用家畜肉	(61)
1. 牛	(61)
2. 羊	(62)
3. 猪	(62)
(二) 家畜肉的检验	(63)
十、肉制品及其检验法	(64)
(一) 腌肉制品	(64)
1. 咸猪膘	(64)
2. 咸牛肉、咸牛舌.....	(64)
3. 咸猪板肉	(64)
4. 火腿	(64)
(二) 肉肠制品	(65)
1. 茶肠	(65)
2. 腊肠	(65)
3. 小泥肠	(65)
4. 意大利肠	(65)
5. 沙拉米肠	(65)
(三) 肉制品的检验	(65)
1. 咸猪膘的检验	(66)
2. 咸牛肉、咸牛舌的检验.....	(66)
3. 咸猪板肉的检验	(66)
4. 火腿的检验	(66)
5. 肉肠制品的检验	(66)
十一、家禽及其检验法	(67)
(一) 常用家禽	(67)
1. 鸡	(67)
(1) 雏鸡.....	(67)
(2) 大笋鸡.....	(67)
(3) 母鸡.....	(67)
(4) 肉鸡.....	(68)
(5) 公鸡.....	(68)
2. 鸭	(68)
3. 鹅	(68)
4. 火鸡	(69)
(二) 家禽肉的检验	(70)
1. 鸡	(70)
(1) 活鸡.....	(70)
(2) 光鸡.....	(70)
(3) 冻鸡.....	(70)
2. 鸭	(71)
(1) 活鸭.....	(71)
(2) 光鸭(宰后鸭).....	(71)
3. 鹅	(71)
4. 火鸡	(71)
(1) 活火鸡.....	(71)
(2) 光火鸡(宰后的火鸡).....	(71)

十二、野味及其检验法 (72)

- (一) 野禽 (72)
1. 山鸡 (72)
2. 松鸡 (72)
3. 鹧鸪 (73)
4. 岩鸡 (73)
5. 榛鸡 (73)
6. 竹鸡 (73)
7. 原鸡 (74)
8. 沙鸡 (74)
9. 斑鸠 (74)
10. 大雁 (75)
11. 野鸭 (75)
12. 鸽 (75)
- (1) 原鸽 (75)
- (2) 家鸽 (75)
- (3) 岩鸽 (76)
13. 鹌鹑 (76)
- (二) 野兽 (76)
1. 獐 (76)
2. 鹿 (77)
- (1) 梅花鹿 (77)
- (2) 马鹿 (77)
3. 狍 (77)
4. 黄羊 (77)
5. 野猪 (78)
6. 野兔 (78)
- (三) 野味的检验法 (79)
1. 野禽的检验 (79)
- (1) 死禽 (79)
- (2) 活禽 (79)
2. 野兽的检验 (79)

十三、蛋类及其检验法 (80)

- (一) 蛋壳 (80)
- (二) 蛋白 (81)
- (三) 蛋黄 (81)
- (四) 蛋的检验 (82)
1. 鲜蛋 (82)
2. 陈蛋 (82)
3. 散黄蛋 (82)
4. 贴皮蛋 (82)
5. 霉蛋 (82)
6. 热伤蛋 (82)
7. 血筋蛋 (82)
8. 臭蛋 (82)

十四、乳、乳制品及其检验法 (83)

- (一) 牛乳 (83)
1. 乳蛋白质 (83)
2. 乳脂肪 (83)
3. 乳糖 (83)