



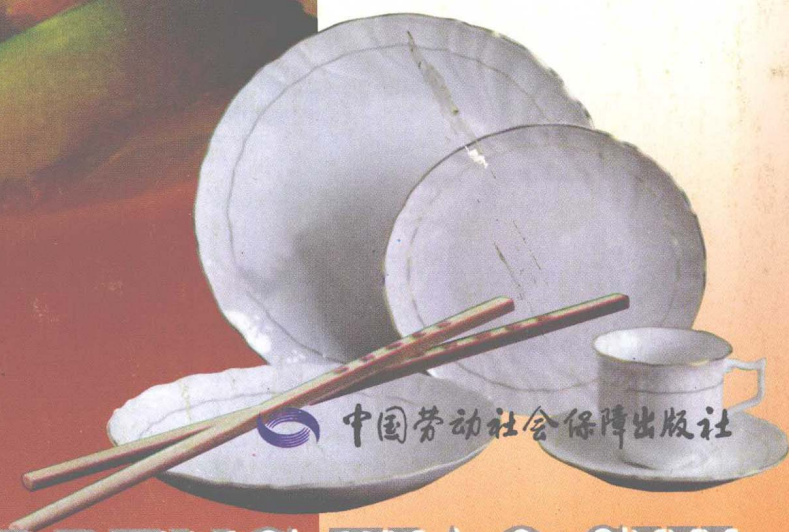
● 专用于国家职业技能鉴定

国家职业资格培训教程

中式烹调师

(技师技能 高级技师技能)

劳动保障部 组织编写
中国就业培训技术指导中心



中国劳动保障出版社

ZHONG SHI PENG TIAO SHI

专用于国家职业技能鉴定

国家职业资格培训教程

中式烹调师

(技师技能 高级技师技能)

劳动和社会保障部 组织编写
中国就业培训技术指导中心

中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

中式烹调师:技师技能 高级技师技能/劳动和社会保障部中国就业培训技能指导中心组织编写. —北京:中国劳动社会保障出版社, 2000

ISBN 7-5045-3024-7

I. 中…

II. 劳…

III. 烹饪-方法-中国-职业技能鉴定-自学参考资料

IV. TS972.117

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 74789 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码: 100029)

出 版 人: 唐云岐

*

新华书店经销

北京京安印刷厂印刷 北京顺义河庄装订厂装订

787 毫米×1092 毫米 16 开本 9 印张 220 千字

2001 年 4 月第 1 版 2005 年 1 月第 4 次印刷

印数: 8000 册

定价: 15.00 元

读者服务部电话: 010-64929211

发行部电话: 010-64911190

出版社网址: <http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话: 010-64911344

国家职业资格培训教程

中式烹调师 中式面点师
西式烹调师 西式面点师

编审委员会

主 任	陈 宇					
委 员	宋 建	葛 玮	袁 芳	刘永澎	王美萍	
	郭亚东	高 山	王 美	刘国云	梅晓章	
	南洪江	毛 坤	白玉洁	吴美云	张 明	
	林 泉	赵 红	董桐生	闫文胜	刘总路	
	恽嘉林	王 璞	刘 宇	王瑞秋	孟祥萍	
	苑树堂	于 康	王新国	王国培	臧纯跃	
	张 晨	于 杰	郭文彬	张人诚	崔 琳	
	陈永浚	朱锡彭				

中式烹调师技能编审人员

主 编	高 山				
编 者	高 山	王瑞秋	孟祥萍	苑树堂	王国培
	王新国	于 康	刘总路	恽嘉林	张 晨
	于 杰	臧纯跃			
审 稿	毛 坤				

前 言

为推动烹调师、面点师职业培训和职业技能鉴定工作的开展，在烹饪专业从业人员中推行国家职业资格证书制度，劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心在完成《国家职业标准》制定工作的基础上，组织部分参加《标准》编写和审定的专家及其他有关专家，编写了中式烹调师、中式面点师、西式烹调师、西式面点师4个职业的《国家职业资格培训教程》。

《教程》紧贴《标准》，内容上力求体现“以职业活动为导向，以职业技能为核心”的指导思想，突出职业培训特色；结构上，《教程》是针对各职业的职业活动的领域，按照模块化的方式，分初、中、高、技师、高级技师5个级别进行编写的。《教程》的章对应于《标准》的“职业功能”，节对应于《标准》的“工作内容”，节中阐述的内容对应于《标准》的“技能要求”和“相关知识”等内容。针对《标准》中的“基本要求”，还专门编写了这4个职业共用的《烹饪基础知识》，《烹饪基础知识》包括职业道德、饮食卫生、饮食营养、成本核算、厨房安全与卫生等方面的内容，是这4个职业各个级别的从业必备知识。

《国家职业资格培训教程——中式烹调师（技师技能 高级技师技能）》适用于中式烹调师技师、高级技师的培训，是职业技能鉴定的指定辅导用书。

本《教程》由高山、王瑞秋、孟祥萍、苑树堂、王国培、王新国、于康、刘总路、恽嘉林、张晨、于杰、臧纯跃编写，高山主编统稿，毛坤审稿。由于时间仓促，不足之处在所难免，欢迎提出宝贵意见和建议。

