



全国示范性高职高专院校建设重点专业《烹饪工艺与营养》规划教材
上海市教育委员会“085”项目建设精品课程

冷盘与雕刻 制作技艺

李 聪 主编



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS



全国示范性高职高专院校建设重点专业《烹饪工艺与营养》规划教材
上海市教育委员会“085”项目建设精品课程

冷盘与雕刻 制作技艺

李 聪 主编

金守郡 主审



上海交通大学出版社

SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

内容提要

本书以学生现有的认知体系为基础,以培养餐饮业人员所具备的岗位能力为最终目标,课程设计按照实际生产过程中所需的知识、技能组织课程内容,基于工作过程来设计教学活动,精学多练、务求实效。使学生通过接受中式面点技能的训练,提高中式面点的动手能力和分析问题、解决问题能力。

全书内容分为基础知识与实践应用两个部分,内容涉及:水调面团类、发酵面团类、油酥面团类、米粉面团类、澄粉面团类等的制作技艺等。

本书可以作为高职高专烹饪专业中式面点课程的教材,也可作为烹饪餐饮行业从业人员的培训教材,还能作为面点点制作爱好者的学习参考。

本书可以作为高职高专烹饪专业的教材,也可作为烹饪餐饮行业从业人员的培训教材,还能作为相关爱好者的学习参考。

图书在版编目(CIP)数据

冷盘与雕刻制作技艺 /李聪编著. — 上海:上海交通大学出版社,2014

ISBN 978-7-313-10980-4

I. 冷... II. 李... III. ①凉菜—制作—高等职业教育—教材 ②食品—装饰雕塑—高等职业教育—教材
IV. TS972.114

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 052920 号

冷盘与雕刻制作技艺

编 著:李 聪

出版发行:上海交通大学出版社

邮政编码:200030

出 版 人:韩建民

印 制:上海锦佳印刷有限公司

开 本:787mm×1092mm 1/16

字 数:299 千字

版 次:2014 年 7 月第 1 版

书 号:ISBN 978-7-313-10980-4/TS

定 价:48.00 元

地 址:上海市番禺路 951 号

电 话:021-64071208

经 销:全国新华书店

印 张:12.75

印 次:2014 年 7 月第 1 次印刷

版权所有 侵权必究

告读者:如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话:021-56401314

编 委 会

主 任	朱水根					
副 主 任	吴永杰 林苏钦					
成 员						
院校专家	曹红蕾	张碧海	瞿炳尧	穆士会	李双琦	李金金
行业专家	叶国强	张桂生	陆亚明	钱以斌	邓修青	鞠俊华
	赖声强	朱一帆	叶 卫	李小华	李伟强	

总 序

遵循高等职业教育规律与人才市场需求规律相结合的原则,不断开发、丰富教育教学资源,优化人才培养过程,构建和实施符合高职教育规律的专业核心课程一体化教学模式。立足烹饪职业岗位要求,把现实职业领域的行为规范、专业技术、管理能力作为教学的核心,把典型职业工作项目作为课程载体,面向岗位要求组成实景、实境演练的实践课程教学模块,进而有机地构成与职业岗位实际业务密切对接的专业核心课程体系。

《烹饪工艺与营养》专业系列教材建设是我校建设全国示范性院校教学改革和重点专业建设的成果。在坚持工学结合、理实一体人才培养模式和教学模式的基础上,对专业课程体系进行了重构,形成了专业核心课程一体化教学模式和课程体系,即以认识规律为指导,以校企深度合作为基础、以实际工作项目为载体,以项目任务形式将企业工作项目纳入人才培养目标形成核心课程一体化课程体系,形成阶段性能力培养与鉴定的教学过程。

基于这样的改革思路,整合中式烹饪、西式烹饪、中西面点、餐饮管理与服务专业核心课程,融合《餐饮原料采购与管理实训教程》、《营养配餐实训教程》、《中式烹调基本功训练实训教程》、《中国名菜制作技艺实训教程》、《中式面点制作技艺实训教程》、《菜肴创新制作实训教程》、《西式菜肴制作技艺实训教程》、《西式面点制作技艺实训教程》、《西餐名菜制作技艺实训教程》、《厨房组织与运行管理实务》等专业核心课程的教学内容,通过对各专业职业工作过程和典型工作任务分析,选定教学各阶段工学项目模块课程,进而转化成为单元模块课程,构成基于工作过程导向的情境教学工学结合模块式课程体系,并根据各学习领域课程之间的内在联系,合理划分各教学阶段的模块课程。

