



餐饮赢家

Can Yin Ying Jia



Canting Shishang

Zaoxing Liangcai

餐厅时尚 造型凉菜

● 朱永松 陈达波 许一祥 主编



NLIC2970804088



化学工业出版社



餐饮赢家

Can Yin Ying Jia

厅时尚 造型凉菜

Canting Shishang
Zaoxing Liangcai



● 朱永松 陈达波 许一祥 主编



NLIC2970804088



化学工业出版社

北京

本书分爽口素菜、美味荤菜和鲜香水产三部分介绍近90例中餐凉菜的制作，所选品种均为时下酒店最受食客欢迎的凉菜品种，特色突出、造型巧妙，简单实用，可帮助初中级厨师扩大创意空间，丰富凉菜品种，你也可以成为凉菜明星。

图书在版编目（CIP）数据

餐厅时尚造型凉菜 / 朱永松，陈达波，许一祥主
编. —北京：化学工业出版社，2012.6
（餐饮赢家）
ISBN 978-7-122-14023-4

I. 餐… II. ①朱… ②陈… ③许… III. 凉
菜—菜谱 IV. TS972.121

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第073019号

责任编辑：温建斌 王蔚霞

装帧设计：春天书装

责任校对：吴 静

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：北京瑞禾彩色印刷有限公司

787mm×1092mm 1/16 印张6 字数100千字 2012年8月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：39.80元

版权所有 违者必究

PREFACE 序



在餐饮界，北京儒苑世纪餐饮管理中心总经理朱永松有个恰如其分的绰号：儒厨。

所谓“儒”，是说他彬彬有礼的举止，文雅得几乎见不到厨房“烟火气”的谈吐，缜密流畅的文笔，以及在这个行业并不多见的高学历——他先后毕业于江苏南京旅游学校烹饪专业、山东大学酒店管理专业和北京大学酒店管理EMBA。

所谓“厨”，是指他在二十余年的厨海生涯中练就了一手精湛的厨艺，他精于淮扬菜，旁及多个菜系。自从他置身于餐饮管理层之后，这个“厨”字的含义又有所扩大，拓展到整个后厨乃至酒店餐饮门店的管理。

实话实说，在国内餐饮界，在厨业上饱有心得的可以找出一批，具有高学历的也呈逐年增加趋势，但能将这两者完满结合于一身的并不多见。我主编《中国烹饪》杂志多年，往往为作者的这种“偏科”着急：学历高的少有烹饪实践，写不到点子上；烹饪高手又往往能做不能写，难以把满肚子的“经纶”全面准确地总结出来，传达给读者。所以，遇到朱永松之后，非常希望既“儒”又“厨”的他能够发挥自身特长，在厨政和厨艺的文化传播上多做一些贡献。朱永松也不负众望，在给《中国烹饪》等多家餐饮专业杂志积极撰稿之外，还与出版社携手，合作编辑出版了“火爆酒楼”系列菜谱和餐饮专业管理书籍，其中包括《开一家火爆酒楼》、《火爆酒楼精品凉菜》、《火爆酒楼招牌热菜》、《餐厅厨房管理细节》、《餐厅楼面管理细节》、《中国现代餐饮成功50例》等。

那之后，随着个人事业的扩大，朱永松似乎专心为“厨”，远离了“儒”事，一连5年再无新书出版。用他的话说是实在太忙了，实际上他一直在餐饮管理中观察、在厨事实践中思考，不断总结。果不其然，在沉默了5年之后，朱永松和他的管理中心，又呼啦啦地捧出了包括《时尚分餐菜与高利润热菜》、《餐厅时尚造型凉菜》、《创意盘头与果酱围边》、《餐厅特色风味小吃》等在内的一批新作。这些新作同样被归结为一个系列，名为“餐饮赢家”。

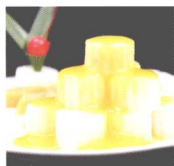
和“火爆酒楼”一样，“餐饮赢家”同样以实用、适用、管用见长。如果说，读着“火爆酒楼”，当年曾火爆了一批酒楼；如今的“餐饮赢家”也会为中国餐饮业打造一批赢家吧？