劳动和社会保障部中国就业培训技术指导中心

目 录

第一部分 技师技能

第一章 中华饮食文化	(1)
第一节 中餐菜点风味知识	(1)
第二节 兄弟民族传统饮食	(13)
第三节 中国民间传统节日饮食	(17)
第二章 餐饮服务与菜单设计	(20)
第一节 餐饮服务知识	(20)
第二节 酒类知识	(23)
第三节 饮料知识	(29)
第四节 菜单的筹划	(30)
第三章 厨房管理	(36)
第一节 厨房设计	(36)
第二节 厨房管理	(37)
第三节 厨师长的岗位职责	(40)
第四章 餐饮经营管理知识	(41)
第一节 餐饮经营管理概况	(41)
第二节 原料的采购供应	(43)
第三节 餐饮成本控制	(44)
第五章 中式面点制作工艺	(49)
第一节 中式面点的概况	(49)
第二节 面点原料知识	(50)
第三节 面团和面点馅心	(54)

第二部分 高级技师技能

第六章 营养与健康	(58)
第一节 概述	(58)
第二节 不同生理状况下的营养与膳食	(59)

第三节	烹调方式对膳食营养的影响·····	(70)
第四节	平衡膳食与中国居民膳食指南·····	(71)
第五节	非健康人群的膳食调理·····	(73)
第七章	世界饮食文化·····	(81)
第一节	世界主要文化节日·····	(81)
第二节	外国饮食风情·····	(84)
第八章	餐饮市场的营销·····	(93)
第一节	餐饮市场调查·····	(93)
第二节	餐饮市场营销组合·····	(94)
第九章	人力资源的开发·····	(96)
第一节	人力资源管理·····	(96)
第二节	员工的招聘·····	(97)
第三节	员工的培训·····	(98)
第四节	员工的激励·····	(99)
第十章	计算机应用与外语知识·····	(101)
第一节	计算机的应用·····	(101)
第二节	微型电子计算机的基本组成和技术指标·····	(102)
第三节	计算机的使用·····	(107)
第四节	计算机网络与 Internet ·····	(110)
第五节	计算机的应用·····	(117)
第六节	餐饮服务中的英语词汇·····	(119)

第一部分 技师技能

第一章 中华饮食文化

第一节 中餐菜点风味知识

一、中餐菜点风味概述

1. 概述

中餐菜点风味是指以菜品为主体，包括面点、小吃、饮品等一系列不同风格的中式菜点体系。传统中式餐饮产品制作包括中式烹调和中式面点两大职业。它是中国食品服务行业主要分支，是世界餐饮文化重要的组成部分。

2. 中餐菜点风味特点

(1) 具有色彩鲜明的民族性、地区性、家庭性。

(2) 菜点花色品种繁多。

(3) 选料广泛，可分为选料精细和粗犷两类，其中商品菜选料多为精细。

(4) 刀法繁多，刀口多样，商品菜多为刀工精细，家庭菜则较为随意。

(5) 配餐方式丰富多采手法巧妙。

(6) 调味品种类广博繁多，调味方法多样。调味方法包括对流调味，扩散调味，渗透调味和化学分解调味。中国菜品调味讲究，味型丰富，本味突出，复味多样；此外调味还需因时、因地、因人、因料而异，以满足不同人群的烹调观和各种饮食需求。这体现了中餐以味为主的饮食文化的特色。

(7) 精于运用火候，烹调技法细腻多样，操作规程严格，并且讲究盛装器皿。

(8) 讲究菜品的食疗与养生作用，具有医食同源的特点。中餐是以五谷为养、五果为助、五畜为益、五菜为充的古代营养卫生理论为依据的。它以植物性原料为主体，以动物性原料为辅佐，符合现代营养学的基本膳食结构要求。今天，在与世界接轨的中国烹饪新的发展时期，中餐在保留传统上的养生食疗学运用的同时，正在走向以现代营养卫生学为指导的烹饪发展道路。

(9) 讲究容纳百川、兼收并蓄和推陈出新，熔各民族饮食精华于一炉，善于学习借鉴外来文化并融为中餐特色，不断地发展自己，这是中国菜发展过程中的又一大特点。

总之，品尝中餐可以感受到强烈的东方文化色彩和浓郁的民族气息，以及华夏子孙们的

创造精神。

3. 中餐菜点风味类别

(1) 类别分类 有菜系分类法、菜式分类法和菜种分类法。

1) 菜系分类法 菜系是中国菜肴不同风味流派的代称。菜系具有明显的地区特色或民族特色；前者称地方菜系，后者称民族菜系。各菜系特点主要表现在以下几个方面：有某些独特的烹调方法；有特殊的调味品和调味手段；有品类众多的烹调原料；有从低到高、从小吃到筵席等一系列的风味菜式。

