

中国烹饪世界大赛 冠军菜点

ZHONGGUOPENGRENSHJIEDASAI GUANJUN CAIDIAN



张旭辉 主编

辽宁科学技术出版社

中国烹饪世界大赛 冠军菜点

ZHONGGUOPENGREN SHI JIE DAI SA I
GUAN JUN CAI DIAN

张旭辉 主编

辽宁科学技术出版社



(辽)新登字4号

中国烹饪世界大赛冠军菜点
Zhong guo Pengren Shijie Dasai
Guanjun Cai dian
张旭辉 主编

辽宁科学技术出版社出版
(沈阳市和平区北一马路108号 邮政编码110001)
辽宁省新华书店发行 沈阳市第三印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 6.5 字数: 100,000 插页: 4
1993年6月第1版 1993年6月第1次印刷

责任编辑: 刘兴伟 版式设计: 于 浪
封面设计: 秀 中 责任校对: 东 戈

印数: 1-14,731
ISBN 7-5381-1641-9 / TS·166 定价: 20.00元

百花園中又一枝
遼菜飄香卷の海

為中國烹飪這代表國菜花
世界烹飪大富冠年題

胡平
一九八三年
三月

贺 信

辽宁省商业厅
辽宁省烹饪协会：

世界中国烹饪联合会最近在上海举办的第一届中国烹饪世界大赛，是一次高水平的比赛。中国烹饪协会辽宁代表队在这次比赛中取得了团体总分第一名的优异成绩，谨向你们，并通过你们向参赛的所有队员、组织和技术指导以及全省烹饪工作者，致以热烈地祝贺与衷心地感谢！希望你们再接再厉，戒骄戒躁，虚心学习各个国家、地区和国内各个省市代表队的长处与经验，继续为提高中国烹饪技艺，发展烹饪事业，作出新的贡献！

中华人民共和国商业部 中国烹饪协会

一九九二年十一月二十五日

序 言

世界中国烹饪联合会秘书长 林则普
中国烹饪协会常务副会长兼秘书长

不久前,世界中国烹饪联合会在上海举办了第一届中国烹饪世界大赛。来自日本、新加坡、马来西亚、美国、加拿大、英国、香港、中国台湾和大陆的18个代表队、121位选手参加了比赛。中国烹饪协会辽宁代表队在比赛中技压群雄,摘取了团体总分第一名的桂冠。现在呈现在读者面前的一部分作品,就是辽宁队队员烹制的各具特色的名饌佳肴的集锦。

中国烹饪和饮食文化,有着悠久的历史。它以其独特的风格和魅力,赢得了世人的赞誉。辽宁菜作为中国北方的一个地方风味菜系,在原料、技法、口味以及代表性菜肴诸方面,均有其浓厚的地方特色,是中国烹饪百花园中的一朵奇葩。在我国这个幅员辽阔的多民族的大家庭中,辽宁是满族聚居的一个主要省分,沈阳(过去称盛京、奉天)是满清入主中原后的首都。辽宁菜深受满族食俗的影响,特别是受满清宫廷菜和王府菜的影响很大。因此,辽菜在其漫长的发展进程中,清朝时期的发展最为明显。当时的盛京,饮食市场也十分兴旺。新中国建立后,尤其是进入80年代以来,随着经济、文化的发展与交流,辽菜有了长足的进步,并且涌现出一批颇有造诣的烹调名师。辽宁的烹调师们,在继承和发扬辽菜特点的基础上,吸收其他菜系的精华,融汇贯通,使辽菜烹调技艺达到了一个新的水平。正是在这样一个背景和条件下,辽宁烹坛人才倍出,在历届全国性和这次世界性烹饪比赛中成绩显赫,令人刮目相看。

烹饪比赛的目的是为了提商烹饪技术,并尽快把它转化为生产力,以适应饮食市场和广大消费者的需要。这就要求获奖的菜点不仅出现在赛场,而且要出现在市场;要求获奖的选手不仅能做好获奖的菜点,而且能制作并向市场提供更多的优质品种。也就是说,要把赛场的金牌变成市场的王牌。做到了这一步,才算达到了比赛的目的,才能为广大消费者所承认,并且可以带来巨大的经济效益和社会效益。我们的选手,我们的企业,我们的烹饪协会,都应为此而不断努力,开拓前进。