《烹饪工艺与营养》专业系列教材的建成,有效地解决了原有传统教学实践中教学目标不清晰、教学内容重复、创新能力培养不够、综合技术能力差的弊端,发挥学生能动性,培养学生创新能力,理论知识融汇到实践实战中,让学生体会到“做中学、学中做、做学一体”乐趣。

上海旅游高等专科学校
烹饪与餐饮管理系
2012年5月

前 言

随着我国改革开放的逐步深入,服务经济在我国国民经济中的比重逐渐增大,其重要性日益凸现,大力发展服务业已成为世界经济必然趋势。旅游业是现代服务业中的一个重要组成部分,而餐饮服务是旅游六大要素中的重要一环。为了提高餐饮服务质量,就必须加强对高素质餐饮服务人才的培养,这就为高等职业教育烹饪专业的发展带来了新的契机。为了适应餐饮行业发展的培养新型餐饮服务与管理人才的需要,并配合人力资源和社会保障部《技能人才职业导向式培训模式标准》的研究,结合旅游高职高专人才培养目标的要求,我们组织编写了高职餐饮技能系列教材。本书为《冷盘与雕刻制作技艺》是该系列教材之一。

《冷盘与雕刻制作技艺》是“烹饪工艺与营养专业”的专业技术必修课之一,是一门实践性很强的课程,也是一门培养学生专业技术和创新能力的课程。本教材是上海旅游专科学校重点建设专业配套教材之一,是遵循工学结合原则,突出基于就业岗位工作过程的任务和能力为教学内容,实施学习领域模块化、模块化课程项目化教学的创新教材。本教材的内容有:冷菜概述;冷菜烹调制作方法;冷菜拼装和制作实例;食品雕刻概述;食品雕刻制作实例;盘饰概述;盘饰制作实例。

本教材的特点是:突出技能,强调适用,直观形象,通俗易懂;内容精炼,重在实用;立体化教材,编写方式多样;紧扣教学改革需要,统计内容大胆取舍。因此,本教材既适用于高职烹饪专业大专两年制的教学需要,也可作为餐饮行业培训在职人员的教材。本教材强调在做大学,以实践教学为主,结合冷菜等食品的制作工艺,将操作技巧与基础知识相结合,使学生能最大限度地掌握实践操作技能,并举一反三有所创新。

本教材由上海旅游高等专科学校李聪主编,华东师范大学金守郡教授对全书内容作了最后的审定与补充。在编写过程中,得到了上海交通大学出版社倪华编辑的支持,并参考和借鉴了大量冷菜、雕刻、盘饰等制作的案例以及国内许多饮食文化专家学者们的相关著作和研究成果。在此,表示衷心的感谢。

由于时间仓促,水平有限,书中疏漏之处在所难免,恳请读者和专家批评和指正。

编 者

2014年2月

目 录

第一篇 冷菜制作

第一章 冷菜概述·····	3
第一节 中国冷菜的形成与发展·····	3
第二节 冷菜的特点·····	5
第三节 热菜与冷菜的异同·····	7
第二章 冷菜烹调制作方法·····	9
第一节 拌炆类·····	9
第二节 煮烧及汽蒸类·····	13
第三节 腌制、烧烤及油炸类·····	20
第四节 其他类·····	30
第三章 冷菜拼装·····	35
第一节 冷菜装盘的原则和基本要求·····	35
第二节 冷菜拼装的形式·····	38
第三节 冷菜拼装的手法·····	39
第四章 冷菜制作实例·····	42

第二篇 食品雕刻

第五章 食品雕刻概论·····	73
第一节 食品雕刻的概念·····	73
第二节 食品雕刻的类型和表现形式·····	80
第三节 食品雕刻的刀具·····	87
第六章 食品雕刻制作实例·····	93



第三篇 盘饰制作

第七章 盘饰概述·····	159
第一节 盘饰·····	159
第二节 盘饰工具·····	162
第八章 盘饰制作实例·····	168

第一篇

冷菜制作





第一章

冷菜概述

冷菜是将食品原料经过多种加工整理后调味冷吃或烹调后冷吃的菜品。我国的南方称其为冷盘或冷碟;北方谓之凉菜、凉盘或冷荤等。比较起来,似乎南方习惯于称冷,而北方则习惯于称凉。如果不从文字角度来理解,而出于习惯或作为人们的生活用语,它们之间并没有什么区别,都是指与热菜相对而言的。本章主要阐述中国冷菜的形成和发展,冷菜的特点以及冷菜与热菜的异同,以使学员对冷菜有一个概括的了解。

