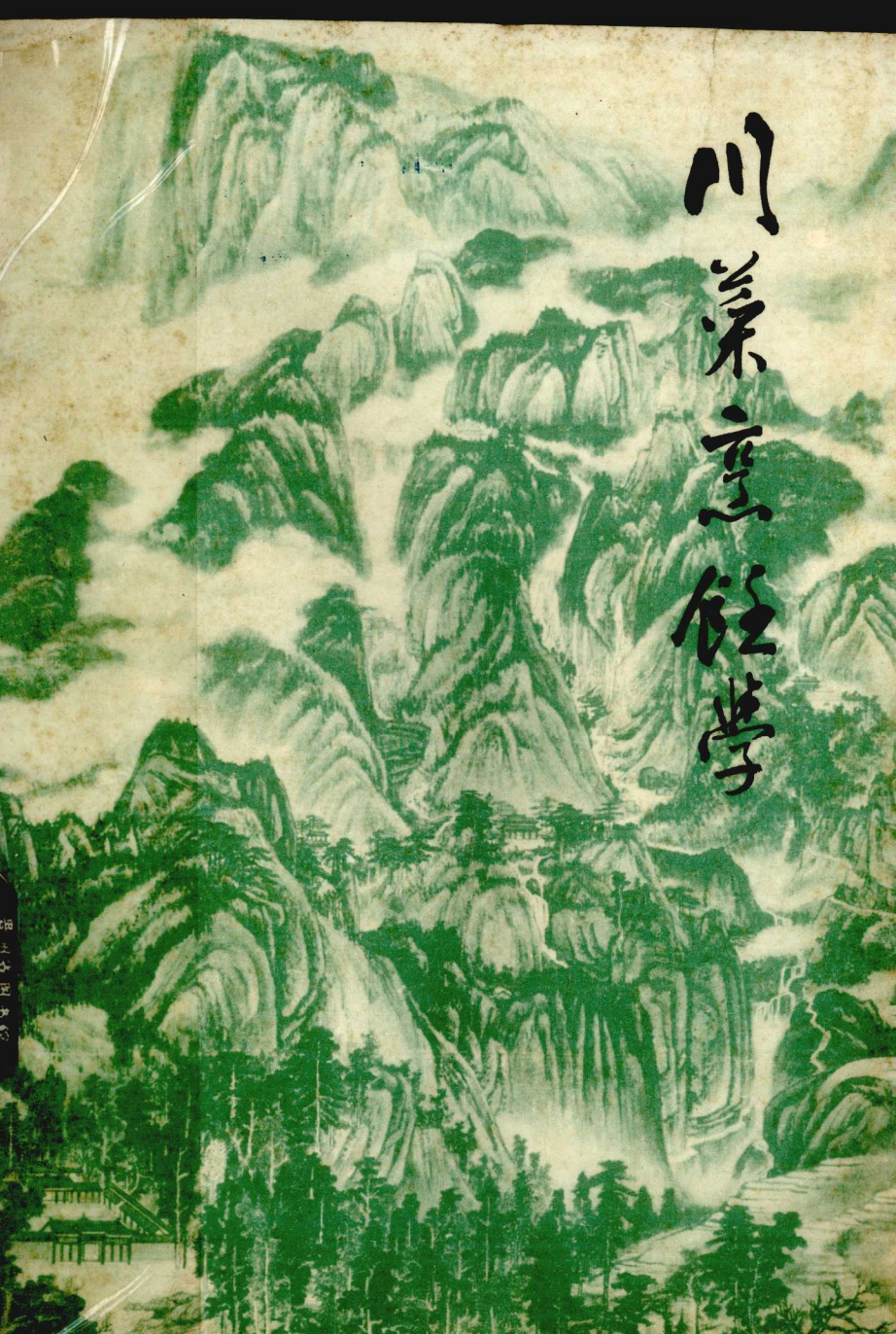


川榮意任學



前 言

川菜历史悠久，品种繁多，素以独特的烹饪技艺，誉满中外。为了继承和发扬这一宝贵遗产，满足人民生活日益提高的要求，以及适应旅游事业发展的需要，我们在原编《川菜烹饪》试用教材的基础上，通过教学实践，结合实际情况，并参考有关资料，编写了《川菜烹饪学》，作为试用教材。

