

厨师

四大绝技

李顺发 王国君 主编

大绝技



中原出版传媒集团
大地传媒

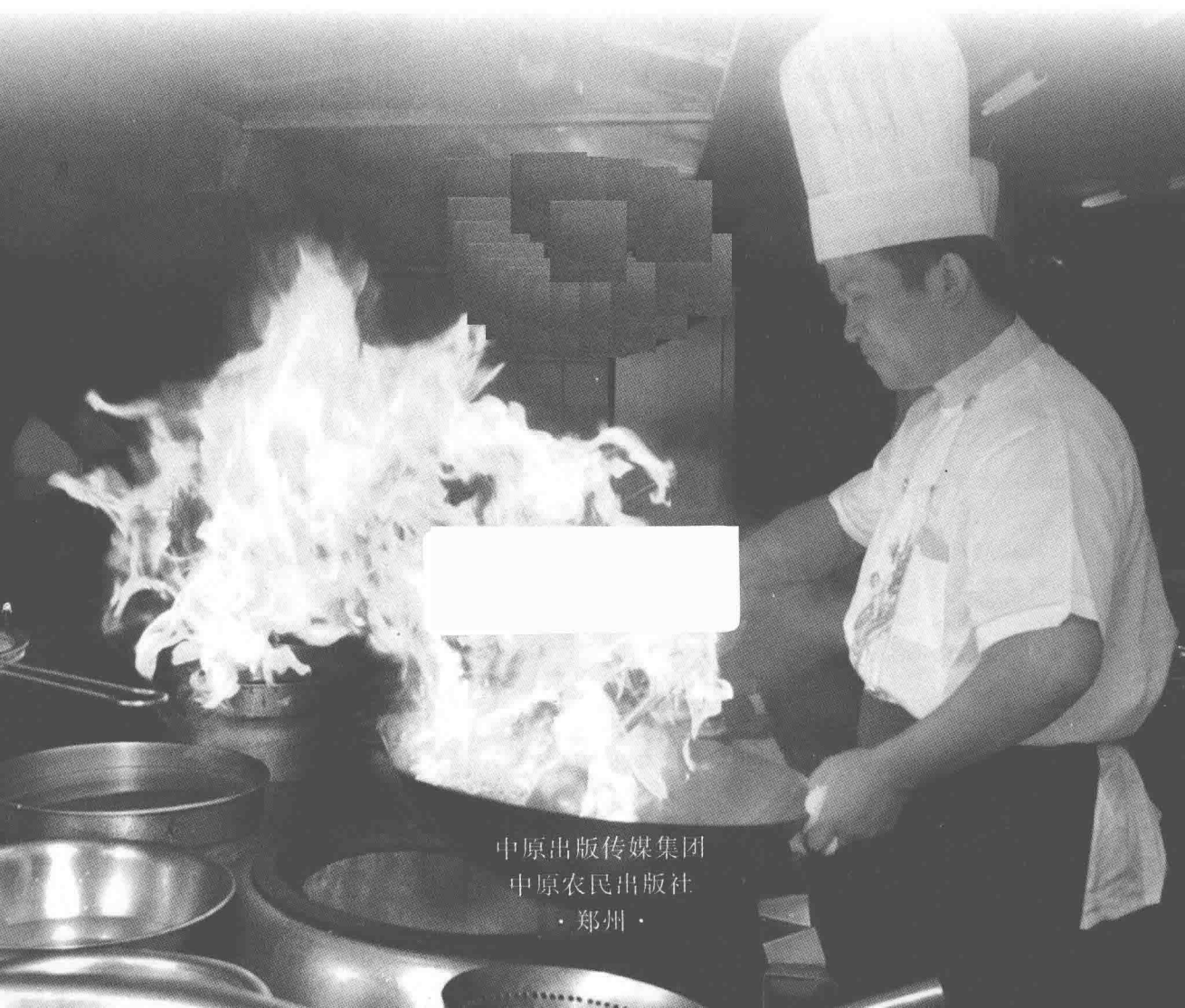
中原农民出版社

厨师

四大绝技

李顺发 王国君 主编

大绝技



中原出版传媒集团
中原农民出版社
· 郑州 ·

本书创作职员表

主 编 李顺发 王国君
副主编 陈 伟 付保顺 刘洪涛 陶进业 马冬瑞
魏 东 朱长征 朱 琦 杨煜灿 史美玲
摄 影 禹明晖 刘红雨 车 夫

图书在版编目(CIP)数据

厨师四大绝技/李顺发,王国君主编.—郑州:中原出版传媒集团,
中原农民出版社,2014.7

ISBN 978-7-5542-0763-5

I.厨… II.①李… ②王… III.①烹饪-方法-中国-图解
IV.①TS972.117-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 153583 号

出版社:中原出版传媒集团 中原农民出版社

(地址:郑州市经五路 66 号 电话:0371—65751257

邮政编码:450002)

发行单位:全国新华书店

承印单位:安阳市泰亨印刷责任有限公司

开本:787mm×1092mm

印张:11

1/16

字数:180千字

插页:8

版次:2014年7月第1版

印次:2014年8月第1次印刷

书号:ISBN 978-7-5542-0763-5

定价:25.00 元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换

目 录

引子	(1)
----------	-----

第一章 刀功绝技

第一节 刀功基础知识	(5)
一、刀功的概念与作用	(6)
(一)刀功的概念	(6)
(二)刀功的作用	(6)
二、刀功的基本要求	(7)
第二节 刀法知识	(8)
一、刀法的概念及分类	(8)
二、直刀法	(8)
(一)切	(8)
(二)剝、砸、刀鏊	(14)
(三)砍(又称劈)	(16)
三、平刀法	(17)
(一)平刀片	(17)
(二)推刀片	(19)
(三)拉刀片	(20)
(四)推拉片	(21)
(五)抖刀片	(21)
(六)滚料片	(22)
四、斜刀法	(23)
五、削刀法	(24)
第三节 原料成形	(26)
一、基本工艺形	(26)
