

中国烹饪大师作品粹

COOKBOOKS BY MASTERS
IN CHINESE CULINARY ART

【李培雨专辑】

总主编：杨柳
执行主编：高炳义
本册编著：李培雨

李培雨，1953年出生，山东省淄博市人。中国烹饪大师，中国烹饪协会理事，国家一级评委，高级技师，中国烹饪协会名厨专业委员会委员，中国鲁菜烹饪特级大师，山东省烹饪协会常务理事，山东省高级技师评委，济南市烹饪协会副会长。曾被国家民政部 and 解放军总政治部评为“全国军地两用人才先进个人”。现任山东省培雨培训学校校长。



青岛出版社

COOKBOOKS BY MASTERS IN CHINESE CULINARY ART

中国烹饪大师作品精粹

【李培雨专辑】

总主编 杨柳 执行主编 高炳义

本册编著 李培雨

青岛出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

中国烹饪大师作品精粹. 李培雨专辑 / 李培雨编著.

青岛: 青岛出版社, 2004.10

ISBN 7-5436-3182-2

I. 中... II. 李... III. 菜谱 - 中国

IV. TS972.182

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 102803 号

- 书 名 中国烹饪大师作品精粹 —— 李培雨专辑
总 主 编 杨 柳
执行主编 高炳义
本册编著 李培雨
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
制 版 青岛艺鑫制版有限公司
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

〔李培雨专辑〕

总主编 杨柳 执行主编 高炳义

本册编著 李培雨

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

1006年十月
姜齊



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** 李培雨

【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

苏杭成

2004年9月30日



作者简介

李培雨，1953年出生，山东省淄博市人，他17岁参军，一直在部队工作。现任济南空军鲁鹰宾馆副总经理，中国烹饪协会理事，中国烹饪协会名厨专业委员会委员，山东省烹饪协会常任理事，济南市烹饪协会副会长，国家一级评委，山东省高级技师评委，高级技师，经济师，中国烹饪大师，中国鲁菜烹饪特级大师。

1971年，李培雨参军来到济南空军某部炊事班工作。他不怕吃苦受累，在工作中逐渐体会到了学习和钻研烹饪技术的乐趣。

1974年，部队领导派他到烹饪技术学习班进修。在学习班上，他第一次聆听到老师们讲授的中国烹饪理论，大开眼界；启蒙老师李增义师傅高超的鲁菜功夫，更令他体验到中国烹饪文化的丰富内涵和烹饪技术的博大精深。从此，他决心下大力气，刻苦钻研，把继承和发展中国烹饪文化作为自己毕生的事业。他利用一切空闲时间，刻苦钻研烹饪理论；为了练好刀工，他在案前一站就是八九个小时；手上烫起了燎泡，用毛巾一包继续操作；学习班上学到的技术，他千方百计地引进到大锅菜的制作中，在粗菜细做中加深对烹饪技艺的理解；休息时间，他主动到战友家中炒菜做饭，为的是锤炼自己的技艺；为了掌握食品雕刻的技法，他通宵达旦地苦练，曾累得昏睡在工作台上，手被刺破流血也未察觉……总之，为了实现自己心中的梦想，他付出了常人难以想像的努力，甚至到了废寝忘食的痴迷程度。

功夫不负有心人。1983年10月，李培雨参加了济南空军组织的烹饪系统人员岗位练兵比武，他从几千名参赛者中脱颖而出，凭借着冷拼“孔雀开屏”、热菜“鸳鸯戏水”和一组精美的食雕夺得了热菜和食雕两项冠军，在空军引起了轰动。1985年，他参加了鲁、豫空军部队厨师评定统考，在这次考评中，他以热菜“扒

酿海参”和一款食雕取得两个满分，顺利通过了三级烹调师考评。同年，济空接待处鲁鹰宾馆成立，李培雨被选派进宾馆任厨师。同年，李培雨参加了山东省组织的二级厨师统考，以优异的成绩通过了考试，他的参赛作品“三吃玉杯蝴蝶虾”得了全省唯一的满分，被烹饪大师们誉为鲁菜新秀。也就在这一年，他的代表作品被拍成精美照片，登上了军委空军后勤部编写的《中国南北名菜谱》一书的封面，他也荣幸地被部队誉为“军中名厨”。

1986年，在空军岗位练兵比赛中，李培雨取得自选项目第一名和指定项目第二名。同年，被部队选送到山东省商业厅一级厨师培训班进修，受教于高级技师严景祥、初立建、郭经纬等鲁菜名师，后正式拜中国烹饪大师严景祥先生为师。1987年初，他又以总分第一名的成绩，顺利通过了一级厨师的考评。