2) 菜式分类法 菜式是指菜品分类方式。多指菜品的品种花色，包括烧烤菜式和火锅菜式等；也可指菜品的原料系列，如海鲜菜式、蔬菜菜式、花卉菜式和山珍菜式等。

3) 菜种分类法 菜种是指菜品风格结构划分的种类。包括都市菜、乡土菜、民间菜、民族菜、古代和近代宫廷菜、古代和近代官府菜、地方菜等。

(2) 划分方法 中餐菜品风味包括地方风味、民族风味和其他风味三大菜品系统。

1) 地方风味 包括城市菜风味和以省为界线划分的风味。国际上划分风味习惯以城市为界线，如巴黎风味、伦敦风味、罗马风味和多伦多风味等。

①城市风味 有北京风味、上海风味、重庆风味、广州风味、扬州风味、香港风味、澳门风味、台北风味、南京风味、杭州风味、天津风味、西安风味和沈阳风味等。

②传统风味 有山东风味、四川风味、江苏风味、浙江风味、广东风味、湖南风味、湖北风味、新疆风味、河南风味和云南风味等。

2) 民族风味 主要是指以兄弟民族饮食文化及其习俗为特色的菜品风味。

3) 其他风味 包括古代宫廷风味，古代官府风味，佛教、道教寺院（寺观）风味和民间家庭风味等。

二、都市风味菜

1. 北京风味菜

(1) 京菜的形成

京菜的起源 北京菜又称京菜、京华菜或燕京菜等。北京地处华北平原，是太行山脉和燕山山脉的交汇地带，由于受东南季风影响，北京四季分明。北京曾是六朝古都，各地进贡的贡品丰富多彩。交通四通八达，各地物产源源进入北京，这些都为京菜的形成和发展提供了丰厚的物质基础。

历史上的北京城，受草原农牧饮食文化和华北平原农耕饮食文化的影响，京菜也具有浓郁的地方风味。长期以来，北京汇集了汉、满、蒙、回等许多民族的历史灿烂文化，各民族之间的饮食文化相互渗透和相互影响，从而逐渐形成了北京菜。

(2) 京菜的发展 今天的北京，已成为国际上重要的政治、经济、文化和交通的中心大城市。随着改革开放的脚步，各地风味美馐纷纷进京，这些地方风味在一定程度上推动并促进了京菜风味的发展。在与世界各国交往中，北京更是以博大宽广的胸怀，兼收天下美食，使北京菜更为丰富多彩。

(3) 京菜的结构 北京菜是由古代宫廷菜（仿制）、古代官府菜（仿制）、庶民菜、兄弟民族菜和佛教、道教寺院（寺观）菜构成的。

1) 宫廷菜 宫廷菜无论是御厨在民间菜基础上演变发明的，还是民间菜进贡或流传入宫

后加以精炼的，都是历代厨师辛勤劳动的结晶和技艺的再创造。

宫廷菜的特点是选料广泛，用料精纯，加工细腻，善于猎奇，宴乐萦绕，礼节繁缛。

古代和近代宫廷菜现代制作多为仿制，与古代制法和选料有所差别，更加符合现代人的口味需求。

2) 官府菜 官府菜又称府邸菜，明清时代尤为兴旺。它是由王府、皇亲国戚、富豪商贾、文武百官，以及民国时期的社会名流、军阀官邸的家庭厨师（俗称家厨）创造的。官府菜总的特点是用料华贵，加工细腻，应时吃鲜，礼仪习俗饮食文化特色突出。

现代制作的古代和近代官府菜主要是指谭家菜和曹雪芹所著《红楼梦》中的红楼菜。

3) 庶民菜 庶民菜是具有民俗风情的民间菜。它是传统北京菜的基础。民间菜的特点是乡土气息浓郁，既合乎时令又美味可口。

4) 兄弟民族菜 兄弟民族菜包括清真菜、满族菜、朝鲜族菜、蒙古族菜和其他民族菜，以清真菜和满族菜为主体。

5) 佛教、道教寺院菜（寺庙菜、寺观菜） 佛教、道教寺院菜是素菜中的一类，其特点是选料精致，只用蔬菜和粮食，加工精细，滋味鲜美。葱、蒜、韭菜、香菜、薑头等属荤料，佛教、道教寺院菜中一概不用。

（4）京菜的特点

1) 精于选料，调配和谐，讲究时令，菜式齐全。

2) 烹调细腻，方法多样，以爆、烤、涮、炮（bāo）、溜、炒、扒、烧、烩、炸、拔丝蜜汁等见长；以酱、卤、拌、腌、炆等为特色。

3) 口味鲜、脆、嫩，或软烂、酥香；调味方法齐全，味型多样。

4) 讲究刀工、火工，讲究制汤，汤浓味足，形质并重。

5) 营养平衡，重视食疗。

6) 筵宴品位高，服务上乘，文化底蕴深，厨师文化素质高，也善于继承、发展与创新。

（5）京菜的代表菜 有北京烤鸭、涮羊肉、烤肉、拔丝山药、坛子肉、炒麻豆腐、黄焖鱼翅、芫爆肚丝、菊花锅子、桃花泛、三不粘、水晶肘子、烤乳猪等。

2. 上海风味菜

（1）上海风味菜的形成 上海菜又叫沪菜和海派菜。上海位于我国大陆东部海岸的长江入海口处，是贯穿东西南北航线的中枢，也是我国重要的工业基地，气候温和，物产丰富。上海人利用本地特有的环境和物质资源，经过长期的实践，创造出丰富多彩的海派名菜。