(一)片	(26)
(二)丝	(30)
(三)条	(34)
(四)段	(35)

(五)块	(35)
(六)丁、粒、末	(37)
二、花刀工艺形	(38)
(一)整形原料花刀	(38)
(二)小型原料常用花刀	(45)

第二章 涨发绝技

第一节 水发绝技	(63)
一、冷水发	(63)
(一)浸发方法及实例	(63)
(二)漂发方法及实例	(65)
二、热水发	(65)
(一)泡发方法及实例	(65)
(二)煮焖发方法及实例	(67)
(三)蒸发方法及实例	(69)
第二节 碱发绝技	(71)
一、熟发(碱面发)	(71)
二、生发(碱水发)	(73)
第三节 油发、盐发、火发绝技	(74)
一、油发	(74)
二、盐发	(76)
三、火发	(78)
四、其他涨发	(78)

第三章 制汤绝技

第一节 汤之味	(81)
第二节 大厨制汤	(82)
一、制汤的材料	(82)
(一)制汤的原料	(82)
(二)制汤的辅料	(85)
二、制汤的方法	(85)
(一)白汤	(85)
(二)清汤	(88)
(三)牛肉清汤	(92)
(四)羊肉清汤	(92)
(五)鱼汤(鱼浓汤)	(93)

(六)鸡汤	(93)
(七)三合汤	(95)
(八)黄豆芽汤	(95)
(九)香菇汤	(97)
(十)口蘑汤	(98)
(十一)鲜笋汤	(98)
(十二)鲜蘑菇汤	(100)
三、高汤的存放	(100)

第四章 火功绝技

第一节 火候和油温常识	(103)
一、火候与火力	(103)
(一)火候及火力的概念	(103)
(二)火力的种类	(103)
二、掌握火候的基本原则	(105)
三、油温的鉴别与掌握	(105)
(一)油温的鉴别	(105)
(二)油温的掌握	(107)
四、过油的方法	(107)
(一)过油的作用	(107)
(二)过油的分类	(107)
第二节 水熟火功法	(108)
一、烧火功法	(109)
(一)红烧火功法及例菜	(109)
(二)白烧火功法及例菜	(110)
(三)干烧火功法及例菜	(111)
(四)葱烧火功法及例菜	(112)
二、扒火功法	(114)
三、炖火功法	(117)
(一)隔水炖及例菜	(117)
(二)不隔水炖及例菜	(118)
四、焖、烩火功法	(120)
(一)焖火功法及例菜	(120)
(二)烩火功法及例菜	(124)
五、煨、余、煮火功法	(125)
(一)煨火功法及例菜	(125)