让我们共同期待。

《中国烹饪》杂志社理事会主任 孙春明

2012年4月3日

FOREWORD 前言



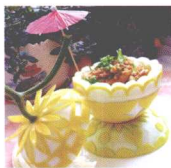
离《中国现代餐饮成功50例》、《开一家火爆酒楼》、《火爆酒楼精品凉菜》、《餐厅厨房管理细节》、《餐厅楼面管理细节》等餐饮专业管理书籍和系列菜谱出版已有5年多时间了，期间好多同行好友不断提醒和询问何时能有新作品出版，几乎快要让他们失望了，由于整天忙于餐饮琐事，一度也没有时间静下心来整理和编写更多更适合市场和专业厨师的书籍。

偶然的机会与化学工业出版社编辑一聊即拍，计划出版一整套当今酒店餐饮实用图书《餐饮赢家》系列，包括餐饮管理和厨艺菜谱，把自己这几年的行业积累和沉淀忙里偷闲落笔梳理，一边安排合作酒店总厨和厨师长把他们最受客人称道的菜品整理出来，一边请专业菜品摄影师好友到酒店餐厅现场拍摄，工作之余我们编写了菜谱文本，就这样《时尚分餐菜与高利润热菜》、《餐厅时尚造型凉菜》、《创意盘头与果酱围边》、《餐厅特色风味小吃》四本书逐渐成型。每个分册精选了约80款餐厅畅销实用的菜品并尽可能细化，让广大专业厨师看完书就能操作和运用。期间文稿我们亦几经修改，最终定型成集。在此我们要特别感谢默默工作在厨房一线的同事，是他们让我们有机会把当下合作酒店餐厅最火爆的菜品结集成册与全国的厨艺同行分享；也要感谢与我们合作多年的酒店老板们，是他们给了我们专业厨师施展才艺的平台；更要感谢菜品的专业摄影师石朝红、詹敬林、解德源等诸位好友的友情拍摄，是他们用最专业的镜头将我们厨师制造的瞬间美味变成了永恒的记录，与全国餐饮厨艺同行一起分享一起提升，在此我们深表谢意。

做餐饮没有最好，我们追求更好，力争做餐饮赢家。由于水平有限，几个分册编写过程中错漏在所难免，还望全国餐饮同仁多包涵。书中所录菜品均在我们合作酒店热卖中，是经过客人消费认可的畅销菜品，我们力求突出菜品的实用性，菜品构思力求简洁明快和一目了然，不华而不实，不哗众取宠，真正让广大厨师从菜品中找到感觉并有所启发，这是我们编写《餐饮赢家》系列图书的终极目标。我们愿意更好地为广大厨师同行服务，为餐饮企业服务，为餐饮行业服务。