上海菜起源于清代中叶的浦江平原，历史上受东西南北 15 个帮口和西餐的影响，与上海本帮菜相结合，到了本世纪 40 年代左右形成了独具一格的海派菜。15 帮口是：京、广、川、扬、苏、锡、豫、闽、徽、湘、杭、宁、鲁、清真、素菜。

（2）上海菜的风味特点

1) 具有多样性、传统性和适应性的特征。既包括本地风味的传统菜，又汇集、变革了各地方的风味菜。

2) 具有崇新、华彩和秀美的艺术风韵。

3) 选料注重活生时鲜，精于红烧、生煸和糟炸。

4) 油浓、酱赤、汤醇、卤厚，糖重色艳，鲜香适口。现代上海菜则为清淡素雅，口味时尚。

5) 文化品味高,富于时代气息,有着“大上海”的都市风范。

(3) 上海菜的代表菜有生煊草头(金花菜)、糟猪脚、干烧四季豆、扣三丝、大汤黄鱼、网油包鹅肝、杨梅虾球、竹笋腌鲜、油酱毛蟹、真如羊肉等。

3. 重庆风味菜

(1) 重庆风味菜的形成 重庆位于长江和嘉陵江的交汇处,具有3 000多年的历史。重庆菜是四川菜的代表之一,属四川河帮菜中的下河帮菜,是四川菜的精华。

(2) 重庆风味菜的特点

1) 民间风味尤为浓郁,在川菜中口味较为浓厚,以味多广厚著称,有七味八滋之说。

2) 用料讲究,做法新颖。许多传统菜在民间流传至今。

3) 勇于创新,勇于实践。

(3) 重庆风味菜的代表菜有重庆辣子鸡、山城毛血旺、酸菜鱼、豆花、竹筒和火锅系列等。

4. 香港风味菜

(1) 香港风味菜的形成与发展。香港是东方璀璨的明珠,美食的天堂。香港饮食文化,深受中国饮食文化影响。香港菜的母系为粤菜,具有博采众长、自成一格以及善变和求新的特点。

香港菜经历了清末的初期开埠萌芽阶段和20世纪初期的稳步发展阶段。从抗日战争时期到50年代初期,战乱使一批上海厨师来到香港,港地一时盛行海派菜,这对港菜的发展起了相当大的推动作用。自70年代起香港经济全面复苏,独特的环境使香港中西饮食文化日益交融。所吸收的各国饮食文化之精华,对港菜的繁荣与发展发挥了巨大的作用。1997年香港回归祖国,香港烹饪界进入了一个更加繁荣的发展时期。

(2) 香港菜的特点

1) 以中餐为主流,以传统厨艺为基础,以中西合璧、色彩浓郁为特色,将世界各地饮食原料引入其菜品中,并取其精华,讲究味与视觉的享受。

2) 讲究装饰,善用调味汁液。

3) 讲求食疗作用,注重饮食与健康的关系。

4) 善于学习、交流与创新。

5) 注重生、活、鲜,口味清淡,调味方式与烹调方法自成体系。

(3) 香港风味代表菜 有香芋滑鸡煲、茄汁石斑鱼、香菠咕嚕肉、京都焗排骨、刺身大龙虾等。

三、地方风味菜

1. 四川风味菜(长江中上游流域文化)

(1) 四川风味菜的形成 四川菜又称川菜、巴蜀风味或天府风味,是西南地区肴馔的典型代表。山岳深丘地区多产银耳、虫草、竹荪等山珍,这为烹饪业发展提供了丰富的资源条件。

四川风味具有典型的内陆特色,发源于古代的巴国和蜀国。秦汉以来,形成了初期川菜的轮廓。汉代张骞出使西域,引进了胡瓜、胡豆、大蒜等,这丰富了烹饪原料,饮食业也相应发展。隋唐五代时期,宫廷盛行“船宴”。到了两宋时期,在奇色美景之地举行游宴,使川味跨越了巴蜀疆界,使“尚滋味、好辛香”的巴蜀风味进入京都。明末清初,辣椒传入我国,四川风味开始使用辣椒增加辛香。

(2) 四川风味菜的构成 四川菜以巴蜀饮食文化为主要特征；以成都为代表的传统川菜（上河帮），以重庆为代表的创新川菜（下河帮），以及以自贡、乐山、江津、合川等地为代表的民间川菜（小河帮）共同构成了四川风味。

从菜式上看，川菜又是由高级筵席菜式、三蒸九扣菜式、大众便餐菜式、家常便餐菜式和民间小吃菜式构成的。

(3) 四川风味菜的特点

1) 川菜的最大特点是十分注重调味。口味多样，清鲜醇浓，麻辣辛香，一菜一格，百菜百味。

①调味品复杂多样，讲究川料川味，多用三椒（花椒、胡椒、辣椒）、姜、葱、蒜、豆瓣、香糟、豆豉等。

②以多层次、递增式调味方法见长。传统的川菜炒菜不过油，以卧油炒为主，下料狠、味道浓，民间乡土特色浓郁。

③味型多。味多、味广、味厚素为川菜的特色。常用味型就有 20 多种，其中以鱼香、怪味、麻辣、家常、红油为特有的味型。筵席菜以清鲜为主；田席菜（农村普通席）则就地取材，菜重肥美，朴素实惠；大众菜以家常厚味居多。