第一节 中国冷菜的形成与发展

在我国历史上,饮食生活可以说是整个社会的等级文化现象,肴饌的优胜丰富也是富贵阶级经济实力和政治权利的直接表现。因此,只有通过上层社会的餐桌,才能理清中国冷盘形成与发展的轨迹。

上层社会,尤其是君王贵族的宴享,既隆重频繁又冗长繁琐。宴享之中,杯觥交错,乐嬉杂陈。为适应这种长时间进行的饮食活动需要,在爆、炸、煎、炒等快速致熟烹调方法产生之前,古代人无疑是以冷菜为主要菜品的。由于文字记载远远落后于生活实际的早期历史特点,也由于今天很难再见到历史菜品实物的原因,我们不太了解商代或更早的夏代的情况,但丰富的文字史料可以让我们比较清楚地了解到周代肴饌的基本面貌。

《周礼》一书中便有天子常规饮食例以冷食为主的记载:“凡王之稍事,设荐脯”(《周礼·天官·膳夫》)。郑玄注:“稍事,为非日中大举时而间食,谓之稍事。……稍事,有小事而饮酒。”贾公彦疏:“又脯者,是饮酒肴羞,非是食饌。”这表明早在西周时代人们(见图 1-1)便已清楚地认识到冷荤宜于宴饮的特点,并形成了一定的食规。



图 1-1

《礼记》一书的《内则》篇详细地记述了一些珍贵的养老肴饌,即淳熬、淳母、炮豚、捣珍、渍、熬、肝等。这就是古今传闻的著名“周代八珍”。这些肴饌既反映了周代上层社会美食的一般风貌,也反映了当时肴饌制作的一般水准。但更重要的是,我们从中似乎也可以找出一些冷盘的雏形。

淳熬、淳母,是分别用稻、粟制作的米饭,上面都覆盖上一些肉酱。一般说来,酱则是冷



食的,而且既是食之常肴,也是常用的调味品。无论是居常饮食,还是等级宴享,都是不同品类的酱,又泛称为,陈列于案几之上,《周礼·天官·膳夫》有“凡王之馈食……酱用百有二十”之记载,便是有力的证明。酱是食之常肴和基本调味品,并且因所选用原料的不同而



图 1-2

有许多品类,这已为史料所证实。虽然对“凡王之馈食……酱用百二十”的详情无人能述,但值得注意的一点是,绝大部分是植物性原料的制做,可能并没有热加工工序。而有些动物性原料也存在不经热加工工艺的可能,而酱主要作冷食之肴则是无可怀疑的。

炮豚(见图 1-2)、炮牂、擣珍等热食溢香肥美,冷食亦别有韵致风味。这种烧烤后又长时间(三日三夜)蒸制,再“调之以”佐料的乳猪和大块羊肉,自然较为适合长时间进行宴饮的菜品。虽然我们还不能说它们就是当时热制冷

吃的冷盘菜品,但可以说当时已具备了冷荤菜肴干香、鲜嫩或软韧、无汤、不腻的特点。而很可能就是兼有其功的热、冷食合一型的菜品。

擣珍,是选用牛、羊、鹿等动物性原料,先加工成熟,再经去膜、骨等加工工序而制成,食用时亦调以。可见这种擣珍一类的菜品无疑是明确地用于冷食。

由此可见,中国冷盘萌芽于周代,并经历了冷盘和热菜兼有和兼承的漫长历史。可以说,先秦时代,冷盘还没有完全从热菜系列中独立出来,尚未成为一种特定的菜品类型。

唐宋时代(见图 1-3),冷盘的雏形已经形成,并在此基础上也有了很大的发展。这一时期,冷盘也逐步从肴饌系列中独立出来,并成为酒宴上的特色佳肴。唐朝的《烧尾筵》食单中,就有五种肉类拼制成“五生盘”的记述,宋代陶谷的《清异录》中记述更为详尽:“比丘尼梵正,庖制精巧,用炸、脍、脯、腌、酱、瓜、蔬、黄、赤杂色,斗成景物,若坐及二十人,则人装一景,合成辋川图小样。”这是一种大型风景冷拼盘,梵正可算得上是中国古代花色菜的大师了。这段记载足证当时技艺非凡的梵正女厨师,采用腌鱼、烧肉、肉丝、肉干、肉酱、豆酱、瓜类等富有特色的冷盘材料。设计并拼摆出了二十处独立成景的小冷盘,创造性地将它们组合成兼有山水、花草、庭园、馆舍的“辋川别墅式”的大型风景冷盘图案,发展了我国的冷盘工艺技术。这也充分反映了在唐、宋时期,我国的冷盘工艺技术已达到了相当高的水平。

