

四川烹饪高等专科学校组织编写审定

吕懋国 主编 / 吕懋国 罗 文 龙青蓉 撰稿

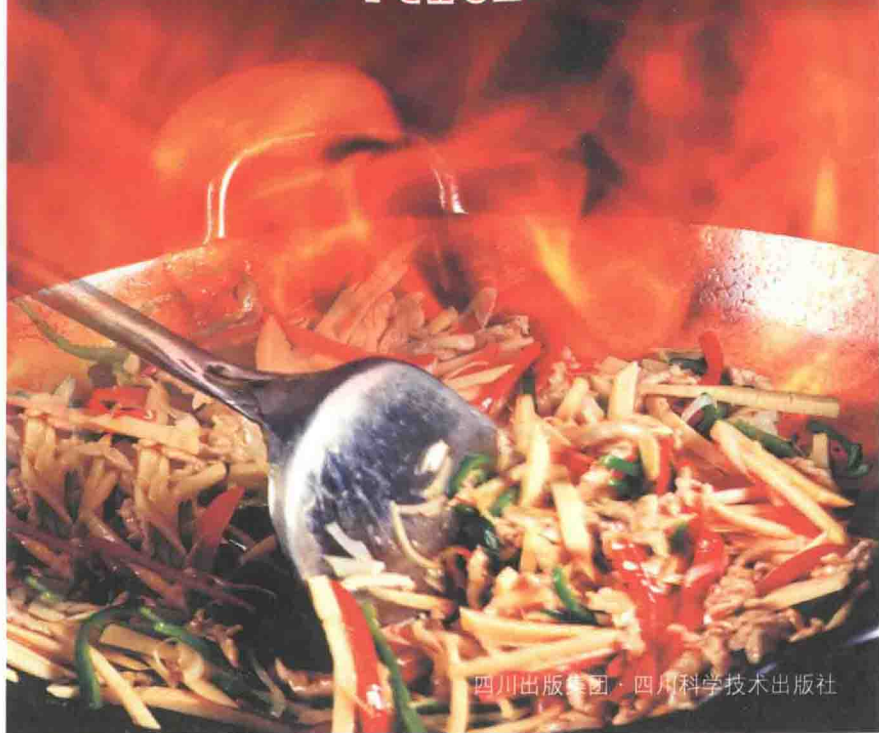
红案

菜品烹制技法



CAIPIN PENGZHI JIFA

最新版



四川出版集团·四川科学技术出版社

■ 修订版

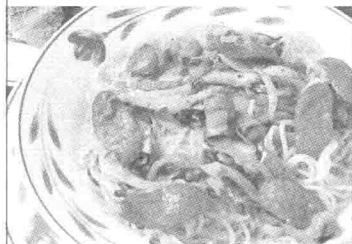
厨艺入门丛书

红 案

——菜品烹制技法

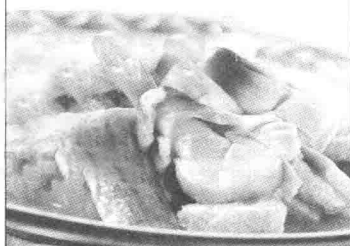
吕懋国 主编

吕懋国 罗 文 龙青蓉 撰稿



丛书分为《红案——菜品烹制技法》和《白案——面点小吃制作技法》两册。红案一书着重介绍了基本的烹饪工艺和菜肴制作，分为凉菜、热菜两大部分。

四川烹饪高等专科学校审定



四川出版集团·四川科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

红案:菜品烹制技法/吕懋国主编. -2版. -成都:
四川科学技术出版社,2008.7(2009.1重印)

ISBN 978-7-5364-6545-9

I. 红… II. 吕… III. 烹饪-方法 IV. TS972.11

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第111397号

红案——菜品烹制技法(最新版)