1992年12月12日于北京

冠军菜点

——中国烹饪世界大赛
冠军队菜点精选

GUANJUN CAI DIAN



HAN 18/06

李春祥

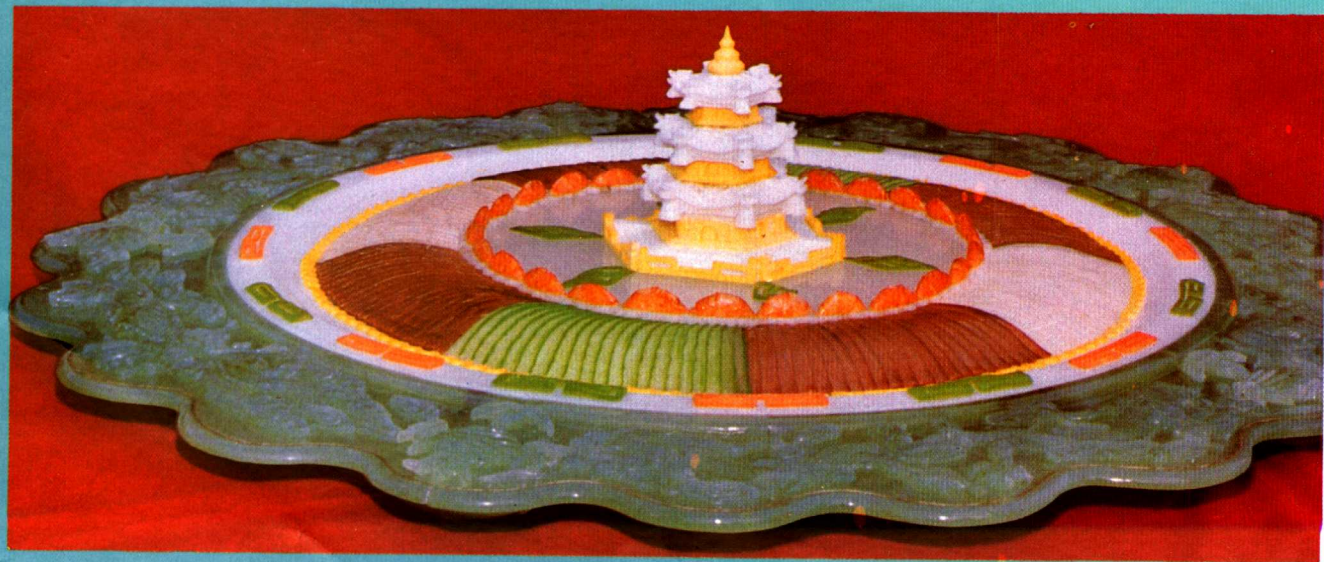
中校、副教授、特一级厨师、国家高级烹调师



李春祥 沈阳军区后勤部机关食堂助理员，中校、副教授，特一级厨师，国家高级烹调师，全国烹饪协会理事，辽宁省烹饪协会常务理事，国防大学高级顾问。

1978年参加工作，1984年，他参加了辽宁省首届烹饪技术大奖赛，荣获三等奖，1986年考入特三级厨师。1987年，他参加了全军烹饪技术大赛，获冷菜三等奖。1988年5月，他作为解放军代表队员，参加了全国第二届烹饪技术大奖赛，一举荣夺“三项全能”金杯1个，金牌1枚，银牌3枚，铜牌2枚。被大赛评委会评为全国“十名最佳厨师”之一。沈阳军区后勤部授予他一等功。晋升为特二级厨师。并破格由志愿兵提为正连级教员。1988年，他组织编写了《新编筵席集锦》一书。1989年他考入了特一级厨师。1986年来，为军内外培训等级厨师700余名。1990年，他为了普及烹饪技术，为部队的边远地区和社会的千家万户服务，他设计并掌勺摄制了《家庭烹饪大观》教学录像带1—4集。1991年，他又编写了《实用家常菜点》一书。1992年11月，他参加了中国烹饪世界大赛，荣获金牌2枚。1992年12月，他被沈阳军区推荐为全国军队两用人才先进个人，受到了党和国家领导人的接见和鼓励。

