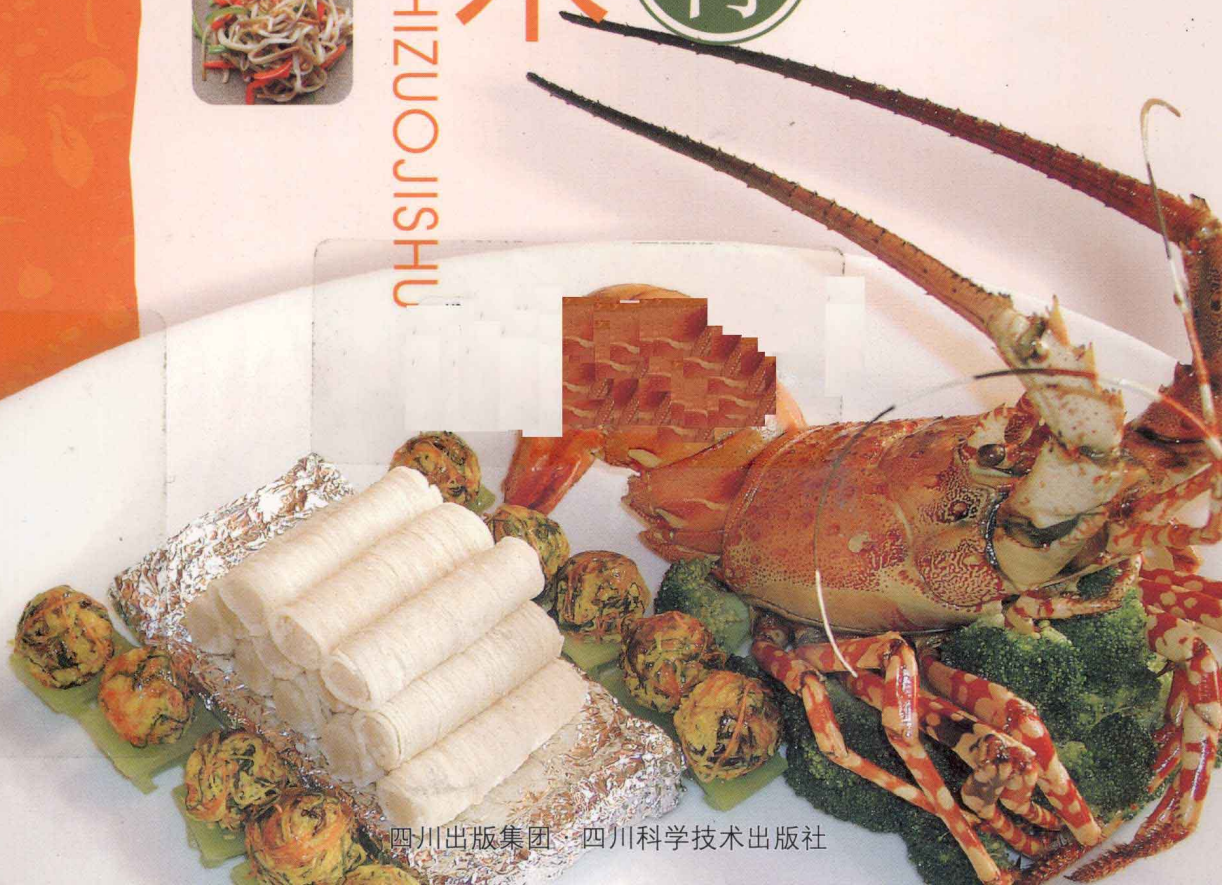


尹敏／编著

中式菜肴

制作技术

ZHONGSHICAITYAOZHIZUOJISHU



ZHONGSHI
CAIYAO
ZHIZUOJISHU

中式



菜

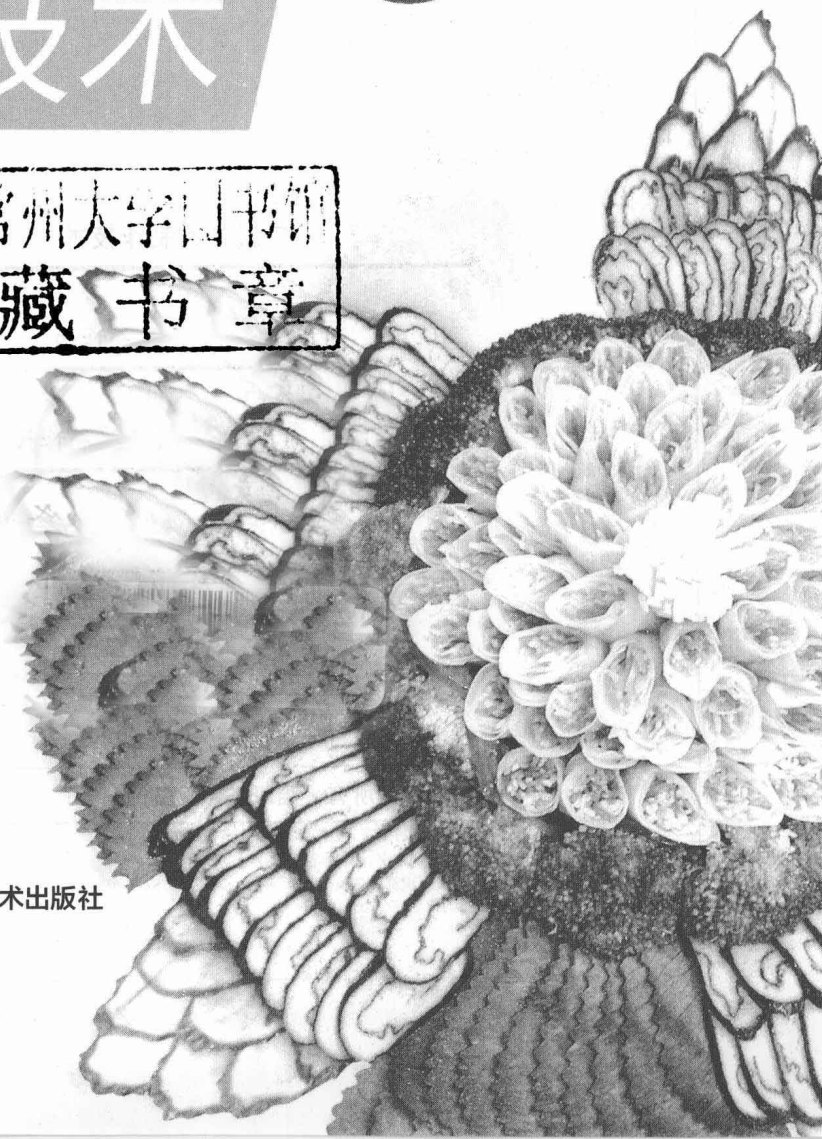
肴

制作技术

尹 敏 编著

常州大学图书馆
藏书章

四川出版集团·四川科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

中式菜肴制作技术/尹敏编著. - 成都:四川科学技术出版社,
2011.2

ISBN 978 - 7 - 5364 - 7110 - 8

I. ①中… II. ①尹… III. ①烹饪 - 方法 - 中国 IV. ①TS972.
117

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 233505 号

中式菜肴制作技术

编 著 尹 敏
责任编辑 宋小蓉
版式设计 康永光
封面设计 李 庆
责任校对 缪栋凯 苏晓宁
责任出版 周红君
出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社
成都市三洞桥路 12 号 邮政编码 610031
成品尺寸 240mm × 170mm
印张 21 字数 340 千 插页 9
印 刷 郫县犀浦印刷厂
版 次 2011 年 2 月第一版
印 次 2011 年 2 月第一次印刷
定 价 37.00 元
ISBN 978 - 7 - 5364 - 7110 - 8

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。

地址/成都市三洞桥路 12 号 电话/(028)87734035

邮政编码/610031

序



尹敏同志的书稿付梓之时,希望我写几句。

中国烹饪工艺是中华民族优秀传统文化,以其特色而在世界饮食文化中独树一帜。中国烹饪教育发展至今天,需要着力解决哪些问题、如何更好更快更科学地发展?