明清时代,冷盘技艺日臻完善,制作冷盘的材料及工艺方法也不断创新。这一时期,很多工艺



图 1-3



方法已成为专门制作冷盘材料而独立出来,如糟法、醉法、酱法、风法、卤法、拌法、腌法等。并且,用于制作冷盘菜品的原料有了很大的扩展。植物类有茄子、生姜、冬瓜、茭白、白菜、蒜苗、绿豆芽、笋子、豆等;动物类有猪肉、猪蹄、猪肚、猪腰、猪舌、羊肉、羊肚、牛肉、牛舌、鸡肉、青鱼、螃蟹、虾子等,以及一些海产鱼类和奇珍异味,如海蜇、乌贼、比目鱼、蚝肉、发菜、象鼻、江珧柱等,都是这一时期用于制作冷盘菜品的常用原料。这充分说明了在明清时期,我国的冷盘工艺技术已达到了非常高超的水平。

随着历史的沿革,我国冷盘技艺也在不断提高和发展(见图1-4)。冷盘逐渐由热菜之中独立出来,成为一种独具风味特色的菜品系列:由贵族宴饮中独嗜到平民百姓共享;由品种单调贫乏到品种丰富繁多;由工艺技术简单粗糙到工艺技术精湛细腻。尤其是近半个世纪以来,我国的冷盘工艺技术更是突飞猛进。烹饪工作者在挖掘、继承我国传统烹饪工艺技术的基础上推陈出新,使冷盘成为我国烹饪艺坛中的一朵鲜艳的奇葩。



图 1-4

目前,无论是在宾馆、饭店、酒楼,或是小食店、大排档的菜点销量中,冷菜都占有相当大的比重。我们相信,随着烹饪文化的不断发展和人民生活水平的不断提高,冷盘菜地位和作用将会更加显著。

第二节 冷菜的特点

一、容易保存,滋味稳定

由于冷菜容易保存且没有热气,可以作为橱窗陈列的理想菜品(见图1-5),精美的冷菜能反映企业的经营面貌和展示厨师的技术水平。冷盘是将可食用原料通过各种技术手段,制作成冷菜,再将其运用各种摆拼技法而形成多形、多彩、多味的冷盘。冷菜是在常温下食用的一种菜品,因而其风味不像热菜那样易受温度的影响。它能承受较低的冷却温度,从这一点而言,在一定的时间范围内,冷菜能较长时间地保持其风味特色。冷菜的这一性质与特点,恰恰符合了宴饮缓慢节奏的需要。



图 1-5

冷菜冷食,短时间内(2~3 小时)不受温度所限,不会影响菜品滋味。这就适应了酒席上宾客边吃边饮互相交谈的习惯,是理想的佐酒佳肴。我国食品卫生要求冷菜应保存在 5 度以下干净卫生的环境中,食品改刀或装盘后应在 3 小时内食用。冷菜如长时间暴露在室温中可能会产生细菌的滋生和繁殖。因此,要求冷菜间温度应该控制在 25℃ 以内。

二、首先入席

冷菜常以第一道菜入席,讲究装盘工艺,形、色对整桌菜肴的起着先导作用。无论是在正规的宴席上还是在家庭便宴中,总是与客人首先“见面”的首道菜式,素有“脸面”之称。因此冷盘也常被人们称为“迎宾菜”或称“看菜”,可谓宴席的序曲。所以,冷盘的美丑程度直接影响着人们的赴宴情绪,关系着整个宴席程序进展的质量效果。良好的开端等于成功了一半,如果这“迎宾菜”能让赴宴者在视觉上、味觉上和心理上都感到愉悦,获得美的享受,顿时会气氛活跃,宾主兴致勃发,这会促进宾主之间感情交流及宴会高潮的形成,为整个宴会奠定良好的基础;反之,低劣的冷盘,则会令赴宴者兴味索然。