主 编 吕懋国
撰 稿 吕懋国 罗 文 龙青蓉
责任编辑 丁大镛
封面设计 韩健勇
版式设计 梁 成
责任出版 邓一羽
出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社
成都市三洞桥路12号 邮政编码610031
成品尺寸 203mm×140mm
印张10 字数200千 插页3
印 刷 四川五洲彩印有限责任公司
版 次 2008年7月成都第一版
印 次 2009年1月成都第七次印刷
定 价 18.00元

ISBN 978-7-5364-6545-9

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。

地址/成都市三洞桥路12号 电话/(028)87734035

邮政编码/610031 网址:www.sckjs.com

红案

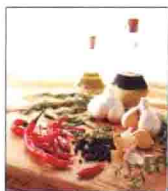
Hongan





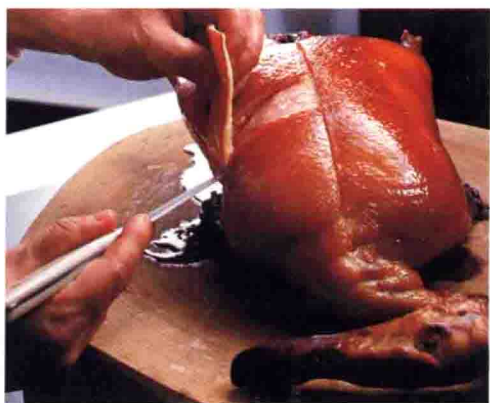
红案

Hongan



红案

Hongan





Hongan



修订再版序言

几年以前,针对餐饮业业态发展势头强劲、市场对烹饪专业人才需求量急剧增加的具体情况,我们约请四川烹饪高等专科学校技能教学部的专家学者,编写了这套《厨艺入门丛书》。

丛书出版以后,市场反响热烈,广大读者通过学习本书,学到了系统规范的烹饪专业知识,掌握了适用有效的就业技能,同时也拓展了就业渠道。一些读者经过认真学习、实践本书所授的烹饪知识技能,如愿成功地找到了自己理想的工作;一些烹饪教学机构,更是将本丛书列为教学必备书籍使用。作为本书的编辑出版者,对此我们颇感欣慰和满足。

《厨艺入门丛书》出版以来,已先后再版5次,这也足以印证市场对本丛书的认可和读者的需求。由于近年来餐饮市场发展变化较快,为了适应这种变化,更加充分地满足读者的需要,我们应对餐饮市场对烹饪技能、菜品等方面新的要求,约请专家对丛书的内容进行了增删补正和优化完善,以使本书能与成熟发展的餐饮行业和人才需求,实现“无缝对接”,使本套丛书更加贴近时代发展的脉搏和行业变化的要求,赋予丛书与时俱进的活力。

如当年本丛书初版时一样:愿这套修订再版的丛书能成为自学成才者的良师益友,也祝愿本套丛书的读者早日成才。

编者

2008年6月

前

言

旅游事业的发展带动了餐饮业的蓬勃兴起,市场对烹饪专业人才的大量需求,为从业者和准备从事此项专业的人士提供了相应的从业选择机会。为了满足已经或准备从事餐饮行业的人员和广大烹饪技艺爱好者的需求,我们特此编写了这套《厨艺入门丛书》。

这套书详细系统地介绍了烹饪设备器具的使用、烹饪原料的选用、原料的初加工、原料切配的样式和规格、各种味型的调制技术,以及菜点成品烹制的全过程等烹饪必备知识。

丛书分为《红案——菜品烹制技法》和《白案——面点小吃制作技法》两册,分别详尽教授各类菜肴烹制技法(俗称红案);各类面点小吃制作技法(俗称白案)。红案一书着重介绍了基本的烹饪工艺和菜肴制作,分为凉菜、热菜两大部分;白案一书,着重介绍多种面团的调制方法,并按面性的调制,编写了各类面点小吃的制作技法。