教育必须适应国家经济发展和人类进步的需求,烹饪教育必须培养适应我国餐饮业对人才的要求,以解决餐饮业现在和将来面临的问题,推动产业发展,提高人民生活品质。

中国烹饪工艺今后一段时期应重点在以下方面有所突破:一是工艺现代化,传统工艺的现代化是科技进步、经济发展和社会文明的必然,观念和工具、设施、设备、制度的现代化最为重要;二是中国烹饪的国际化,虽然我们说中国烹饪享誉世界,但中餐在国际餐饮业所占的份额,不免让我们有孤芳自赏的感觉,国际化的前提是规范化,进而标准化,重点是建立中餐工艺、服务、原料、菜点等的标准体系;三是科学化,在可预见的将来,中国将成为餐饮大国和强国,营养、安全、健康的餐饮是人们所追求的,也只有丰富科学内涵才能使中国饮食文化在国际上成为强势文化,当前应把餐饮服务环节的食品安全作为重点。

餐饮业的发展关键在人才,而人才的基础在教育。是为序。

卢一

2010年9月26日

于成都廊桥南岸小鲜书屋



目 录

第一章 概述	1
第一节 近代中国烹饪	1
一、中国烹饪的意义	1
二、中国烹饪的发展过程	1
第二节 味为核心,养为目的的中式菜肴	4
一、优选用料	5
二、精细加工	5
三、讲究火候和烹调方法	6
四、讲求风味	6
第三节 中国的地方风味菜	6
一、江苏菜	7
二、山东菜	10
三、广东菜	12
四、四川菜	15
五、湖南菜	18
六、湖北菜	19
七、北京菜	21
八、安徽菜	22
九、浙江菜	24
十、东北菜	26
十一、上海菜	29

十二、港澳台菜	31
第二章 中式菜肴制作的厨房设备与工具设施	34
第一节 餐具	36
一、盘类	36
二、碗类	36
三、盅类	36
四、味碟	37
五、吃碟	37
六、各种竹编、草编、藤编、木器、漆器盛器	37
七、厨师自己制作的用具	37
八、勺子	38
九、餐炊兼备用具	38
第二节 炊具	40
一、各种锅	40
二、各种搅拌、固定用具	45
三、过滤用具	46
四、调味用具	47
五、刀工用具	48
第三节 炉灶	50
一、炉灶必须具备的条件	51
二、炉灶的种类	52
第三章 中式菜肴制作的厨房工作分工	55
第一节 常见餐饮业的分类	55
一、饭食业	55
二、燕蒸业	55
三、面食业	56
四、腌卤业	56
五、火锅	56



六、烧烤	56
七、茶餐厅	56
八、茶市	56
九、明档明厨餐厅	57
十、食街	57
十一、排档	57
十二、冷酒馆	57
十三、冷啖杯	57
十四、麻辣烫	57
十五、食担	58
第二节 厨房的主要工种	58
一、红案	58
二、白案	63
第四章 中式菜肴烹制前原料的预处理	64
第一节 原料初步熟处理	64
一、焯水	64
二、过油	65
三、油炸	66
四、走红	67
五、汽蒸	68
六、煨味	68
七、爆	68
八、炼	69
第二节 原料造型及处理	69
一、穿	69
二、包	69
三、卷	69
四、挤	70
五、贴	70

六、酿(瓢)	70
七、扣	70
八、莢	71
九、摆	71
十、套	71
十一、捶	71
十二、其他方法	71
第三节 常用浆、粉的配制及种类	71
一、上浆、挂糊的意义	71
二、上浆、挂糊的作用	72
三、配制浆、粉的常备原料	73
四、浆、粉的种类、特征、配制方法	75
第四节 芡汁的应用	78
一、芡汁的意义	78
二、芡汁的作用	79
三、常见芡汁类型、特征	80
四、芡汁调制与使用	81
五、勾芡技法与要求	82
第五章 中式菜肴制作前半成品原料的准备	84
第一节 料头的使用	84
一、料头的意义及作用	84
二、料头的基本成形规格	85
三、著名菜肴料头的组合	86
第二节 肉类原料腌制	88
一、肉类原料腌制的意义及作用	88
二、肉类原料腌制所需调辅料的基本概况	89
三、肉类原料腌制的基本制法	91
四、肉类原料腌制的代表品种	91
第三节 馅料制作	95