1988年，李培雨代表空军部队参加全军第一届烹饪大奖赛。他不畏强手，沉着应战，先以制作精细、风味独特的“四喜包子”和“风味馄饨”等三款面点作品取得了面点第一名，接着以九款不同风格的美味佳肴征服了评委和观众，最终以总分第一的骄人成绩取得了热菜、冷菜和面点“三项全能”第一名，成为这次大赛获得金牌最多的人，受到洪学智将军和刘华清将军的亲切接见。同年5月，李培雨作为军旅代表之一，参加了全国第二届烹饪技术比赛。这次大赛强手如林，特级以上的厨师就有104人之多，且多是全国各大著名宾馆的掌厨人，见多识广，技艺高超。对部队的厨师们来说，这确实是巨大的压力。关键时刻，李培雨顶住压力，他和同伴精诚合作，一举夺得团体优胜奖第二名。他个人则因传统齐鲁名菜“九转大肠”取得满分，获得金牌；以热菜“飞燕金鱼”和“群龙戏珠”获得两枚银牌；冷拼“雄鹰展翅”也获得了铜牌。“空军的李培雨在全国大赛上一人独得四枚奖牌”的消息一时轰动了中国烹饪界。

从此，他开始驰骋于中国烹饪这个无比广阔深奥的领域，在传统的基础上创新成了他孜孜不倦的追求。他将获得金牌的大肠菜继续发展，创制出“富贵大肠”、“果味大肠”、“干煸大肠”、“糖醋大肠”等系列大肠菜，直至创制出被誉为“中国一绝”的“大

肠宴”。他在传统鲁菜的基础上，融会各大菜系之长，创制的“鱼翅冬瓜盅”、“飞燕归巢”、“火龙燕菜”、“银丝鲍鱼”、“干烧苹果鱼”等菜品，既保持了鲁菜的独特风味，又包含了其他菜系的优点，在国内、省内、军内举办的大赛中多次获奖。他大胆突破中国烹饪中冷菜不带汤汁的传统，悉心创制了带汁装碗上桌的“汁泡冷菜”系列，多达几十种不同原料、不同口味、不同色彩、不同造型的汁泡冷菜，成了鲁鹰宾馆的招牌菜。他还针对大型主题宴会的需要，以多样的卤酱技术、精细的刀工、鲜美的调味，结合多年来自学积累的美学知识，创制了多款大型花拼。在济空司令员林基贵主持的庆功会上，他创制了大型冷盘“飞向蓝天”，其宏伟的场景和精细的构图活脱脱把人带进了火热的空军军营，达到了思想性和艺术性的统一。二十多年来，经他创制或改进的菜品已达200余种，占了他制作菜品的70%以上。

进入20世纪90年代，李培雨在继续开发新鲁菜的同时，逐步把一部分精力转到著书立说、讲学传艺上来。他一方面在全国和省市组织的厨师培训班上授课、表演，一方面在工作单位边工作边收徒，培养他们高尚的厨德，并指导他们创制开发新菜品。他的弟子们进步都很快，有的20多岁就达到了名师的水平，作品在全国大赛中获得金奖。为了把技艺无私地传给有志于发展祖国烹饪事业的人们，他先后出版了《食雕·冷菜·热菜造型》、《鲁菜》、《烹饪艺术菜谱》、《菜肴美饰画谱》和《中华名厨李培雨烹饪技艺》等五部专著，将其多年来创制的作品毫无保留地展现出来，为发展祖国的烹饪事业做出了贡献。

1991年，他被国家民政部和解放军总政治部评为“全国军地两用人才先进个人”。1992年，被全国自学成才评委办公室评为“全国自学成才先进人物”。1996年，国家劳动部授予他“全国技术能手”称号。1999年，解放军总后勤部授予他“全军先进工作者”称号，事迹、成果被选入中国军事博物馆。其后，《中国名厨大典》、《世界名人录》、《专家人才库》、《民间名人录》等书多次将他的事迹收录其中，作专题介绍。在部队30余年，他先后荣立二等功两次、三等功三次，四次被济南军区空军树为“技术标兵”。

现在，李培雨正以他亲自建设、领导的“山东培雨职业培训学校”为基地，开展多种专业、多种形式的烹饪教育，决心将自己的知识和技艺传给下一代，培养新一代有理想、有道德、有文化、有技术的符合21世纪需要的烹饪人才，为继承和发展祖国烹饪事业奉献自己毕生的力量。

目 录



16		迎客松
18		六顺图
20		喜鹊登梅
22		什锦八卦
24		蝶恋花
26		鱼翅冬瓜盅
28		九转大肠
30		飞燕归巢
32		火龙燕菜
34		银丝鲍鱼
36		蟹黄鱼翅
38		干烧苹果鱼
40		金钱海参
42		五香鲑鱼

琉璃肉	44
芝麻肉丝	46
罗汉肚	48
冻粉鸡丝	50
姜丝白菜卷	51
桂花山药墩	52
丽花萝卜卷	54
老醋蜇头	55
四辣汁泡海肠	56
苦瓜汁泡鸳鸯贝	58
香辣龙虾球	60
拌海参	62
熘红果	64
水晶虾仁	66
琥珀桃仁	67
江米藕	68