《川菜烹饪学》分为上、下两册。上册《烹饪原料》，主要论述蔬菜、畜肉、禽肉、鱼类、蛋及蛋制品、食用油脂、干料、调味品等原料的特征、特点、产地、产期、营养成分、品质鉴别、食用方法和保管方法。有的品种还介绍了有关食疗方面的知识。下册《烹饪技术》，主要论述原料初步加工、干料涨发、刀工、食品雕刻、分部取料和整料出骨、配料、炉灶与火候、原料初步热处理和制汤、穿衣、码芡、勾芡、调味、烹调、装盘、筵席组合等技术。目的在于培养学生掌握川菜烹饪的基本知识和基本技能，通过理论联系实际，进一步加深独立操作的能力。

本教材除供饮食学校使用外，还可作为饮食行业在职人员自学的资料。

本教材在编写过程中，组织了顾问蒋伯春、张荣兴，特

级厨师徐德章，以及罗松柏、倪明忠、丁应杰、罗长松、谭明俊、李昌林、苏树生、邹荣仲等有关同志参加。由赵伟琛、彭鹏、张功甫、汤志信同志执笔编写。最后经学校领导审定。

我们特邀请名画家赵蕴玉同志为本教材设计封面，谨致谢意。

限于人力、时间和水平，错误疏漏在所难免，希广大读者批评指正。

四川省饮食服务技工学校

天府酒家

一九八一年三月

目 录

概 述	1
第一章 烹饪原料的初步加工方法	17
第一节 烹饪原料初步加工的基本要求	17
第二节 蔬菜类初步加工方法	18
第三节 家畜类初步加工方法	21
第四节 家禽类初步加工方法	23
第五节 鱼类初步加工方法	26
第二章 干料初步加工	29
第一节 干料初步加工的意义和要求	29
第二节 干料涨发方法	30
第三节 干料涨发实例	35
第三章 刀工技术	48
第一节 刀工的意义和基本要求	48
第二节 刀和菜墩	51
第三节 刀法的种类	56
第四节 刀工的运用和原料的成形	71
第五节 刀工技艺	75
第四章 食品雕刻	78
第一节 食品雕刻的重要性及其特点	78

第二节	食品雕刻的原料	79
第三节	食品雕刻的一般工具	80
第四节	食品雕刻的种类和刀法	86
第五节	雕刻品的保管及运用	100
第五章	分部取料和整料出骨	102
第一节	猪、牛、羊肉分部取料	102
第二节	整料出骨的意义和作用	107
第三节	整料出骨应注意的几个关键问题	108
第四节	整料出骨的方法	110
第六章	配 料	118
第一节	配料的意义及其重要性	118
第二节	配料的基本要求	121
第三节	工艺菜的配料	125
第四节	菜肴的命名	126
第七章	炉灶与火候	128
第一节	炉 灶	128
第二节	火 候	132
第八章	原料的热处理和制汤	141
第一节	原料热处理	141
第二节	制 汤	145
第九章	穿衣、码芡、勾芡	147
第一节	穿衣、码芡	147
第二节	勾 芡	151

第十章 调 味	154
第一节 调味的意义.....	154
第二节 基本味.....	156
第三节 调味的基本方法和原则.....	159
第四节 复合味的调制方法及运用.....	163
第十一章 烹调方法及其运用	197
第一节 烹调的意义和作用.....	197
第二节 烹调在整个菜肴制作过程中的地位.....	200
第三节 热菜烹调方法的运用.....	201
第四节 冷菜烹调方法的运用.....	216
第十二章 装 盘	235
第一节 装盘的基本要求和盛具的配合原则.....	235
第二节 热菜的装盘方法.....	239
第三节 冷菜的装盘方法.....	244
第四节 成菜温度与装盘.....	248
第十三章 筵席组合	249
第一节 筵席的一般概念和历史演变.....	249
第二节 筵席的类别和内容.....	252
第三节 筵席组合格式和内容.....	256
第四节 筵席的配菜.....	258
第十四章 泡腌菜	264
第一节 泡腌菜的起源, 价值和特点.....	264
第二节 泡菜的制法.....	265