一、馅料制作的意义及作用	95
二、馅料拌制的代表品种	95
第四节 常用调味品的复制加工	98
一、调味品复制的意义及作用	98
二、调味品复制的代表品种	99
第六章 中式菜肴制作的特色烹调方法	108
第一节 拌	108
一、中式菜肴拌制前原料的处理方法	108
二、装盘调味形式	110
三、拌制菜肴的代表菜	111
第二节 炸收	112
一、炸收菜肴的烹调程序	112
二、炸收菜肴的制作关键	114
三、炸收菜肴的代表菜	115
第三节 卤、酱	116
一、卤制菜肴的烹调程序	116
二、卤制菜肴的制作关键	117
三、卤汁制法	118
四、卤汁管理	118
五、酱制方法的应用	119
第四节 炆	119
一、热炆	120
二、冷炆	120
第五节 冻	121
一、明胶冻	121
二、琼脂冻	122
第六节 熏	122
一、生熏	123
二、熟熏	123

第七节 炒	124
一、拉油炒	125
二、软炒	127
三、滑炒	128
四、生炒	130
五、熟炒	130
第八节 爆	131
一、油爆	131
二、汤爆	132
第九节 熘	133
一、熘的操作步骤	133
二、炸熘	133
三、滑熘	134
四、软熘	134
第十节 泡(焐)	135
一、油泡	135
二、汤泡	136
第十一节 浸	138
一、油浸	138
二、汤浸	139
三、水浸	139
第十二节 灼	140
一、白灼	140
二、生灼	141
第十三节 煎	142
一、干煎	142
二、湿煎	143
三、软煎	144
四、蛋煎	145
五、半煎炸	146



六、酿煎	147
七、煎封	148
第十四节 炸	149
一、酥炸	149
二、吉列炸	150
三、蛋白稀浆炸	151
四、脆浆炸	152
五、脆皮炸	153
六、生炸	155
七、卷包炸	156
第十五节 烹	157
一、烹法的烹调程序	157
二、烹法的操作关键	158
三、代表菜	158
第十六节 焗	159
一、瓦罉焗	160
二、锅上焗	161
三、盐焗	162
第十七节 扒	163
一、汁扒	164
二、肉料扒	165
第十八节 烧	166
一、红烧	166
二、白烧	168
三、干烧	169
第十九节 焖	171
一、焖的特色	171
二、代表菜	171
第二十节 焬	173
一、焬法的烹调程序	173

二、焗法的操作关键	174
三、代表菜	174
第二十一节 煨(煊)	175
一、煨法的烹调程序	175
二、煨法的操作关键	176
三、代表菜	176
第二十二节 煲	177
一、清煲	178
二、浓煲	179
第二十三节 蒸	180
一、蒸法的特色	180
二、蒸法的火候掌握	181
三、代表菜	181
第二十四节 炖	183
一、原炖	184
二、分炖	184
第二十五节 挂霜	185
一、挂霜的烹调程序	186
二、挂霜的操作关键	186
三、代表菜	187
第二十六节 拔丝	187
一、拔丝的烹调程序	187
二、拔丝的操作关键	188
三、代表菜	188
第二十七节 蜜汁	189
一、蜜汁的烹调程序	189
二、蜜汁的操作关键	189
三、代表菜	190
第二十八节 烧烤	190
一、烧烤的特色	190



