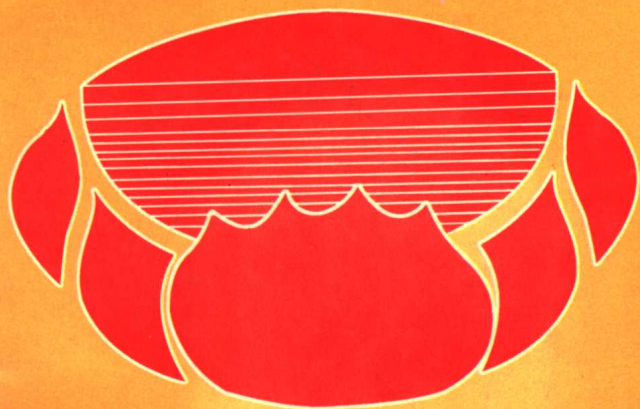


指定国家职业技能鉴定指导丛书

中式烹调师

(初·中·高级)

全国商业技能鉴定指导丛书编委会编



劳动部
国内贸易部 审 定
国家旅游局

九洲图书出版社

中华人民共和国职业
技能鉴定指导丛书

中式烹调师

九洲图书出版社

·北京·

(京)新登字 309 号

图书在版编目(CIP)数据

中式烹调师/《中式烹调师》编写组编. —北京:九洲图书出版社,1996.1

(职业技能鉴定指导丛书)

ISBN 7-80114-071-0

I. 中… II. 中… III. 厨师-烹饪-技术等级标准-考试-指导读物 IV. TS972

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95)第 20171 号

中式烹调师

出版:九洲图书出版社

经销:新华书店

印刷:一二〇一印刷厂

开本:787×1092毫米 1/32

字数:490千字

印张:23.75

版次:1996年1月第1版

印数:1—10000册

书号:ISBN 7-80114-071-0/G·19

定价:25.00元

序

人力资源的开发是经济起飞的重要支柱。纵观世界经济发达国家,其经济发展越来越依靠技术进步和劳动生产率的提高,都将不断提高劳动者素质作为长期发展战略。我国是一个人口大国,自然资源相对短缺,劳动者整体素质较低,因此,大力开发人力资源,倡导“科教兴国”,提高劳动者素质,对发展我国经济、提高综合国力有极为重要的意义,是实现我国经济腾飞的一项根本性措施。

职业技能开发是根据建立社会主义市场经济体制的需要,借鉴国外发达国家有关管理经验,为不断提高劳动力素质提出来的。它是以开发、利用和合理配置劳动力资源为出发点,以培养和提高劳动者职业技能,不断提高其素质,实现社会就业适应劳动力市场的需要和劳动力管理科学化为目标,通过建立培训、考核与使用、待遇相结合的劳动管理体制,逐步建立起规范的劳动力市场。编写《职业技能鉴定指导丛书》是职业技能开发体系的重要组成部分,作好这项工作对完善职业技能开发体系,规范考核行为,提高职工素质有重要作用。

中国商业职业技能鉴定指导中心根据劳动部、国内贸易部联合颁发的国家职业技能鉴定规范,组织专家编写了《中式

烹调师》、《中式面点师》、《美发师》、《餐厅服务员》等四个工种《技能鉴定指导丛书》，经劳动部职业技能开发司、国内贸易部行业管理司、国家旅游局人事劳动教育司联合审定，即将正式出版发行。这套丛书是按照《职业技能鉴定规范》所列知识和技能要求，参照国际上职业技能鉴定的状况，结合我国职业技能的特点分初、中、高三个等级编写，其特点是突出了实际操作的内容，改变了“重理论，轻技能”的模式。这是职业技能鉴定工作中的一件大事，也是对改革传统教材模式的一种探索。它是报考人员的考核指南，也可作为各类职业技能培训学校（班）强化技能培训的指导用书。下一步劳动部、国内贸易部将根据这套丛书，编制国家职业技能鉴定试题库，为客观、公正地评价劳动者的职业技能水平，促进职业技能鉴定工作向科学化、规范化、制度化方向发展奠定基础。

各级行业主管部门要高度重视这项工作，积极组织广大职工学习，引导广大职工立足岗位、刻苦钻研，努力提高技术水平，走岗位成才之路，为建设有中国特色的社会主义做贡献。

杨树德

1995年8月21日

中华人民共和国劳动部

劳培司字[1995]46号

关于推荐中式烹调师等八个工种 《职业技能鉴定指导丛书》的通知

各省、自治区、直辖市及计划单列市劳动(劳动人事)厅(局),新疆建设兵团劳动局,国务院有关部门劳资、教育机构:

为进一步贯彻实施《国家职业技能标准》,推动职业技能鉴定科学化、规范化管理,劳动部职业技能开发司委托中国商业职业技能鉴定指导中心和北京市劳动局、中国劳动出版社分别编写了中式烹调师等八个工种的《职业技能鉴定指导丛书》。中式烹调、中式面点、美发、餐厅服务四工种《职业技能鉴定指导丛书》由中国商业职业技能鉴定指导中心组织编写,九州图书出版社出版;西式烹调、西式面点、美容、按摩四工种《职业技能鉴定指导丛书》由北京市劳动局、中国劳动出版社组织编写,中国劳动出版社出版。

该套丛书严格按照《国家职业技能规范》中规定的知识和技能要求,分初、中、高三个等级编写。它是编制上述工种国家鉴定试题,建立国家题库的直接依据,是广大报考人员的考核

指南,也可作为各类职业技能培训学校(班)强化技能培训的指导用书。

该丛书经劳动部职业技能开发司、国内贸易部行业管理司、国家旅游局人事劳动教育司联合审定,并推荐作为申报上述八工种职业技能鉴定的人员和考评员培训之用。请各地分别向中国商业职业技能鉴定指导中心和中国劳动出版社订购。

劳动部职业技能开发司

1995年8月11日

国内贸易部司局文件

内贸行劳字[1995]第 54 号

关于推荐《中式烹调师》等四个工种 技能鉴定指导丛书的函

各省、自治区、直辖市、副省级城市、计划单列市商委、财办、商业、物资、粮食厅(局、集团总公司)：

为完善我国的职业技能鉴定制度，客观、公正、科学、规范地评价劳动者技能，促进职业技能鉴定社会化管理工作，劳动部和国内贸易部委托中国商业职业技能鉴定指导中心组织编写了《中式烹调师》、《中式面点师》、《餐厅服务员》、《美发师》四个工种的技能鉴定指导丛书，经劳动部职业技能开发司、国内贸易部行业管理司、国家旅游局人事劳动教育司共同审定，已由九洲图书出版社出版发行。

该丛书严格按照劳动部和国内贸易部联合颁发的职业技能鉴定规范的要求，分初、中、高三个等级编写。改变了以往“重理论、轻技能”及将知识与技能混在一起的模式，加大了实际操作的内容，增强了可操作性。它是编制上述工种国家鉴定试题和建立国家题库的直接依据，是广大报考人员的考核指

南,是考评员的必备丛书,是各类职业技能培训学校(班)强化技能培训的指导用书。请各地积极做好组织征订工作。

国内贸易部行业管理司

1995年8月21日

编审委员会

主任 杨树德

副主任 楼炳光 于培顺 房爱卿 赵伯雄

委员 (按姓氏笔画排列)

卫真 王建华 卢捷 邓钧 闵学冲

张慧伶 陈李翔 童小虎 熊进 魏晓英

主 编

杨明铎

主 审

孙万国 陈守斌 闵学冲 王兆宏 郑昌江

本书编写人员

马喜川 王兆宏 石长波 孙静 朱福根

杨秀刚 杨明铎 张培茵 屈守芳 郑昌江

阎喜霜 周福仁 陶波 侯仲轩 霍力

目 录

初级中式烹调师知识内容

第一章 烹调原料知识	1
第一节 熟悉烹调原料的基本知识	1
烹调原料的分类.....	1
烹调原料的选择与要求.....	2
烹调原料的品质检验.....	3
烹调原料的保管.....	5
第二节 蔬菜	8
蔬菜的分类.....	8
蔬菜的品种、特点.....	9
蔬菜的品质检验与保管方法.....	16
第三节 家畜类	17
家畜肉的主要种类与品质特点.....	17
家畜肉的组织结构.....	20
家畜肉的加工制品.....	22
乳和乳制品.....	24
家畜肉类的品质检验与保管.....	25
第四节 禽肉	27

家禽的种类和特点	27
常用野禽的种类和特点	29
蛋和蛋制品	31
家禽品质检验与保管	33
第五节 水产品	34
常用鱼类的主要品种与特点	34
其他动物水产品	46
鱼制品	50
水产品的品质检验与保管	51
第六节 干货制品	54
常用干货制品的分类与特点	54
干货制品的品质检验与保管知识	62
第二章 调味与调味品	64
第一节 调味与调味品的基本知识	64
味觉与调味	64
味的种类	64
第二节 掌握调味的阶段	66
加热前的调味	66
加热过程中的调味	66
加热后的调味	66
第三节 掌握调味的原则	67
下料必须恰当	67
要因人而异	67
要根据不同季节进行调味	67
要根据原料新鲜程度和性质进行调味	67
第四节 调味品的装盛、保管与合理放置	68