本套丛书由四川烹饪高等专科学校组织编写审定,其最大的特点是可供读者自学,读者可从选料、调味、烹制等不同角度,举一反三进行菜点创新,达到自学成才的目的。

愿这套丛书能成为自学成才者的良师益友,也祝愿本套丛书的读者早日成才。

吕懋国

2003年5月于四川烹饪高等专科学校

目 录



红案 HONG AN
菜 品 烹 制 技 法

第一章 烹饪设备与器具	1
第一节 炉灶设备	1
一、炉灶的结构	1
二、常用炉灶的种类及用途	8
三、炉灶的辅助工具	10
第二节 切配用具	10
一、人工切配用具	10
二、其他切配用具	16
第三节 烹调用具	19
一、锅与瓢的种类及使用	19
二、盛器及其他工具类	23
第四节 饮食器具	26
一、饮用具	26
二、食用具	27
第二章 烹饪原料	31
第一节 植物原料	31
一、叶类原料	32
二、根茎类原料	34
三、花果类原料	35
四、菌藻类原料	38
五、其他原料	39
第二节 动物原料	40
一、家畜类原料	40
二、家禽类原料	45
三、水产品类原料	46
第三节 干货原料	48

第四节 调味品	49
第三章 烹饪原料的预制加工	52
第一节 烹饪原料的初加工	52
一、果蔬原料的初加工	52
二、动物原料的初加工	54
三、干货原料的涨发加工	59
第二节 烹饪原料的精加工	66
一、刀工技法	67
二、原料成形规格及用途	71
三、菜肴的组配	74
四、菜肴命名	77
第四章 调味技术	78
第一节 复合调味品的预加工和复合味型归类	78
一、自制复合性调味品	78
二、复合味型归类	89
第二节 复合味的调制	92
一、冷菜复合味的调制及运用	92
二、热菜复合味的调制及运用	105
第五章 烹调方法	117
第一节 烹调前原料的优化加工技法	117
一、码味的方法	117
二、上浆、挂糊的种类与用途	118
三、勾芡的方法	120
四、制汤的方法	121
第二节 热菜烹调方法	122
一、油作为传热介质类	122
二、水作为传热介质类	126
三、汽作为传热介质类	129



四、辐射波、固体物作为传热介质类	130
第三节 冷热菜烹调方法	133
一、非加热类	133
二、加热类	135
第六章 菜品创新	136
第一节 菜肴创新的要求	136
一、要有创新意识	136
二、要掌握菜肴变化的规律	136
第二节 菜肴创新的基本因素	137
一、“主料、辅料”的变化与创新	137
二、“形”的变化与创新	139
三、“味”的变化与创新	140
四、“质地”的变化与创新	142
五、菜品的包装创新	143
六、菜肴命名的设想	144
第七章 凉菜烹制方法示例	146

- | | | |
|----------------|-----------------|-----------------|
| 1. 卤制品 / 147 | 13. 香辣田螺 / 165 | 25. 蒜泥白肉 / 182 |
| 2. 怪味鸡丝 / 149 | 14. 水晶虾仁 / 167 | 26. 糖醋排骨 / 183 |
| 3. 红油鸡片 / 150 | 15. 盐水虾 / 168 | 27. 椒麻腰花 / 184 |
| 4. 盐水鸡片 / 152 | 16. 鱼香兔丝 / 169 | 28. 泡椒腐竹 / 186 |
| 5. 山椒凤爪 / 153 | 17. 花仁拌兔丁 / 171 | 29. 葱油腐皮 / 187 |
| 6. 粉皮拌鹅肠 / 155 | 18. 香辣兔腿 / 172 | 30. 酱酥桃仁 / 188 |
| 7. 香辣鸭舌 / 156 | 19. 陈皮兔丁 / 174 | 31. 珊瑚雪莲 / 189 |
| 8. 豆花皮蛋 / 158 | 20. 麻辣牛肉干 / 175 | 32. 生拌凉瓜 / 191 |
| 9. 麻辣泥鳅 / 159 | 21. 夫妻肺片 / 177 | 33. 麻辣笋子 / 192 |
| 10. 五香鱼条 / 161 | 22. 酸辣毛肚 / 178 | 34. 麻酱凤尾 / 193 |
| 11. 豉辣酥鱼 / 162 | 23. 芥末肚丝 / 179 | 35. 花仁萝卜干 / 194 |
| 12. 葱椒蛙腿 / 164 | 24. 花椒肉丁 / 180 | |