李春祥为中国烹饪技术的继承和创新做出了突出贡献，参加编写了《烹饪荟萃》、《辽宁名筵》、《中国名菜大观》等十余部全国性的专业著作。他被编入1990年中国名人年鉴。



玉器什锦古塔（此菜荣获中国烹饪世界大赛金牌、特别金牌第一名）



鱼香茄子

原料：长茄子、胡萝卜、黄瓜及调味品。

制作：将茄子改成蜈蚣刀纹，下油锅炸透。炒鱼香汁浇蒙即成。

此菜柔软清鲜，经济实惠。

滑炒鱼米

原料：鲜鲤鱼，胡萝卜，黄瓜，青菜，小酥糊，樱桃，香菜，调料。

制作：将鱼头、尾剃下，裹小酥糊炸成型。青菜用鲜汤煨熟。鱼肉和配料切成粒滑炒，然后将各种食品盛入盘里成型。

此菜制作精细，色泽鲜艳，鲜嫩适口。



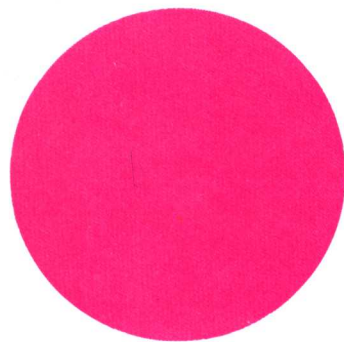


脆炸香蕉

原料：香蕉、面包渣、面粉、鸡蛋。

制作：香蕉去皮撒入面料、拖蛋液，沾面包渣，下油锅慢炸成金黄色即成。

此菜外酥脆，里软糯，香甜适口。





珍珠素大虾

原料：大红萝卜、菠菜、番茄酱及调料。

制作：用萝卜雕成大虾和珍珠。大虾经腌烫，靠后出勺，菠菜用花椒油焯熟，加调料出勺，萝卜球清蒸后放在菠菜上面勾白汁即成。

此菜形象逼真，制作精细，甜酸清鲜。

什锦汤

原料：冬菇、冬笋、青菜心、青豆、胡萝卜、大虾、鱿鱼、人造蟹肉及调料。

制作：将各种原料按不同形状切好，分别下开水锅烫一下，按先后下入鲜汤锅里，熟后再逐样盛入汤盆里，汤汁勾点芡调准味即倒菜品中。

此菜酥嫩鲜香，色彩艳丽。





四川扣肉

原料：猪五花肉、冬菇、冬笋及调料。

制作：将肉下开水锅，加各种调味品煮熟，晾凉后切成梳子形大片，码入抹有糖色的碗里，加冬菇、冬笋和调味品上屉蒸熟，扣入盘里，勾汁即成。

此菜酥烂香糯带甜。



鸽脯红梅菜胆

原料：鸽脯肉、鲜鱼肉、青菜心、青椒、胡萝卜及调料。

制作：鸽脯滑炒。鱼肉剥茸做成红梅靠制，菜心用鲜汤煨透，分别码入盘里即成。

此菜色泽清晰，三菜三色，搭配巧妙。

麻婆豆腐

原料：豆腐、葱段、青椒、辣豆瓣酱及调料。

制作：将豆腐切成小方块，用开水锅烫一下。捞起，勺内放油炸锅后下豆腐，加鲜汤和调味品，勾汁，下调味料颠翻后出勺。

此菜麻辣鲜香，色泽鲜艳。



甜烧白

原料：糯米、五花肉、大红枣、京糕、胡萝卜、冬菇、豆沙馅、青红丝等。

制作：糯米蒸熟捣成糕状，猪肉加调料煮熟，碗底放几个冬菇，放入米糕和青红丝，将猪肉切成夹刀片，抹入豆沙馅和胡萝卜片码碗里蒸透。红枣加白糖蒸透。将原料扣入盘里，用白糖、蜂蜜炒汁浇蒙即成。