第三节	泡菜原料的选择和洗涤·····	267
第四节	泡菜盐水的主、辅、香料的运用·····	268
第五节	泡菜的管理法·····	269
第六节	泡菜的吃法·····	274
附：店堂的日常工作与分工 ·····		276
第一节	招待的日常工作·····	276
第二节	水杂的日常工作·····	277
第三节	笼锅的日常工作·····	278
第四节	墩子的日常工作·····	279
第五节	炉子的日常工作·····	280
第六节	冷菜的日常工作·····	281
第七节	饭灶的日常工作·····	282
第八节	面点的日常工作·····	283

概 述

烹饪学是以人类的食物原料及其加工生产的全过程为研究对象的一门实用科学。

人类的食物原料，不外来自狩猎、采集、饲养和种植。经过漫长的岁月，随着人类社会的发展，人们的饮食也从茹毛饮血过渡到熟食，再逐步讲究烹饪技术，及食品的营养价值，使之具有营养丰富，色、香、味、形俱佳的特点。烹饪学作为一门科学，也就逐渐形成和发展。

我国烹饪技艺具有悠久的历史，它是随着社会生产的发展而相应地发展的。《论语》中有“沽酒市脯不食”的句子，可见，早在春秋时代就已有卖酒卖肉的店铺。《盐铁论》记有“今熟食遍列，涌旅成市”，说明在两千多年前的西汉，卖熟食的店铺已经比较多了。我国饮食业以精湛的烹饪技术和独特的风格，品种的丰富多采和浓厚的地方风味为广大人民所喜爱，在世界上也享有很高的声誉。这是我国广大劳动人民长期创造性劳动的成果和智慧的结晶，是我国民族文化遗产的一部分。

在历史上，随着我国饮食业的不断发展，烹饪技艺也在逐步提高。据史籍记载，远在商代之初，就有“以割烹要

汤”的伊尹。在调味方面，已总结出一套根据季节不同的调味规律，即“春多馥，夏多苦，秋多辣，冬多咸”。《吕氏春秋·五味篇》记有“调和之事，必以甘酸苦辣咸，先后多少，其齐甚微，皆有自起。鼎中之变，精妙微纤，口弗能言，志不能喻、故久而不弊，熟而不烂，甘而不哂，酸而不酷，咸而不减，辛而不烈，淡而不薄，肥而不膩”。说明烹饪是一项十分细致复杂的技艺，更不能纸上谈兵，要重视操作实践，才能不断提高烹调技术，做到味美适口。其后，有关食品烹调的零星记述，更是累见不鲜。唐、宋以来，已陆续有一些专门论述烹调的著作，如《食谱》等。书中除了详列菜谱、食单及选料、切配等制作技术外，还涉及到食物疗法，食物卫生及营养等道理。这些都是我国劳动人民长期生产实践的总结，是我国民族文化遗产的一部分。但是，由于剥削阶级的长期统治，我国也有一些传统菜肴是适应帝王豪绅的需要而制作的，有的还带有封建色彩。这就要求我们对传统的烹饪技艺去粗取精地加以继承和发扬。同时根据营养学的要求，运用现代科学技术，创造出新的菜谱。而作为一门实用科学的烹饪学，就在此基础上，得以初步地总结出来。这样就在为人民生活服务，为四个现代化服务方面，提供了更好的基础。

中国菜肴的烹饪特点

建国以来，党和国家非常重视我国传统烹饪技艺的继承和发展。在培养厨师，总结提高烹饪技术方面做了大量工

作。一方面搜集整理了很多广大群众所喜爱的传统菜肴的烹饪方法，对于某些华而不实，带有封建色彩的菜肴加以淘汰或改革；另一方面也新创了不少富有时代特点的符合科学要求的菜肴。现在就我国菜肴的一般特点概括地简述如下：