2) 烹调手法上擅长小炒、小煎、干烧、干煸。川菜炒菜不过油，不换锅，炆汁现炒现兑，急火快炒，一锅成菜。干烧菜则微火慢烧，用汤恰当，自然收汁，成汁浓，油亮，味醇而鲜。

3) 四川风味代表菜 有干煸牛肉丝、水煮牛肉、宫保鸡丁、麻婆豆腐、酸菜鱼、蒜泥白肉、鱼香肉丝、毛血旺、家常海参、回锅肉、毛肚火锅、小煎鸡、甜烧白、灯影牛肉、夫妻肺片（费片）、歌乐山辣子鸡等。

2. 广东风味菜（珠江流域文化）

(1) 广东风味菜的形成 广东风味菜又称粤菜。广东地处东南沿海，气候温和物产丰富。古代聚居于广东一带的百粤族善渔农、尚杂食。秦汉以后受到中原文化的影响，杂食之法更加发展完善。汉魏之时，蛇肴、烧鹅和鱼生等享誉全国。在此之后，先后有大批中原人迁徙至广东，将不同时期的北方饮食文化和吴越饮食文化传入岭南，这些文化与当地的岭南饮食文化结合，逐步形成了粤菜风味。近代的粤菜又吸取西餐技艺并将其融会贯通，逐渐形成具有鲜明特色的南国风味菜。近年来，广东菜在传统的基础上得到发展，新派粤菜风靡全国。

(2) 广东风味菜的构成 粤菜商业饮食文化气息浓郁，由广州菜、东江菜和潮州菜三个地方菜组成。

1) 广州菜 广州菜是珠江三角洲各市县的風味菜组成的菜肴。其用料精细，富于变化，擅用调味料。广州菜的重要组成之一为顺德菜，它擅长河鲜烹制。广州菜重视饮食文化，并不断创新。

2) 潮州菜 包括汕头、潮州、普宁等地的菜肴。潮州菜水产类品种多样，素菜依时而变，甜品菜多，酱碟佐料多，喜制卤品，刀工、火工精湛考究。

3) 东江菜 东江菜又称客家菜。客家人居住在广东东部山区，是古代中原迁徙南来的汉人后裔。东江菜口味咸、酸、辣，油重味浓，乡土气息浓郁，保持了古代北方菜的特点。

(3) 广东风味菜的特点

1) 选料广泛 广博奇异，善用生猛海鲜，广东菜取料之广为全国各菜系之最，不问鸟兽虫蛇无不食之。在动物性原料方面，除了常用的鸡、鸭、鱼、虾、猪、牛、羊外，还善用蛇、

狗、鼠等许多动物。潮州菜以用海鲜最为见长。

2) 刀工干练 以生猛海鲜类的活杀活宰最为见长。技法上注重朴实自然,不像其他菜刀工细腻。

3) 清淡爽口 以爽、脆、鲜、嫩、滑、香为特色,讲究清中求鲜,淡中求美,并随季节变化而变化。此外,口味也有以咸、酸、辣为特色的民间风味。

4) 烹调方法、调味方式自成体系 广东菜的许多烹调方法都源于北方或西洋,经不断改进而形成了一整套不同于其他菜的烹调体系。烹调方法多用煎、炒、扒、煲、焗、炖、炆、炸、蒸等(炆:广东行业方言,同北方焖、煨近似)。

5) 调味品多用老抽、豉汁、柠檬汁、豉汁、OK汁、蚝油、海鲜酱、沙茶酱、鱼露、栗子粉、吉士粉、嫩肉粉、黄油等。

6) 讲究煲汤,讲镬气(镬气:广东对火候的称谓,为广东方言)。

7) 菜肴名称多以五字冠名。

(4) 广东风味代表菜 有东江盐焗鸡、西柠煎软鸡、梅菜扣猪肉、铁板煎牛柳、白灼基围虾、八珍扒大鸭、脆皮烤乳猪、豉汁茄子煲、蚝油扒生菜、潮州白鳝煲、清蒸大鲩鱼等。

3. 山东风味菜(黄河中下游流域文化)

(1) 山东风味菜的形成 山东菜又称鲁菜,齐鲁风味。山东位于黄河下游,地处胶东半岛,延伸于渤海与黄河之间。全省气候适宜,物产丰富,沿海一带盛产海产品,内陆的家畜、家禽以及菜、果、淡水鱼等品种繁多,分布很广。山东的蔬菜种类繁多,同乌克兰和美国的加利福尼亚州被并称为“世界三大菜园”。山东的丰富物产为发展烹饪事业提供了取之不尽、用之不竭的物质资源,山东人民创造了较高的烹饪技术。

山东菜起源于春秋时期的齐国和鲁国,从鲁西北平原向胶州湾推进,并且拓展到鲁中南山丘陵地带。南北朝时期,北魏高阳太守贾思勰所撰的《齐民要术》中表述了当时以山东菜为主体的北方菜肴已经达到了较高的水平。北宋时期,我国分为南食、北食,山东菜是北食的代表。明清时期,山东菜已经自成体系。