(二) 氽火功法及例菜	(126)
(三) 煮火功法及例菜	(128)
六、蜜炙火功法	(129)
第三节 油熟火功法	(132)
一、炸火功法	(132)
(一) 清炸火功法及例菜	(132)
(二) 干炸火功法及例菜	(134)
(三) 软炸火功法及例菜	(136)
(四) 香炸火功法及例菜	(138)
(五) 酥炸火功法及例菜	(140)
(六) 卷包炸火功法及例菜	(142)
二、熘火功法	(144)
(一) 焦熘火功法及例菜	(144)
(二) 软熘火功法及例菜	(145)
(三) 滑熘火功法及例菜	(146)
三、爆火功法	(147)
(一) 油爆火功法及例菜	(148)
(二) 芡爆火功法及例菜	(149)
四、炒火功法	(151)
(一) 生炒火功法及例菜	(151)
(二) 滑炒火功法及例菜	(151)
(三) 干煸火功法及例菜	(154)
(四) 软炒火功法及例菜	(156)
(五) 熟炒火功法及例菜	(156)
五、烹煎火功法	(157)
(一) 烹火功法及例菜	(157)
(二) 煎火功法及例菜	(160)
六、拔丝、挂霜火功法	(161)
(一) 拔丝火功法及例菜	(161)
(二) 挂霜火功法及例菜	(163)
第四节 汽蒸火功法	(165)
一、清蒸火功法及例菜	(165)
二、粉蒸火功法及例菜	(166)
三、酿蒸火功法及例菜	(168)
四、蒸扣火功法及例菜	(169)

引子

与西方餐饮『菜生而鲜、食分而餐』的传统饮食文化相比，中国菜更讲究色、香、味、形、器。食，尤其追求先赏后尝，口齿留香。

中国的饺子能成宴，一条鱼能做出『一百变』……这让西方烹饪大师惊羨不已。

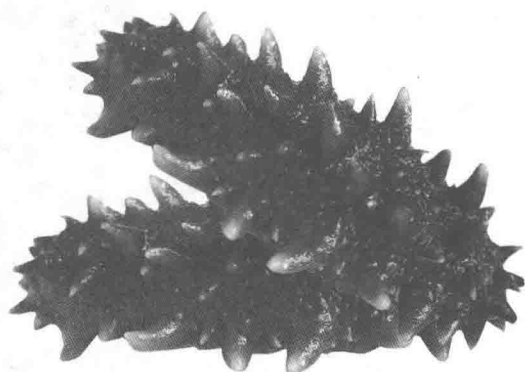
中国烹饪一枝独秀，中餐美饌世界名扬，皆得益于厨师四大绝技。刀功有『七十二般』变化，火候有『三十六计』兵法。鲜料制备最佳，干货全靠涨发。汤出十二辰，菜增味三分。绝矣！