二、烧烤种类	191
三、代表菜	191

第七章 中式菜肴经典风味名菜 193

第一节 山珍海味菜肴 193

佛跳墙	193
红烧大群翅	194
火踵鱼翅	195
蚝皇鲍鱼	196
稀卤鲍鱼	196
原壳鲍鱼	197
侉炖驼峰	197
红烧驼掌	198
菊花全蝎	199
葱烧海参	199
海参丸子	200
竹丝鸡烩五蛇	200
林蛙戏水	201
人参鹿茸羹	202
砂锅煨鹿鞭	203
鲜奶鲜鱼唇	203
海红鱼唇	204
油爆鲜贝	204
龙虾刺身	205
雪耳蟹黄虾仁	205
蒜蓉斑节虾	206
油泡虾仁	206
雪花蟹斗	207
葫芦虾蟹	207
清炒大虾仁	208

龙井虾仁	209
三片敲虾	209
蟹黄虾丸	210
五彩炒虾丝	210
虾鲞	211
蟹生	211
瓦罈醉肉蟹	212
炒蟹黄油	212
XO 酱爆带子	213
豉汁蒸原只鲜带子	213
百搭酱炒生蚝	214
酥油鱿鱼丝	214
缤纷花姿片	215
鸡汤氽海蚌	215
奇妙海鲜卷	216
冷拌蜆皮	216
生炆河虾	217
煲龟苓汤	217
红焖水龟	218
干贝绣球	218
第二节 畜肉类菜肴	219
芝麻肉丝	219
晾肉	220
糖醋排骨	220
回锅肉	221
蒜泥白肉	221
鱼香肉丝	222
过油肉	222
东江炸春卷	223
走油豆豉扣肉	223



干扣肉	224
绉纱肉	224
荷叶蒸肉	225
香芋扣肉	225
百花酒焖肉	226
腐乳汁肉	226
糖醋咕噜肉	227
樱桃肉	227
五花肉炖粉条	228
锅爆肉	229
无锡肉骨头	229
生炒排骨	229
酥炸春花肉	230
清炖蟹粉狮子头	231
竹荪肝膏汤	231
珍珠丸子	232
火爆燎肉	232
风鱼烧肉	233
亮干肉	233
梳子夹干肉	234
炒肉拉皮	234
芜爆肚仁	235
九转大肠	235
金银蹄	236
卤水扎蹄	236
白云猪手	237
金腿脊梅炖腰酥	237
红烧牛头方	238
小笼粉蒸牛肉	238
水煮牛肉	239

毛牛肉	239
灯影牛肉	240
干煸牛肉丝	241
夫妻肺片	241
干烧牛筋	242
红烧牛掌	242
咖喱牛肉	243
汽锅牛肉	243
砂锅牛尾	244
当归牛腩	245
红烧护膝	245
秘制羊腩煲	246
涮羊肉	246
酱爆兔肉	247
满坛香	248
乳鸽酿猪肚	248
第三节 禽蛋类菜肴	249
人参贝母鸡	249
棒棒鸡丝	250
官爆鸡丁	250
太白鸡	251
辣子鸡丁	251
花椒鸡丁	252
小煎鸡	252
鸡豆花	253
叫化鸡	253
糟鸡	254
盐擦鸡	255
鸡骨酱	255
仔鸡炖黄蘑	256



脆皮炸鸡	256
德州五香脱骨扒鸡	257
米花鸡丁	257
太爷鸡	258
锅煽鸡片	258
糖酱鸡块	259
花雕鸡	259
锅烧鸡	260
椰奶炖鸡	260
糖醋金凤爪	261
夜来香炒鸡丝	261
醋焖鸡三件	262
蚝皇凤爪	262
紫金凤爪煲	263
金陵盐水鸭	263
杭州酱鸭	264
金陵烤鸭	264
樟茶鸭子	265
虫草鸭子	265
烤鸭白菜墩	266
陈皮扣鹅掌	266
芝麻鹅肠	267
天麻鸽脯	267
瓦罉煨乳鸽	268
芙蓉鸽松	268
西汁煨乳鸽	269
香酥鹌鹑	269
绉纱白鸽蛋	270
水炒鸡蛋	270
文楼涨蛋	271