(2) 山东风味菜的构成 山东菜以内陆的济南菜、沿海的胶东菜为主,此外还有孔府风味的官府菜。

1) 济南菜 济南菜指济南、德州、泰安一带的菜肴。济南的传统菜素以清汤、奶汤著称,清汤色清而鲜,奶汤色白而醇。口味以鲜咸浓郁为主。烹调手法上擅长爆、炒、烧、扒、炸,菜品突出清、鲜、脆、嫩。

2) 胶东菜 胶东菜以烹制各种海鲜菜驰名,起源于福山菜,包括青岛、烟台等沿海城市的菜肴。擅长炒、爆、炸、扒、烧、蒸等,口味以鲜为主,偏重清淡,注意保持主料的鲜味。

3) 孔府菜 孔府又称衍圣公府,是孔子后裔的府第。当年孔子精于饮食之道,其后裔皆谨遵“食不厌精、脍不厌细”的祖训。孔府完备的厨房分工精细,管理严格,这对孔府菜的形成和发展起了重要的作用。孔府菜具有典雅的儒家学派膳食特色,重礼制,讲排场,追逐华贵;用料精细,工艺考究,善于调味,讲究盛器;烹调技法全面,制作程式复杂;席面陈设雅致端庄,多姿多彩;菜品色彩绚丽、鲜香适口。

(3) 山东风味菜的特点 山东菜注重突出菜肴的原味,内地以咸为主,沿海以鲜咸为特色。口味纯正,葱香突出,注重火工,善于制汤、用汤;装盘丰满,朴实大方、醇厚。

(4) 山东风味菜的代表菜 有蟹黄海参、干炸赤鳞鱼、菊花全蝎、山东蒸丸、九转大肠、

福山烧鸡、鸡丝蜇头、清蒸加吉鱼、醋椒鳊鱼、奶汤蒲菜等。孔府菜的代表有：带子上朝、雪丽琥珀、一品锅、诗礼银杏等。

4. 江苏风味菜（江淮流域文化）

（1）江苏风味菜的形成 江苏菜又称京苏大菜、苏菜或下江风味。江苏东滨大海，西拥洪泽，南临太湖，长江横贯于中部，运河纵流于南北，境内有蛛网般的港汊、串珠似的淀泊，加以寒暖适宜，土壤肥沃，素有“鱼米之乡”之称。“春有刀鲚夏有鲥，秋有肥鸭冬有蔬”，一年四季，水产禽蔬联翩上市。富饶的物产为江苏菜的形成提供了优越的物质条件。

江苏菜起源于春秋时期的吴国，现今的苏南平原，后向苏北的黄淮平原和徐海丘陵拓展。唐代，南京、扬州的外国人甚多，波斯大食国（阿拉伯帝国）的清真胡食进入江苏。到了宋代，江苏风味发生变化，大批中原士族南迁，中原风味融于江苏。明清时期，特别是清代，蒙食、满食进一步融入汉食，秦淮河出现了船菜、船点。《随园食单》就反映了当时江苏风味的文化成就，并对江苏风味起着承前启后的作用。历代劳动人民的努力，造就了具有江南特色的江苏风味。

（2）江苏风味菜的构成 江苏风味主要由淮扬、金陵、苏锡、徐海四个地方菜构成，以淮扬为代表；其影响遍及长江中下游广大地区。

1) 淮扬风味 淮扬风味以扬州、两淮（淮安、淮阴）为中心，以大运河为主干，南起镇江，北至洪泽湖周边，东含里下河并及于沿海。这里水网交织，江河湖泊所出甚丰，肴饌以清淡见长，味和南北。其中扬州刀工为全国之冠，两淮的鲢鱼菜品丰富多彩，镇江三鱼（鲥鱼、刀鲚、鮰鱼）驰名天下。

2) 金陵风味 又称京苏菜，是指以南京为中心的地方风味。南京菜兼取四方之美，适应八方之需，以松鼠鱼、蛋烧卖、美人肝、凤尾虾四大名菜以及盐水鸭、卤鸭肫肝、鸭血肠为代表。

3) 苏锡风味 苏锡风味以苏州、无锡为代表。传统上重甜出头、咸收口，浓油赤酱。近代逐渐趋向清新爽适，浓淡相宜。松鼠鳊鱼、碧螺虾仁、鸡茸蛋、常熟叫化鸡等都是脍炙人口的美味佳肴。

4) 徐海风味 徐海风味以徐州、连云港一带为代表，以鲜咸为主，五味兼蓄，风格淳朴，注重实惠。

（3）江苏风味菜的特点

1) 用料以水鲜为主，刀工精细，注重火候，擅长炖、煨、燻、焖等。

2) 追求本味，清鲜适宜，咸甜醇正。

3) 菜品雅丽，形质兼美，软烂脱骨而不失其形，滑嫩爽脆而益显其味。

（4）江苏风味菜的代表菜 有软兜长鱼、水晶肴蹄、拆烩大鱼头、清蒸鲥鱼、野鸭菜饭、银芽鸡丝、鸡火煮干丝、清炖蟹粉狮子头、双皮刀鱼等。

5. 浙江风味菜

（1）浙江风味菜的形成 浙江风味菜又叫浙菜、钱塘风味，是宋代“南食”的主体。浙江位于东海之滨，北部水道成网，素称鱼米之乡；西南丘陵起伏，盛产山珍；沿海渔场密布，海产资源丰富。浙江人民利用这些富饶的自然资源，创制出许多深受人们喜爱的名菜。