- | | | |
|-----------------|-----------------|-----------------|
| 1. 鱼香肉丝 / 198 | 27. 泡椒墨鱼仔 / 238 | 53. 香辣回锅鱼 / 278 |
| 2. 糖醋里脊 / 199 | 28. 什锦鱿鱼 / 239 | 54. 泡豇豆鳅鱼 / 280 |
| 3. 香炸排骨 / 201 | 29. 鲜鱿锅衣 / 241 | 55. 番茄鱼片汤 / 281 |
| 4. 盐煎肉 / 202 | 30. 雪里藏宝 / 243 | 56. 干煸鳝丝 / 283 |
| 5. 火爆腰花 / 204 | 31. 桑拿基围虾 / 245 | 57. 红烧鳝鱼 / 284 |
| 6. 酱肉丝 / 205 | 32. 干烧大虾 / 246 | 58. 水煮豆花鳝 / 285 |
| 7. 鲜笋肉片 / 207 | 33. 橘子虾仁 / 248 | 59. 豆花青鳝 / 287 |
| 8. 平菇肉片 / 208 | 34. 宫保虾仁 / 249 | 60. 干锅牛蛙 / 289 |
| 9. 干豇豆回锅肉 / 209 | 35. 果味锅衣虾 / 251 | 61. 水煮牛蛙 / 290 |
| 10. 锅衣里脊 / 211 | 36. 麻辣钵钵虾 / 253 | 62. 干煸鸡 / 292 |
| 11. 腊肉甜烧白 / 212 | 37. 鱼香小龙虾 / 254 | 63. 太白鸡 / 293 |
| 12. 粉蒸肉 / 214 | 38. 宫保鲜贝 / 255 | 64. 小煎鸡 / 295 |
| 13. 竹笼糯香骨 / 216 | 39. 鱼香鲜贝 / 257 | 65. 鱼香鸡丝 / 296 |
| 14. 慈姑炖排骨 / 217 | 40. 三丝鱼翅 / 258 | 66. 鱼香凤冠 / 298 |
| 15. 鱼香肝片 / 219 | 41. 家常海参 / 259 | 67. 芋儿烧鸡 / 299 |
| 16. 大蒜烧肚条 / 220 | 42. 鱼香盆盆螺 / 261 | 68. 板栗烧鸡 / 301 |
| 17. 水煮牛肉 / 222 | 43. 火爆海螺 / 262 | 69. 白果炖鸡 / 302 |
| 18. 牛肉酥饼 / 223 | 44. 酸辣鱼羹 / 264 | 70. 仔姜鸭丝 / 303 |
| 19. 青椒牛柳 / 225 | 45. 清蒸鲈鱼 / 265 | 71. 山椒鸭肠 / 305 |
| 20. 酱香兔片 / 226 | 46. 蒜香鲢鱼 / 267 | 72. 椒盐脆花 / 306 |
| 21. 宫保兔丁 / 228 | 47. 豆瓣鱼 / 268 | 73. 宫保鲶丁 / 307 |
| 22. 鱼香兔丝 / 229 | 48. 油丁干烧鱼 / 270 | 74. 麻辣豆腐 / 309 |
| 23. 麻辣兔头 / 231 | 49. 鱼头牛腩煲 / 271 | 75. 麻辣火锅汤 / 310 |
| 24. 锅巴嫩羊肉 / 233 | 50. 椒盐鱼饼 / 273 | 76. 白汤火锅汤 / 312 |
| 25. 土豆烧甲鱼 / 235 | 51. 锅贴鱼片 / 275 | |
| 26. 火爆鱿鱼卷 / 236 | 52. 香酥鱼排 / 276 | |