调味品的装盛、保管	68
调味品的合理放置	69
第三章 初步加工和初步热处理	70
第一节 掌握原料的初步加工知识	70
蔬菜类	70
畜肉类	72
禽类	73
蛋品、乳品	74
水产品	74
第二节 掌握原料初步热处理知识	75
焯水	75
上色(走红)	77
过油	78
汽蒸	79
第四章 火候	80
第一节 掌握火候的基本知识	80
火候的意义	80
燃烧的原理	80
第二节 了解烹调过程中热传递知识	80
传热介质	80
传热方式	85
第三节 熟悉、掌握火候的知识	86
火候的分类与鉴别	86
温度的控制	87
第五章 切配技术	89
第一节 刀工的一般知识	89

刀工的意义	89
刀工设备的种类与用途	89
刀工设备的保养	91
第二节 掌握基本刀法的适用范围和 技术操作知识	91
刀法的分类	91
各种刀的适用范围和操作要领	91
刀工后的原料成型	98
刀工的美化	102
第三节 了解配菜的基本原则与方法	103
配菜的基本原则	103
配菜的基本方法	104
第六章 烹调方法	107
第一节 烹调方法的基本知识	107
构成烹调方法的因素	107
烹调方法的分类	108
第二节 常用热菜烹调方法知识	108
煮、汆、涮、烩	108
烧、扒	111
炖、焖、煨、蒸	114
炸、煎、焗	117
炒、熘、溜、爆	120
烤、焗	125
挂浆(拔丝)、挂霜、蜜汁	127
第三节 常用冷菜烹调方法知识	129
拌、炆、腌	129

卤、酱、冻·····	132
腊、风、熏·····	134
盐水煮、白煮·····	136
第七章 食品卫生 ·····	138
第一节 食品卫生知识 ·····	138
烹调原料卫生·····	138
烹调成品卫生·····	143
饮料卫生·····	144
食品污染·····	144
食品腐败变质·····	145
第二节 食品卫生法知识 ·····	147
《中华人民共和国食品卫生法》·····	147
饮食卫生“五四”制·····	148
第八章 厨房设备及工具 ·····	150
第一节 厨房设备及工具的使用与管理知识 ·····	150
厨房设备及工具的主要种类·····	150
厨房设备及工具的使用·····	150
厨房设备及工具的管理知识·····	157
第二节 厨房易燃、易爆物品及设备的性能和 使用知识 ·····	157
第九章 成本核算 ·····	159
第一节 原料成本核算 ·····	159
原料成本的构成·····	159
原材料成本的核算·····	159
净料率及其应用·····	161
第二节 调味品成本核算 ·····	163

单位成本核算法·····	163
批量成本核算法·····	163
第十章 我国民俗及饮食习惯·····	164
第一节 我国各民族的基本知识·····	164
我国各地民风、民俗知识·····	164
我国各地饮食习惯·····	171
第二节 了解各国民俗、民风的基本知识·····	175
各国民俗及宗教知识·····	175
各国饮食习惯·····	180

初级中式烹调师技能内容

第一章 常用原料的宰杀、剖剥、整理、分档取料·····	184
第一节 常用蔬菜的洗涤、摘剔·····	184
叶菜类·····	184
茎类·····	185
根类·····	185
瓜类·····	186
茄果类·····	186
豆类·····	186
花菜类·····	186
第二节 常见水产品的宰杀、剖剥、洗涤、整理·····	187
鱼类·····	187
虾类·····	188
蟹类·····	188
贝类·····	189

其他常见水产品	189
第三节 常见家禽的宰杀、剖剥、洗涤、整理	190
鸡	190
鹅、鸭	191
鸽	191
鹌鹑	192
第四节 常见家畜的宰杀、剖剥、洗涤、整理	192
猪	192
牛	193
羊	193
第五节 熟练掌握常见原料的出骨和分档取料	194
整鱼分档和出骨	194
猪的分档取料与出骨	195
羊的分档取料与出骨	197
第二章 干货原料的涨发	199
第一节 掌握干货原料涨发的技术和方法	199
黑白木耳	199
冬菇	199
口蘑	199
猴头蘑	199
玉兰片	200
莲子	200
白果	200
海带	200
蹄筋	201
干肉皮	201