浙江菜起源于春秋时期的越国，活动中心在杭州湾沿岸，从杭嘉湖平原向浙西南山区和东海滩涂辐射。宋代时期，中国经济文化重心从北方移向南方，随宋王朝迁都临安（今杭

州)，先进的北方文化南移，大批名厨南下，这与南方得天独厚的自然条件相结合，使浙江菜不断发展起来。

(2) 浙江风味菜的构成 浙江菜由杭州、宁波、绍兴三个地方菜组成，其中以杭州菜为代表。

1) 杭州菜 杭州菜制作精细，变化多，以爆、炒、烩、炸为主。

2) 宁波菜 宁波菜鲜咸合一，以蒸、烤、炖见长，讲究鲜嫩软滑，注重保持原味。

3) 绍兴菜 绍兴菜擅长烹制河鲜，入口香酥绵糯，汤鲜味浓，富有乡土气息。

(3) 浙江风味菜的特点

1) 选料苛求细、特、鲜、嫩。

第一，选料精细，取物料精细部分使菜品达到高雅上乘。

第二，菜肴具有明显的地方特色，多用地方特产。

第三，讲究鲜活，菜品味道纯真。

第四，追求鲜嫩，菜肴清鲜爽脆。

2) 烹调方法上。以南菜北烹、南料北法为其长；口味以清鲜脆嫩、咸鲜合一为特色；调味上善用料酒、葱、姜、糖、醋等。

3) 形态讲究精巧细腻，清香雅丽。许多菜品都富有美丽的传说，文化色彩浓郁。

(4) 浙江风味菜的代表菜 有西湖醋鱼、干炸响铃、雪菜黄鱼、东坡肉、清汤越鸡、鲈鱼羹、叫化鸡、生爆鳝片、龙井虾仁、南湖蟹粉等。

6. 湖南风味菜

(1) 湖南风味菜的形成 湖南菜又叫湘菜、潇湘风味，随楚文化的昌盛而兴盛。湖南位于中南地区，气候温暖，雨量充沛。湘、资、沅、澧四水流经，自然条件优越。湘西多山，盛产笋、蕈和山珍；湘东南为丘陵和盆地，农牧副渔发达；湘北是著名的洞庭湖平原，素称鱼米之乡。湖南人民利用本地资源创造出了一系列的湖南名菜。

湖南菜起源于春秋时期的楚国，以古长沙为中心，遍及三湘四水，延展到洞庭湖区和武陵山区域。

(2) 湖南风味菜的构成 湖南菜由湘中湘南地区、洞庭湖区和湘西山区三种地方风味组成。湘中湘南地区的菜以长沙、湘潭、衡阳为中心，是湖南菜的主要代表。

(3) 湖南风味菜的特点

1) 刀工精细，形态俊美，菜肴千姿百态，变化无穷。

2) 调味上以酸辣著称。讲究原料的入味，调味工艺随原料质地而异。口味上以辣为主，酸寓其中。善于用菜油是湖南传统菜的一大特色。

3) 技法多样，尤重煨、煊。因重浓郁口味，所以煨、煊居多。其他烹调方法，如炒、炸、蒸、腊等也为湖南菜所常用。

(4) 湖南风味菜的代表菜有腊味合蒸、东安子鸡、酱汁肘子、麻辣子鸡、冰糖湘莲、荷叶软蒸鱼、油辣冬笋尖、湘西酸肉、红烧全狗、菊花鱿鱼等。

7. 福建风味菜

(1) 福建风味菜的形成 福建风味菜又称闽菜、八闽风味，在台胞和华侨中声誉很高。福建位于我国东南部，东临大海，西北负山，气候温和。丰富的山珍、水产资源，为福建菜提供了良好的物质条件。

福建菜起源于秦汉时期的闽江流域，以闽侯县为中心，并且向闽西东山区、四大平原、沿海滩涂和岛屿传播。

(2) 福建风味菜的构成 福建菜由福州、闽南、闽西三种不同的风味构成。以福州菜为代表。

1) 福州菜 福州菜主要指闽中地区菜，包括福州、三明、南平等地。福州菜清鲜、淡爽、偏于甜酸。讲究调汤，汤鲜味美，汤种多样。调味上善于用红糟，有煎糟、红糟、炆糟、醉糟等多种烹调方法（炆 gàng：福建行话方言，其法为用小火对原料慢慢煮制）。

2) 闽南菜 闽南地区海岸线长，海产品丰富，气候湿润，是一年三熟的水果之乡。闽南菜鲜醇、香嫩、清淡，讲究调料，以善于用甜辣著称，多用辣椒酱、沙茶酱、芥末酱，尤以用沙茶酱烹制的菜品，饶有风味。