《餐饮赢家》编委会
北京儒苑世纪餐饮管理中心
2012年3月30日于北京

CONTENTS 目录



爽口素菜 /1

千层黄瓜 /2

黄瓜花蘸酱 /3

冰醋萝卜卷 /4

蘸酱时蔬卷 /5

马家沟芹菜蘸酱 /6

蔬菜沙拉 /7

香辣菜心 /8

苦菊手卷 /9

松仁茉莉花拼乳瓜 /10

西柚淮山凉瓜 /11

农家拌紫茄 /12

捞汁香拌金虫草 /13

巧手拌菜 /14

芥末白菜墩 /15

洪景一口茄 /16

五彩人生 /17

养生三蔬 /18

双味山药 /19

橙汁山药 /20

奶香芋糕 /21

西宁小萝卜 /22

开胃三色豆 /23

迷你小黄瓜 /24

清香野菜碎 /25

素鲍草莓鱼子酱 /26

榄菜鲜蚕豆 /27

赤椒脆蚕豆 /28

桂花鲜天麻 /29

桂花酱鲜天麻 /30

奇妙苦瓜舟 /31

黑椒茶树菇 /32

榄菜鸡腿菇 /33

江南烤菜心 /34

剁椒白灵菇 /35

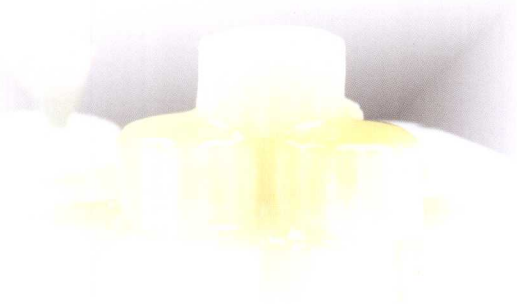
虾子香菇 /36

紫薯沙拉 /37

养颜三味碟 /38

开胃合拼 /39

椰汁什锦盅 /40





美味荤菜 /41

- 水晶脆耳 /42
- 家乡肉冻 /43
- 茶香口水腰片配香酥银鱼 /44
- 吉祥三宝 /45
- 麻油青笋 /46
- 鸳鸯双墩 /47
- 虫草三味蹄筋 /48
- 香辣牛蹄筋 /49
- 五香毛牛肉 /50
- 蔬果莫斯 /51
- 江南酱鸭 /52
- 秘制鸭舌 /53
- 口口香鸭舌 /54
- 咸香拆骨鸭 /55
- 蜜瓜麻辣鸭掌 /56
- 火鸭沙律 /57
- 广式盘皇鸡 /58
- 椒麻鸡条 /59

鲜香水产 /60

- 海鲜全家福 /61
- 冰醉花螺 /62
- 捞汁海中皇 /63
- 红油炆螺头 /64

- 爽口脆乌参 /65
- 冰镇玫瑰螺 /66
- 泡菜八爪鱼 /67
- XO酱大墨鱼 /68
- 翡翠白玉 /69
- 山椒回鱼皮 /70
- 蒜汁鲨鱼肚 /71
- 锦绣海肠 /72
- 上海熏鱼 /73
- 蛋托金枪鱼 /74
- 拌黑鱼丝 /75
- 冰镇鲜目鱼 /76
- 酥皮三文鱼 /77
- 特色烤河鳗 /78
- 珍珠鳗鱼寿司卷 /79
- 清酒冰鲜鲍 /80
- 小鱼咸菜 /81
- 鹅肝拼三文鱼 /82
- 虫草花鱼翅皇 /83
- 冰钵双拼 /84
- 养元鱿鱼卷 /85
- 开胃海蜇头 /86
- 泰椒脆鱼肚配香菠 /87
- 海鲜皮蛋豆腐 /88
- 糟香带鱼 /89
- 葱油双脆 /90

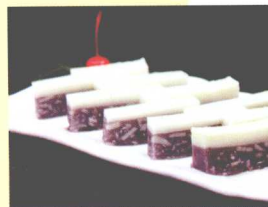
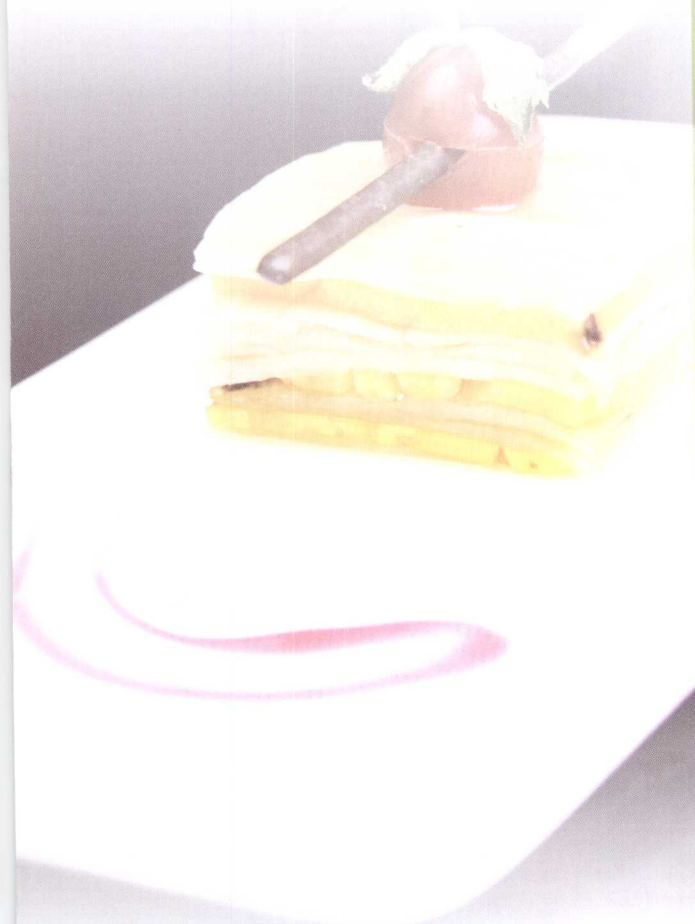