厨之章法，做细为大，做精为华。





第一技 刀工



第二技 涨发



第三技 制汤



第四技 火功



第一章 刀功绝技

厨师四大绝技，会一技为厨，会二技为师，
会三技为大师，会四技全活儿，可自成一派。



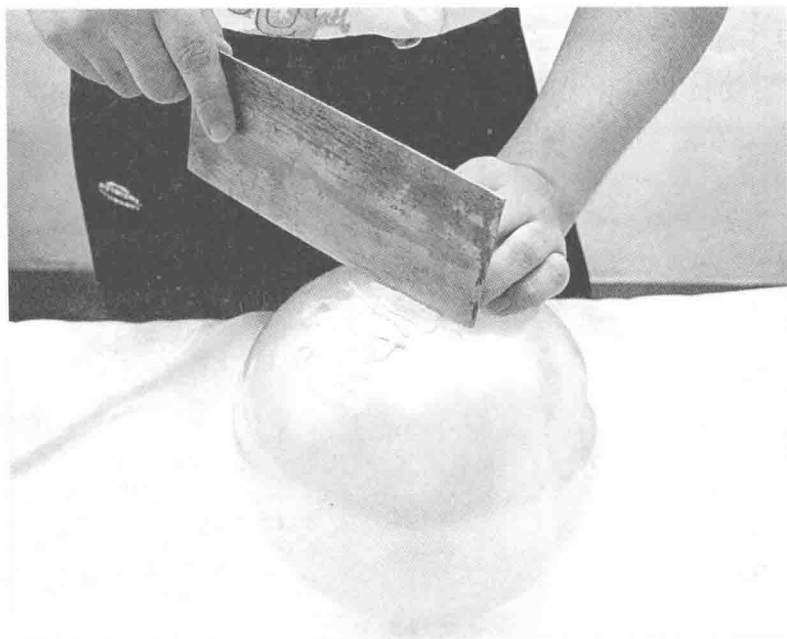


第一节 刀功基础知识

孙中山先生在论及中国烹饪文化时说：“我国近代文明进化，事事皆落人之后，惟饮食一道之进步，至今尚为文明各国所不及。中国所发明之食物，固大盛于欧美；而中国烹调法之精良，又非欧美所可并驾。”

中国烹饪经久不衰，且日臻精良，缘由很多，其中刀下之功，令烹饪之法锦上添花。可以这么说，没有刀功绝技，就没有烹饪的文化，也就没有烹饪的发展。

刀功与烹饪几乎同时产生。在刀耕火种、猎兽解肢而食的原始社会，石刀、骨刀即与人类的生存息息相关。人类社会发展到知味烹调食物以及青铜器时期，刀功技术又有了长足的进步。商代，从薄刃铜刀到精巧锋利的刀具制作，可推测出当时的刀功技术已有较高的水平。我国烹饪圣祖伊尹，不仅创立了“五味调和论”，更是一位刀法娴熟的高手。孔子曰：“割不正不食。”足见刀功之重要。杜甫诗云：“饔子左右挥霜刀，鲙飞金盘白雪高。”可谓用刀之高超。故而中国早就有“烹饪自古重刀功”之说。



气球上切肉丝

一、刀功的概念与作用

(一)刀功的概念

刀功就是运用各种刀具,采用不同的刀法,将烹饪原料加工成一定形状的技艺。

刀功是烹饪技术的基础,熟练地掌握和应用刀功,能够为顺利烹饪创造良好的条件。刀功技艺不仅能使菜肴成品发生“形”的变化,还能给人以美的享受。如今烹饪行业依然流行着“七分切配三分灶”的说法。

(二)刀功的作用

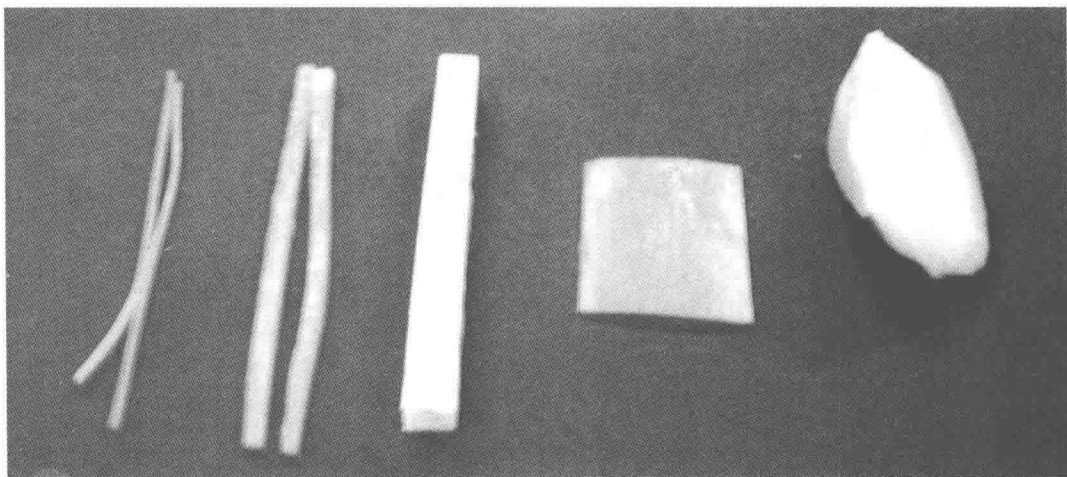
中国烹饪讲究造型。要使各种各样的原料成菜后形态美观,必须通过纯熟和精湛的刀功技艺来实现和完成。刀功的作用有以下几点:

1.便于烹调 各种烹饪原料形态各异,大小不一,必须将原料加工成一定形状,如块、丝、丁等以利于烹调。

2.便于入味 菜肴只有入味才能称得上好吃。烹饪时将体大、形厚的原料,通过刀功处理,使原料变小,或剖上花刀,易于调味品渗透到原料内部。

3.便于食用 烹制美味佳肴的目的是供人们食用的,人口的容量有一定的限度,因而中餐菜品,无不切制得大小适中,便于送入口中进行咀嚼,同时彰显进餐者的斯文。

4.整齐美观 原料经刀功处理后,能形成规格一致、整齐划一、薄厚均匀、粗细相同的各种形态,并保证成品既整齐又美观。所谓“刀下生花,油里开花”,就是对刀功技艺美化菜肴的最佳赞誉。



形态各异的成形原料

二、刀功的基本要求

刀功操作不能随心所欲,必须按照一定的基本要求,才能体现刀功的技术和艺术性。

1.整齐均匀,协调统一 对于刀功处理后的形态,古有“割不正不食”,今有“切不好不用”之说。因此,经刀功处理后的原料,无论切成什么形状,均须达到整齐划一、大小一致、粗细均匀、厚薄相同。另外,同一菜肴中的主、配料形状,必须既协调又统一。一般要求为:配料形状应同主料形状相似,并稍短于主料。

2.清爽利落,断连分明 刀功处理原料过程中,其成形原料,均应断面平整,没有毛边,断要断开,连要分明。不可似断非断,藕断丝连。

3.配合技法,适于烹调 刀功处理后的原料形状和烹调方法密切配合,才能达到菜肴质量要求,烹出美味佳饌。如使用炖、煨、焖等长时间加热的烹调方法时,原料应加工得大一些、厚一些;使用爆、炒等烹调方法时,原料应加工得小一些、薄一些。

4.熟知原料,掌握性能 烹饪原料的性能和质地千差万别,刀功处理时,必须熟知和掌握各种不同原料的性能和质地,采用不同的刀功,进行不同的处理。如质地脆嫩的青笋、黄瓜多用切;软韧的肉类原料,多用切、片;带骨的原料,多用砍。另外,质地老、纤维粗的原料,应与肉纹垂直(俗称顶丝)切制,并要薄一些;质地嫩、纤维细的原料,应顺着肉纹(俗称顺丝)切制,成形须略粗、稍厚些。

5.合理用料,物尽其用 好厨师不仅能将原料切制成各种精美的形状,还要善于合理使用,不浪费任何原料。要做到大材大用,小材小用,合理分用,落刀成材,物尽其用。

6.保持营养,干净卫生 菜肴不仅要求色、香、味俱佳,更讲究营养和卫生。在刀功处理过程中,力求既干净卫生,又保持原料的营养不损失。如蔬菜要先洗后切,动物性原料不长时间浸泡在水中等。干净卫生包括个人卫生和工具、设备、环境的卫生。



第二节

刀法知识

一、刀法的概念及分类

刀法是将烹饪原料加工成一定形状所采用的运刀技法。简言之,就是刀的使用方法。

刀法种类很多,各地称谓也有差异。一般根据刀刃与墩面(砧板)或原料的接触角度,及刀的运动规律,分为直刀法、平刀法、斜刀法、刮刀法及其他刀法。厨艺界把刀法分为切、剁、砍、片、抖、拍、削、挖、刮、旋、砸、捶、撬等。