3) 闽西菜 闽西主要指龙岩地区，该地区青山连绵，丘陵起伏，溪涧纵横，池塘密布，民勤物丰。菜品以鲜、润、浓、香、醇为特色，口味偏咸辣，乡土风味浓郁。

(3) 福建风味菜的特点

1) 以擅制山珍海味著称，尤以烹制海鲜佳肴见长。在色香味形兼顾的前提下，以味为纲，具有淡雅、鲜嫩、隽永的风味特色。

2) 刀工巧妙，寓趣于味。

3) 调味奇特，别具一格。

4) 烹调细腻，雅致大方。烹调方法不局限于熘、爆、炸、焖、余、焗，尤以炒、爆、煨等技术著称。

5) 选料精细，泡发恰当，调味精确，制汤考究，火候适宜。

(4) 福建风味菜的代表菜 有佛跳墙、太极明虾、小糟鸡丁、白炒鲜竹蛭、生炒黄螺片、炒西施舌、炆糟羊肉、煎糟鳗鱼等。

8. 安徽风味菜

(1) 安徽风味菜的形成 安徽菜又称徽菜、徽皖风味，因商而彰，播及三江五湖。安徽位于华东的西北部，境内平原、丘陵、山峦俱全，长江、淮河横贯全省，支流与湖泊交织。土地肥沃、物产富饶，这为安徽菜的形成奠定了物质基础。

安徽菜起源于汉魏时期的歙州，中心在歙县、屯溪和绩溪一带，后向淮北平原、大别山地区、淮南丘陵和皖南山区拓展。明清时，随着徽商的足迹流传到南北都市，这促进了徽菜的发展。

(2) 安徽风味菜的构成 安徽菜以皖南、沿江和沿淮三种地方风味构成，以皖南菜为代表。

1) 皖南菜 皖南菜向以烹制山珍海味而著称，擅长炖、烧，讲究火功，芡大油重，朴实实惠。善于保持原汁原味，不少菜用木炭制成炭基长时间地用小火炖、煨，因而汤汁清纯，味道醇厚，原锅上桌，香气四溢。

2) 沿江菜 沿江菜以芜湖、安庆地区为代表，以烹调河鲜、家禽见长。讲究刀工，注重形、色，善于用糖调味，尤其以烟熏技术别具一格。

3) 沿淮菜 沿淮菜主要由蚌埠、宿县、阜阳等地方风味构成，一般咸中带辣，汤汁口重、色浓。

(3) 安徽风味菜的特点

- 1) 就地取材，选料严谨，原料立足于新鲜活嫩。
- 2) 巧妙用火，功夫独特。以重色、重油、重火工为特色。
- 3) 擅长烧、炖，浓淡适宜。
- 4) 讲究食补，以食养身。

(4) 安徽风味菜的代表菜 有问政山笋、黄山炖鸽、腌鲜鳊鱼、毛峰熏鲥鱼、符离集烧鸡、奶汁肥王鱼、葡萄鱼、石耳炖鸡、葛粉丸子等。

四、兄弟民族菜

1. 兄弟民族菜的特点

兄弟民族菜是除汉族以外的 55 个少数民族的风味菜总称。它是中国菜的重要组成部分，为中式菜点的重要组成部分。兄弟民族菜具有以下特点：

- (1) 取料独特各具风格，如藏族巧用青稞，高山族喜食兽肉、鱼鲜和山菜以及米、豆、薯芋等。
- (2) 食品选用各有禁忌，如壮族忌牛，高山族忌羊，满族忌狗等。
- (3) 烹调工艺各有所长，如朝鲜族善于用木臼砸制糕团，佤族习惯用竹筒做饭等。
- (4) 食器饮具奇特简便，如蒙古族将羊皮铺在草地上当面案，傣族常用大芭蕉叶替代桌布等。
- (5) 饮品汤汁千姿百态，如土家族的油茶汤需用 10 多种原料调制，壮族的酒多用鸡肝、猪肝泡成等。
- (6) 口味各异：对于同一菜品，烹调方法各异，如手抓羊肉，蒙古族、藏族、维吾尔族、回族等，在制法上均有不同，火候、调味各异。
- (7) 民风食俗别具一格，如佤族姑娘回娘家，必以一袋虫子作为礼品等。
- (8) 宴宾待客礼节风情不一，如彝族认为“人错是酒错，人和是酒和，喝了转转酒，永远是朋友”等。

2. 兄弟民族的代表菜点

- 1) 满族有白肉血肠酸菜、酸汤子等。
- 2) 朝鲜族有冷面、打糕、泡菜等。
- 3) 赫哲族有杀生鱼、炒鱼毛等。
- 4) 蒙古族有手把羊肉、整羊席和烤羊腿等。
- 5) 达斡尔族有小鸡煮荞麦面、菜末等
- 6) 鄂温克族有羔羊撒花、野果酱等。
- 7) 鄂伦春族有生吃肝、清炖鱼加柳蒿等。
- 8) 回族有甜咸卷果（裹）、肉粥、手抓羊肉、馕子等。
- 9) 东乡族有麦索、罗波弱等。
- 10) 土族有荨麻卷饼、油炸盒子等。
- 11) 撒拉族有油搅团、茯茶等。
- 12) 保安族有烤羊肉、羊羔肉等。
- 13) 裕固族有支果干、肉肠等。
- 14) 维吾尔族有烤羊肉串、烤全羊、手抓饭、烤囊、炒面片等。