此菜软糯甜香。



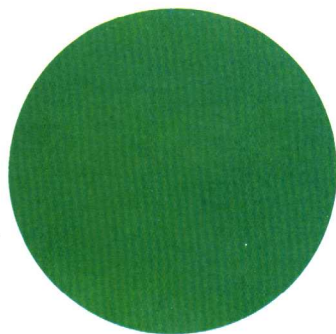


西炸赛梨

原料：澄沙馅、土豆、面包、鸡骨、菜松。

制作：将土豆蒸熟压泥加入少许白糖，包入澄沙馅制成梨状。蘸面粉、鸡蛋液，滚上面包渣，下油锅慢炸至金黄色，码入铺有菜松的盘里即成。

此菜形状逼真美观，香甜适口。



荷花白菜

原料：嫩白菜帮、猪肉、大虾、青豆及调料。

制作：将猪肉、虾肉剁成泥加调味品搅拌上劲。菜帮用开水烫透片成片，逐片抹入肉馅卷成圆筒状，上屉蒸熟后勾白汁，用黄瓜等点缀即成。

此菜形象美观，鲜嫩清鲜。



椒麻素排骨

原料：水面筋、冬笋、菠菜、胡萝卜、冬菇及调料。

制作：将水面筋缠绕在冬笋条上即成素排骨，菠菜用花椒油焯熟加调料起锅摆入盘里。素排骨红烧，胡萝卜球清蒸，分别盛入盘里即成。

此菜三素制作方法各异，清淡素雅。

林 波

国家特一级烹调师、高级工人技师



林 波 国家特一级烹调师，高级工人技师，现任大连海味馆副总经理，辽宁省烹饪协会理事。他1975年参加工作，拜名厨戴书经为师。长期以来在师傅的言传身教下，烹调技术不断提高。1986年他创新的“玉莲仙子”、“珍珠琵琶虾”获大连市电视表演赛三等奖，并在1989年被大连市二商局评为优秀专项成果奖，1990年他创新的“花碟彩拼”、“凤尾鲍翅”、“兰花虾球”在大连市首届工人技能大赛中获第一名，被授予大连市烹调工种技术状元的光荣称号。1992年他创新的“鲜鲍拜龙虾”在第一届中国烹饪国际大赛中，力压群雄，荣获金牌。并同名师一起编著了《中级厨师培训教材》一书。曾被大连市授予新长征青年突击手，被市总工会记大功两次。

鲜鲍拜龙虾

（此菜荣获首届中国烹饪世界大赛金牌）

原料：鲍鱼、大虾、鱼料、蛋清、青、红甜椒、调味料等。

制作：将鲍鱼改成树叶形花刀。油爆后围摆在盘子的外围。大虾由脊背片开，抹上鱼泥，上屉蒸熟，摆盘浇白汁即成。

此菜色彩顺其自然，雅而不素，造型美观，咸鲜，软嫩。



宫灯彩色里脊丝

原料：里脊肉、青、红肉椒、冬笋、冬菇、胡萝卜、其它配料等。

制作：将里脊切丝，上浆，滑好。青、红肉椒、冬笋、冬菇、葱、姜切丝、冬瓜旋刻成圆形，煮酿好。用其它配料围摆点缀成宫灯形，再将肉丝加配料丝滑炒好装入盘中即成。

此菜色泽鲜艳，造型雅致，咸鲜滑爽。



玉莲仙子

此菜获大连市首届海鲜菜肴大奖赛中低档原料菜肴第三名。

原料：海鲜、鱼泥、海胆馅、其它配料等。

制作：将海鲜加调料，上屉蒸熟取出。菜心煸炒后，相间摆海鲜之间。鱼泥内酿入海胆馅，抹塑成荷花瓣状，蒸熟，浇白汁即成。

此菜形色素雅，咸鲜、嫩软。



凤尾鲍翅

此菜获辽宁省首届技能大赛操作第一名。

原料：发好鱼翅、大虾尾段、鲍鱼、其它配料等。

制作：将鱼翅用酒喂好。经红扒放入盘中。鲍鱼改成树叶形，油爆后围摆鱼翅外圈。用虾肉和各种丝卷成凤尾形，蒸熟后相间摆在鲍鱼之间，浇白汁即成。

此菜色彩自然清雅，形态赏心悦目，咸鲜、滑糯、脆嫩。