第一章 烹饪设备与器具

烹饪设备和工具是从事烹饪工作所必需的成套器具,是学习烹饪技术的先决条件之一。因此,作为一位学习烹饪技术的初学者,尤其应该尽快了解厨房各种设备和器具的性能,以便更好的熟悉、掌握和运用各种用具,为自己的学习和工作创造良好的条件。

第一节 炉灶设备

炉灶设备是烹调的最基本的加热设备,各种炉灶的结构不同,其作用也不同,为了更加有利于学习和使用,下面根据炉灶的结构、用途分别给予说明。

一、炉灶的结构

炉灶的结构一般根据取用的燃料和用途来设计。炉灶严格的讲是有区分的:炉,一般是利用热辐射来直接加热至熟食品的设备,如烤炉、烘炉、熏炉、烤箱等,主要用于烤、烘、熏等烹饪方法;灶,一般是利用水、油、汽作为传热介质的传导传热和对流传热来加热至熟食品的设备,如炒灶、蒸灶等,主要用于炒、炸、蒸、烧、炖等烹饪方法。下面根据取用的燃料来对炉灶结构进行介绍。

(一) 燃煤炉灶的基本结构

燃煤灶,成本耗用较低,以煤炭、焦炭、蜂窝煤为燃料,一般分为有烟道灶和无烟道灶两大类型。有烟道灶不能移动,常

常固定在一个位置;无烟道灶大多可以移动,搬动方便,体积较小,常采用汽油桶或其他原料制作而成。其结构大致如下:

1. 有烟道炉灶结构

灶 面 灶面位于炉灶最上方(不算烟道),是由光滑的平面和炮台组成。它平面部分一般采用铺瓷砖或抹水泥,用于摆放用具。

炮 台 炮台是灶面上的突出部分,一般用黄泥和耐火粉堆抹而成,也有直接用铁圈作炮台的,用于放锅、炒菜、隔热、保温。有烟道灶要求炮台与炒锅尽量封闭严实。

灶 膛 灶膛是燃料燃烧的地方。它是用耐火砖、耐火泥(或用黄泥、草屑、头发)加工而成。其形有圆台形(馒头形)、椭圆柱形(腰鼓形)、圆柱形(直桶形)、马蹄形等。一般要求是上面灶口30~40厘米,下面最宽处大于灶口5~10厘米,深度要求大于灶口应为40厘米以上。应该根据燃料的质量而定,使用耐燃、易燃燃料者可小可浅,反之,可大可深。

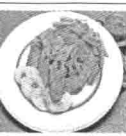
炉 条 又称炉箅、炉桥,是漏灰和采风(也称送风、提供空气)助燃的地方。它位于灶膛与灰膛之间,是由供托燃料的一组铁棍或铁条组合而成。炉条之间的间隔距离是根据采风的方式和燃料的大小质量而定。一般情况下:采用自然吸风的、燃料较大块、易燃易结块的,铁条之间的距离应宽;反之,应窄。通常炉条之间的间隔距离大约在2厘米。

灰 膛 是排除或临时储放煤渣和给风的通道。它位于炉条之下,是一块比较空旷的地方,约宽30厘米;深度根据给风的方式而定,自然吸风式应该深些才利于吸风助燃,鼓风机鼓风(送风式)的应该浅些。灰膛口(排灰口)应该设在操作台的背面或者室外,以保证工作间良好的环境卫生条件。

风 门 送风助燃的口,位于灰膛之前。

烟 道 也称烟囱,是用于排烟和吸风的通道。通道进烟口与灶膛上位相同,其方位根据地形而异,可在灰门的前后左

凉菜热菜
精心制作





右。有的烟道低部设有“猫洞”，用于清掏烟灰；有的设有活动闸板，用于调节灶膛温度。但应注意“猫洞”口平时应当被封住，活动调节板应安放在使用方便的位置，以免影响排烟。