（一）选料考究，火候准确。

中国菜肴，选料极精，调味品多，口味多样，讲究刀工，火候准确，菜肴的色、香、味、形并重。因此，在国内外都享有较高的声誉。

（二）地方性强，各具风格。

我国幅员辽阔，民族众多。各地区的自然气候，地理环境和物产都不尽相同而各具特点，各地人民的生活习惯也有很大的差别，致使各民族、各地区的菜肴都各有特点，各具风格。因此，烹饪方法，选料、调味都有其独特风格。京菜是北方菜的代表，擅长烤、烧、白煮、炸、爆，喜咸味。加之，居住北京的回族较多，清真风味菜肴也比较突出。闽菜是南方菜肴中独特的一派，口味偏重甜酸，以“红糟汁”烹菜比较出名。苏浙因地处沿海，江南号称水乡，盛产鱼、虾，所以苏杭菜烹制鱼鲜异常出名。广东位于我国南方，地接海外，吸收了西菜的特点，烧、烤、炸、煎、烩的菜特为擅长。四川菜则以品种多样，口味多变，擅长小煎小炒，干煸干烧，著称于世，其中的浓味、厚味和麻辣菜肴，更使川菜独具一格。

(三) 品种繁多，营养丰富。

我国菜肴按选择的主要原料来划分有 家 禽、家 畜、水 产、山珍野味，及素菜等几大类，据不完全统计约有六、七千个品种。由于“中国菜”在烹饪上选料新鲜，注意时令，重视食物治疗，营养成分丰富。特别是中国菜讲究汤汁，用营养丰富的清汤、奶汤、原汤烧菜，而且汤菜品种多，各具特色，有时配入虫草、枸杞等名贵中药材，更有滋补身体的功效。

(四) 讲究配色，重视装盘。

“中国菜”对于每一个菜肴品种，讲究主、辅料的配色，互相衬托，色彩有主有次，调和美观。成菜后根据成品的体积大小形状来选择盛器，力求每个菜肴装盘后 鲜 明 夺 目。

(五) 注意造型，刀工精细。

我国菜肴讲究刀工工艺，而且为了菜肴的美观，要进行造型美化，有时还要进行食品雕刻。雕刻有平面，有立体；有人物、花草、鸟兽、山水、虫鱼或工农业生产图画等各种实物形象造型生动，层次清晰，大方美观。不仅供欣赏，且能食用。使菜肴成为具有食用价值的工艺美术品。

四川菜

四川古称“天府之国”，位于长江上游，东部为四川盆地，西部为川西高原。盆地四周群山环绕，江河纵横，气候温和，物产丰富。盆地中部，丘陵起伏，河渠交织，沃野千

里，桑稻葱笼，是农、林、牧、副、鱼综合发展的主要地区。峡谷急流中生长的江团、岩鲤、雅鱼，是淡水鱼类的上品，雪山草地出产的熊、鹿、獐、麂，山岳地带出产的贝母、银耳、虫草、竹荪，乃富于营养的珍馐。所有这些得天独厚的条件，为川菜烹饪技艺的发展，提供了丰富的物质基础。

川菜是劳动人民长期辛勤劳动的智慧结晶，是我国文化遗产的组成部份。历史悠久，源远流长。《汉书·司马相如列传》及《邛州志》均记有司马相如与妻卓文君在邛州开设酒店，“文君当炉，相如涤器”，成为千古佳话。西晋人左思在《蜀都赋》中且有“金垒中坐，肴橘四陈，触以清醪，鲜以紫鳞”的描述，反映了当时筵席的盛况和技术水平。唐代诗人杜甫曾对四川的鲜荀、鱼羹以及嘉鱼、郫筒酒作过“青青竹荀迎船出，日日江鱼入俎来”和“鱼知丙穴由来美，酒忆郫筒不用酤”的赞扬。南宋诗人陆游也写下“新津韭黄天下无，色如鹅黄三尺余，东门彘肉更奇绝，肥美不减胡羊酥”的诗句。在他离开四川后，还经常回忆那“玉食峨眉樾，金齏丙穴鱼”的川味佳肴。宋代文学家、诗人眉山苏轼还能亲事烹调，做得一手好菜。在《东坡志林》即有“予在东坡，常亲执枪鱼羹以待客，客未尝不称善”的记载。相传“东坡肘子”就是他创制，至今仍为川人喜爱的菜肴。迄至清代乾隆年间，罗江人李调元在其《函海·醒园录》中，总结了川菜中的腌、酥、煮、糟、熏、酱、蒸、风、焖、