二、直刀法

直刀法是刀刃与原料或墩面成直角而行刀的一种方法,又可分为切、剁、砍等。

(一)切

切为左手按原料,右手持刀,垂直对准原料,向下用力,将原料断开的一种行刀方法。它又细分为直切、推切、拉切、推拉切、锯切、铡切、滚切等七种。

1. 直切(又称跳切) 直切要求刀与原料垂直,并较快地做上下垂直运动,将原料切断。

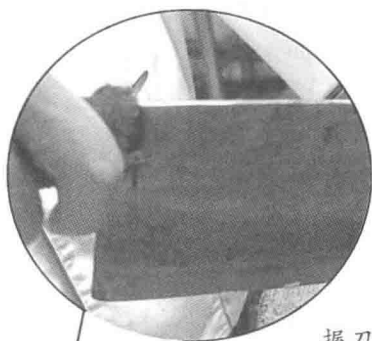
(1)操作方法 左手扶稳原料,中指第一节弯曲处顶住刀身,手掌按在原料或墩面上;右手持刀,用刀刃的中前部对准原料要切位置;刀上下垂直起落将原料切断。如此反复直切直至切完原料。

(2)易出现的问题及解决方法

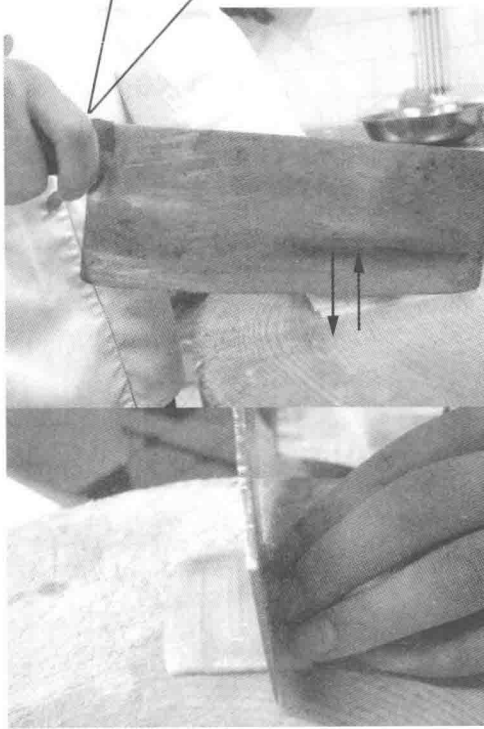
【问题1】 切出的片厚薄不一致。

【原因】 落刀不准,刀距不相等。

【解决方法】 需要训练均匀移动,两手配



握刀方法



合协调,灵活自如,落刀稳而准。

【问题2】 切出的片一边薄一边厚。

【原因】 在切制过程中刀不由自主地或里或外向一边倾斜,即刀与原料不是完全垂直或者说没形成直角。

【解决方法】 先空切练习,使刀身始终保持与墩面垂直;再切原料练习。

【问题3】 开始切片较整齐,逐渐出现一边薄一边厚。

【原因】 右手持刀切制时,有些余力向一方运行,刀逐渐远离垂直线而造成。

【解决方法】 适当改变用力,将力集中在刀刃的中前部位并垂直向下。

(3)适用原料 脆性原料皆可采用此刀法,如黄瓜、土豆、鲜藕、青笋、白菜、胡萝卜、白萝卜等。

2.推切(又称推刀切) 推切要求刀与墩面垂直,刀从后向前推下去,一推到底,将原料切断。

(1)操作方法 左手扶稳原料,用中指第一关节弯曲处顶住刀身;右手持刀,用刀刃的前部对准原料被切位置;刀从上至下,自后朝前推切下去,将原料切断;然后右手腕向后起伏,再如前面的方法推切,直至切完原料为止。