2. 无烟道炉灶结构

灶面 能移动的无烟道炉灶大多数无灶面。不能移动的无烟道炉灶大多数有灶面，它的平面部分一般采用瓷砖或抹水泥，也用于摆放用具。

炮台 无烟道炉灶炮台要求与炒锅要有一定的空隙，作用是用来流通空气和置锅。它一般也是用黄泥和耐火粉堆抹而成，中间围绕几圈铁丝加固，也有直接用铁圈作炮台的。

灶膛 灶膛是燃料燃烧的地方。它是用耐火砖、耐火泥（或用黄泥、草屑、头发）加工而成的。采用圆台形（馒头形）、圆柱形（直桶形）的较多。一般要求是灶口30~40厘米，炉膛最宽处大于灶口5~10厘米，深度应为35厘米以上。

炉条 又称炉箅、炉桥，是漏灰和采风地方。它位于灶膛与灰膛之间，也是由一组铁棍或铁条组合而成。多数炉条之间的间隔距离约为2厘米。

灰膛 是排除煤渣和给风的通道。它位于炉条之下，其形状大小与有烟道炉灶相似。

风门 送风助燃的口，位于灰膛之前。

（二）燃柴炉灶的基本结构

燃柴灶是一种较为老式的传统灶，不能移动的称为座灶，能移动的称为行灶，分为有烟道灶和无烟道灶两类，都是选用木柴或庄稼秸秆为燃料。其结构大致如下：

1. 有烟道炉灶结构

灶面 位于炉灶最上方（不算烟道），光滑的平面与锅口平齐，没有炮台。它平面部分一般贴有瓷砖，用于摆放用具。有烟道灶和无烟道灶都要求灶口与炒锅尽量封闭严实，以免灰烟外泄，破坏环境，影响烹调。

灶 膛 灶膛是燃料燃烧的地方，是用耐火砖、耐火泥（或用黄泥、草屑、头发）加工而成的，其形是圆台形（馒头形）或球冠形，一般要求是上面灶口大于下面灶口，深度要求应根据实际情况和燃料性质而定。

灶 门 灶门是位于灶的正面，是用来添加柴禾的口。也可使用灶门板用来调节火力的大小。

烟 道 也称烟囱，是用于排烟和吸风的通道。烟道口是在灶膛上前方，灶口与灶膛之间，灶颈的上方。

灰 膛 个别燃柴灶也有灰膛，一般比较窄小，所用的炉条之间相隔的距离小于2厘米。

2. 无烟道炉灶结构

此类炉灶结构于有烟道灶基本一样，只是无烟道、无调剂火力的炉灶门板。

（三）燃气炉灶的基本结构

燃气灶，是目前较为先进的一种炉灶，也是现在广泛使用的一种炉灶。它以天然气、液化气为燃料，成本耗用比燃油灶低。一般是双眼为多，也有单眼和三眼的。助燃方面有送风和自燃两种。目前，城市中的宾馆和饭店基本上都使用此类燃料的炉灶。此类炉灶使用方便、干净卫生、管理便利、安全可靠。但因厂家不同，型号不同，其结构也不同，总的大致如下：（本处只针对现代不锈钢燃气灶作介绍，砖砌灶请参照燃柴炉灶。）

灶 面 灶面是灶的上方平台，由光滑的平面和两口炮台（火眼）组成，一般是用厚1.5毫米的不锈钢板加工而成的，用于摆放用具，底部是用隔热的石棉和隔热材料铺垫，起隔热作用。炉灶的面前或面后有一水沟，用于排水。

炮 台 炮台在灶面的上面，一般炒灶炮台的直径为30~40厘米之间，蒸灶的炮台直径在40厘米以上，都是用铸铁铸造而成。在炮台的侧面和后面设有排气缺口，主要用于空气

凉菜热菜
精心制作