1

Part

Shuangkou Sucai

爽口素菜





千层黄瓜

Qian Ceng Huang Gua

原料 黄瓜，菠萝，苹果醋，白糖，食盐，干辣椒。

- 做法**
- 1 黄瓜切段，片成片备用。菠萝切片备用。
 - 2 用苹果醋、白糖、食盐、干辣椒调成汁。
 - 3 把黄瓜片放入调好的汁里浸泡30分钟。
 - 4 把泡好的黄瓜片和菠萝片一层一层摆好，用刀切去边角装盘即成。



黄瓜花蘸酱

Huang Gua Hua Zhan Jiang

原料 鲜黄瓜花，黄豆酱，蛋黄酱。

做法 1 鲜黄瓜花洗净装盘。
2 跟上黄豆酱和蛋黄酱。

蛋黄酱的制作：将鸡蛋1个、色拉油100克、橄榄油20克、黄芥辣3克、东字酱油20克、白糖4克、味粉4克、白醋少许、柠檬汁少许调匀成蛋黄酱。



冰醋萝卜卷

Bing Cu Luo Bo Juan

原料 萝卜苗，果丹皮，酸梅酱，苹果醋。

做法 1 把萝卜苗洗净，用果丹皮卷成卷摆盘。
2 用酸梅酱、苹果醋调成汁跟上即成。



蘸酱时蔬卷

Zhan Jiang Shi Shu Juan

原料 香葱，紫甘蓝，香菜，豆皮，自制蛋黄酱。

做法 1 把香菜、紫甘蓝、香葱洗净切丝。
2 豆皮摊开，三种蔬菜平放在豆皮上卷成卷，切成斜刀墩摆盘。跟上蛋黄酱即成。

蛋黄酱的制作：鸡蛋1个、色拉油100克、橄榄油20克、黄芥辣3克、东字酱油20克、白糖4克、味粉4克、白醋少许、柠檬汁少许调匀即成。





马家沟芹菜蘸酱

Ma Jia Gou Qin Cai Zhan Jiang

原料 马家沟芹菜，卡夫奇妙酱，葱伴侣酱。

做法 1 马家沟芹菜洗净切段装盘。
2 跟上卡夫奇妙酱和葱伴侣酱即成。

蔬菜沙拉

Shu Cai Sha La

原料

芥蓝，芦笋，白萝卜，胡萝卜，沙拉酱，黄芥末，炼乳，海之味鲜露，青芥辣。

做法

1 将芥蓝、芦笋、胡萝卜、白萝卜切条飞水装盘。

2 沙拉酱、炼乳、黄芥末、海之味鲜露、青芥辣调制成作料一同上桌。





香辣菜心

Xiang La Cai Xin

原料 娃娃菜，香辣脆。

做法 将娃娃菜嫩帮洗净切段，与香辣脆拌入味，装盘即成。



苦菊手卷

Ku Ju Shou Juan



原料 苦菊，紫甘蓝丝，寿司海苔，日式汁，鸡蛋炸酱。

做法 1 用海苔把苦菊、紫甘蓝丝包好装在餐具里。
2 蘸日式汁和鸡蛋炸酱食用。

松仁茉莉花拼乳瓜

Song Ren Mo Li Hua Pin Ru Gua

原料

茉莉花，乳瓜，松仁，食盐，味粉，葱油，香油。

做法

- 1 茉莉花冲水两小时，飞水备用。松仁炸熟备用。
- 2 茉莉花加食盐3克、味粉3克、葱油5克、香油1克拌匀装盘，撒上松仁即可。
- 3 乳瓜改刀，摆放在盘子上即成。