炒、醉等三十八种烹饪方法。由此可见，川菜烹调技艺的发展，有记载可考的，已有近两千年的历史了。

川菜作为一种菜系，是本省劳动人民在长期实践的基础上形成的。如“水煮牛肉”相传是北宋庆历、皇佑年间，原富顺、荣县地区的井盐生产出现划时代的技术突破，“始创箆筒井”以牛牵引盐车。役牛时有淘汰，盐工们常用盐和辣椒、花椒作佐料，以水煮食牛肉。后经厨师不断改进提高，推陈出新，“水煮牛肉”就成为地方风味很浓的四川名菜。

“麻婆豆腐”据传源于清末。当时成都北门“万福桥”附近的一个豆腐店，用“挑油力夫”自备的菜油，用“焯”法加工成菜的。经过反复的改进，以豆腐为主料，辅以牛肉末，佐以辣椒、花椒、豆办、蒜苗等，成菜后，具有麻辣红亮等特点。群众称赞“麻婆豆腐，麻辣红亮，豆腐细嫩，牛肉酥香，酒饭佐餐，又鲜又烫……”。因此驰名国内外。

芹菜、胡萝卜、青蒜苗，本是平常普通的蔬菜，但劳动人民却把它们合炒成菜，佐以肉丝，使成菜色泽分明，香、脆、鲜、嫩，称为“野鸡红”，极为可口，是广大城乡人民喜爱的家常菜肴。“回锅肉”是家喻户晓的传统菜品，民间常以时令鲜蔬与猪肉合煮，然后再把熟肉回锅，以豆办、甜酱等作调料。配以蒜苗合炒，红绿相衬，色味俱佳，在川菜中有一定的代表性。

随着社会生产的发展，商旅往来频繁，特别是历史上的

几次人口大迁徙，五方杂处，风俗互通，川菜更吸取南北各地菜肴烹调之长，兼收并蓄，为我所用。使川菜既具有浓厚的地方风格，又有广泛的适应性，遂发展成为我国主要菜系之一。川菜中，对鱼翅、鱿鱼、海参的烹制，常采用干烧、干煸，收汁浓味或用家常味的制作方法，而独具特色。如“干烧鱼翅”，用鱼翅作主料，配以猪肉、鸡肉、火腿则只取其汁味，并不入盘。成菜颜色金黄，味道醇厚鲜美，是四川鱼翅席上久负盛名的头菜。又如“干煸鱿鱼丝”，选用质嫩片薄的鱿鱼，温水微泡后，横切成细丝，辅以猪肉、冬笋丝，不用芡汁，在旺火热油锅内快炒而成。成菜色泽金黄，干香、酥松、嫩脆，是佐酒名菜。再如“家常海参”，烹制时酌加碎猪肉，重用郫县豆瓣，经煸香上色，微火慢烧至亮油，稍勾薄芡而成。成菜色红亮，味香辣而醇厚，富有家常风味。这样，就吸取了南菜的长处，又有别于它的烹调方法而独具一格。川菜中的“火锅毛肚”和“酱肉丝”等菜肴，则是根据北菜“涮羊肉”和酱爆菜肴改制而来。所以“南菜川味、北菜川烹”的说法，确是符合川菜的烹调实际情况的。

作为一个完整的菜系，川菜大体上是由高级筵席、普通筵席、大众便餐、家常风味四个方面组合成的。它们彼此间是既有区别，而各具风格，又互相交织，而此入彼出的。

（一）高级筵席。其特点是制作多样，组合适时，调味考究，兼重色泽。多用山珍海味，配以时令鲜菜，品种极为

丰富，味道变化多端。流行的有“干烧鱼翅”、“红烧海参”、“红烧熊掌”、“开水白菜”、“清蒸江团”、“鸡蒙葵菜”、“干贝菜头”、“蟹黄凤尾”、“凉拌鹿肉”、“孔雀开屏”、“烤酥方”、“漳茶鸭”、“冰桔银耳羹”、“枸杞牛尾汤”等等，都是这类筵席中的代表作。此类菜品选料认真，烹制复杂，工艺精湛，尤重色、香、味、形。

(二) 普通筵席。四川各地一般举行宴会，通常举办“九大碗”（又名“三蒸九扣”）。因常设置在田间、院坝，故又称“田席”。其特点是就地取材，不尚新异，菜重鲜美，朴素实惠。菜肴以蒸、烧为主，如粉蒸肉、咸烧白、烧杂烩、烧什景、清蒸肘子、酥肉汤等，配以一两样炒菜，如韭黄肉丝、白油肝片之类，便是此类筵席的代表菜肴。