(2)易出现的问题及解决方法

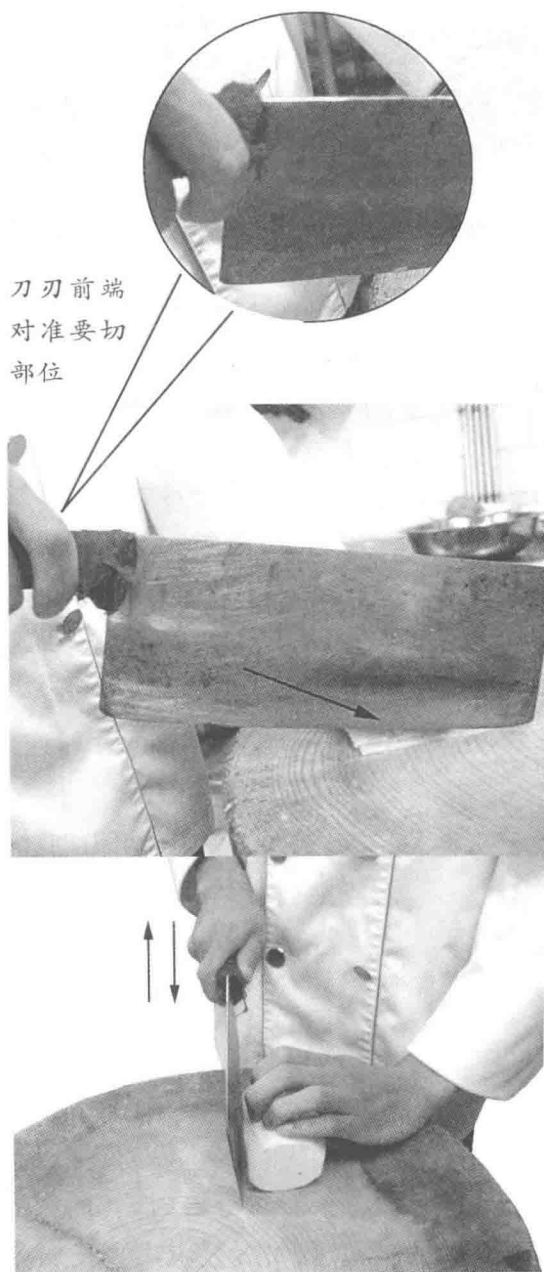
【问题1】 切出的片厚薄不均。

【原因】 落刀不准,刀距不等。

【解决方法】 切制时要注意,左手朝左后方移动,每次移动的距离应与刀距相等。

【问题2】 片与片藕断丝连,未能完全断开。

【原因】 除去墩面不平或刀刃上有豁口等客观条件外,主要是在推切过程中用力



不充分,没能将原料全部推切断开。

【解决方法】 在切制中,略微加大用力即可。

(3)适用原料 各种软韧性原料皆可采用此刀法,如猪肉、牛肉、羊肉及较硬实的咸肉、五香牛肉、海带等。

3.拉切(又称拉刀切) 拉切与推切是相对的两种刀法,只是方向相反。前者是向前推,后者是向后拉。



(1)操作方法 左手扶稳原料,用中指第一关节弯曲处顶住刀身;右手持刀,用刀刃的后部对准原料被切位置;刀由上至下,向后方运动,用力将原料拉切断开,右手腕向前起伏,再对准原料,如前反复拉切。

(2)易出现的问题及解决方法

【问题1】 在拉切过程中原料不稳且易滑动。

【原因】 ①左手没有将原料扶稳。②原料与墩面接触的部位不是一个平面。③墩面有水分或不清洁。

【解决方法】 在拉切前先将墩面刮净,再将原料片出或切出一个平面,放在墩面上,切时扶稳即可。

【问题2】 有的片相连,有的片厚薄不一致。

【原因】 用力大小不一致;刀身不垂直。

【解决方法】 用力彻底、完全,可使原料断开。在拉刀过程中刀身不可左右或来回倾斜。

(3)适用原料 各种较软或较脆的原料皆适合此刀法,如里脊肉、鸡肉、猪腰子等。

4.推拉切 推拉切是推切和拉切相互连贯起来的刀法。刀先向前推切,接着再向后拉切,一前推一后拉,直至切完原料。此刀法效率较高。

(1)操作方法 左手扶稳原料,右手持刀,先用推刀将原料断开(方法同推切),然后再运用拉切的方法,将原料断开(方法同拉切)。如此将推切和拉切连贯起来,反复应用直至切完原料为止。