(三) 大众便餐。这类便餐以烹制快速，经济方便，适应多种需要为其特点。一般有炒、烧、爆、溜、拌以及腌肉、豆花之类的菜肴。著名的便餐饭店，均各有其特点，自成一格，素为群众所喜爱。其中有名菜肴如“宫保鸡丁”、“水煮牛肉”、“棒棒鸡”、“烧仔鸡”、“火锅毛肚”、“麻辣肉干”等，历来脍炙人口，筵席中也常采用。

(四) 家常风味。它有取材方便，操作简易，富于地方风味的特点。流行的如“回锅肉”、“连锅汤”、“野鸡红”、“麻婆豆腐”、“炆莲白”等。这类菜肴，经济实惠，佐餐可口，普遍为群众所喜爱。

综上所述，四川菜肴，由于厨师们的匠心独运，而自成

体系。曾有“一菜一格，百菜百味”的评价。这虽属过誉之说，但我们仍可大体作如下的概括：清鲜醇浓并重，而以清鲜见长；广集民间风味，而以麻辣兼备见称；烹制方法多种多样，而以小煎、小炒、干烧、干煸驰名；选料范围较广，而以禽畜、海产、鱼类、鲜菜为主；在调料、调味、火候、刀工等方面，都有其独到之处。其特点可概括如下：

（一）选料认真，刀工精细。

川菜注重选料，讲究刀工。凡丝、丁、片、块，都要求规格一致。如蒜泥白肉，系选用肥瘦相连的二刀坐臀肉，片成透明薄片，人们常称为“云白肉”；又如“银针丝”、“荔枝块”、“菊花腰花”、“麦穗肚条”等，刀工都非常精细。特别是工艺菜品，造型尤为精湛。如“孔雀开屏”、“金鱼闹莲”等，更是栩栩如生，巧夺天工。

（二）分色配菜，主次分明。

川菜对每一种菜肴，都注重主、辅料的配色，互相衬托，而又主次分明，使色泽鲜明协调，在突出菜肴的色、香、味、形方面起了重要的作用。如民间的“野鸡红”、“回锅肉”及筵席中“金勾凤尾”、“金钱海参”等菜肴，均具有层次清晰，鲜艳协调的特点。

（三）注重汤菜，色调自然。

川菜中对汤菜制作非常讲究，既注意汤汁的香鲜，也强调色调的自然。清汤菜清澈见底，淡而不薄。如“开水白菜”烹调精细，汤清味鲜。奶汤菜色白如乳，浓而不腻。如

“奶汤杂烩”，加工细致，汤白味醇。是川菜的著名菜肴。

（四）综合用味，收汁浓味。

川菜擅长综合用味，而又变化多端。俗话说“五味调和，百味鲜”，在咸、甜、麻、辣、酸等五味的基础上，加上多种香料、调料，互相配合，因菜而异，形成各种不同的复合味。如家常味、咸鲜味、鱼香味、荔枝味、怪味等二、三十种。著名的“怪味鸡块”、“水煮牛肉”、“鱼香肉丝”等，就是这类复合味的菜品。至于烧的菜肴，虽都收汁浓味，但干烧鱼、干烧玉脊翅等等要做到“亮油”；红烧鱼要做到“亮汁”。

（五）突出主味，特重清鲜。

川菜，特别是筵席上的菜肴，以清鲜为主，较少麻辣厚味。凡是蒸烧的菜肴，常配以时令鲜蔬，注重突出主味。如“清蒸江团”、“白油冬笋”、“鸡蒙莼菜”等。

（六）麻辣味厚，别具风格。

川菜的一些菜肴，具有麻辣味厚的特点，是四川的民间风味，经过厨师们在烹调上的改进，做到味香、麻辣，又带清鲜，如“水煮牛肉”、“麻辣豆腐”、“夫妻肺片”，是川菜中别具风格的典型菜肴。

（七）制作多样，讲究火候。

川菜的烹调方法，多种多样，变化极大。在炒、煎烧、炸、蒙、贴、酿、摊、烤、炖等烹调方法中，特别讲究、火候，而以小煎、小炒、干烧、干煸见长。炒菜不过油，不