冷菜自成一格,可以独立成席,如冷餐会、鸡尾酒会等。冷菜在冷餐酒会中的地位和作用非常重要。宴席一般由冷菜、热菜、点心、水果等组合而成,冷盘即使在某些方面小有失误,通过其他菜式还能得到一定程度的“弥补”和“纠正”。但在冷餐酒会中,冷菜贯穿宴饮的始终,并一直处于“主角”地位。如果冷盘在色彩、造型、拼摆、口味或质感等任何一个方面的一点小小的“失误”,其他菜式都无法出场“补台”,并且这始终都在影响着赴宴者的情绪及整个宴会的气氛。由此可见,冷菜在不同宴会中的地位 and 作用都是非常重要的。

三、风味独特,便于携带

冷菜一般无汁无腻便于携带,可作馈赠亲友的礼品,在旅途中食用,不需加热。在促进旅游事业的发展,以及在繁荣经济、活跃市场、丰富人们的生活方面也有不可估量的影响和作用。冷菜具有味道丰富,地方特色明显、方便携带等特点。所以,作为旅游食品,深受广大旅游者的喜爱。原先只为地方特色的冷菜食品也随着食品工业的发展,都以真空包装的形式成为旅游



纪念品,为繁荣旅游市场作出了贡献,如镇江肴肉、枫泾丁蹄、灯影牛肉、南京板鸭等。

四、提前备货,大量制作

由于不像热菜那样随炒随吃,冷菜需要提前备货,若开展大型宴会或自助餐会等则需要大量制作,这样能缓解热菜烹调方面的紧张。通常在宴席中,客人开席后都希望能够马上有菜可吃,如果没有冷菜的话,热菜加工需要一定的时间,容易让客人产生焦虑等待的情绪。所以在宴席中有冷菜的铺垫能为热菜加工增加一个时间上的缓冲(见图1-6)。

冷菜加工的烹调方法基本都适应大量制作,便于备料,都先加工后分装的模式操作,为厨师对整个宴席的准备工作减轻了负担。



图 1-6

第三节 热菜与冷菜的异同

一、烹饪方式不同

热菜与冷菜相比,在制作上除了原料初加工基本一致外,明显的区别是:热菜是先刀功,后烹调;而冷菜则一般是先烹调,后刀功。

冷菜成品大多都是在冷却后再改刀装盘,冷菜比热菜更便于造型,更富有美化装饰效果,尤其利于刀功的表现。当两种或更多品种的冷盘材料拼合于一盘时,基本不受其卤汁相浸的串味制约。

热菜一般是利用原料的自然形态或原料的切割及加工烹制等手段来构成菜肴的形态;冷菜则以丝、条、片、块等为基本单位来组成菜肴的形状,并有单盘、拼盘、什锦拼盘以及工艺性较高的花式冷盘等。

热菜调味一般都能及时见效,并多利用勾芡以使汤菜合一,调料分布均匀;冷菜调味强调入味,或是以附加食用调味品。

热菜必须通过加热才能使原料成为菜品,冷菜有些品种不需要加热就能成为菜品。

热菜是利用原料加热以散发热气使人嗅到香味;冷菜一般讲究香味透入肌里,食之越嚼越香,素有“热菜气香,冷菜骨香”之说。

冷盘一般是多样菜品同时上桌,与热菜相比更具有配系的多样统一性。一组冷盘是一个整体,其间的相互配合更为紧密和明显。

冷盘材料经切配拼摆装盘后,即可供客人直接食用。因此,冷盘比热菜更易被污染,故而需要更为严格的卫生环境、设备与卫生规范化操作。

二、品种特点不同

冷菜与热菜一样,其品种既有常年可见的,也有分四季时令的。冷菜的季节习性以“春腊、夏拌、秋糟、冬冻”为典型代表。这是因为冬季腌制的腊味,需经一段“着味”过程,到了开春时

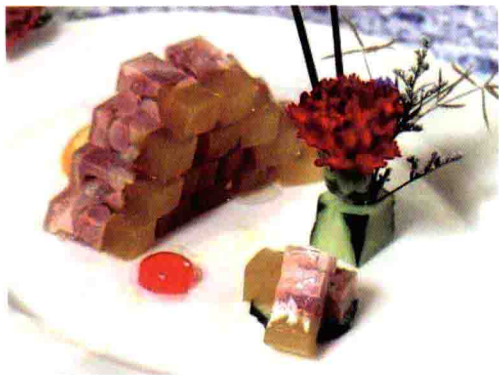


图 1-7

食用,始觉味美;夏季瓜果蔬菜比较丰盛,为凉拌菜提供了广泛的原料;秋季的糟货是增进食欲的理想佳肴;冬季气候寒冷有利于羊羔、冻蹄等原料的烹制冻结(见图 1-7)。可见冷菜的季节性是随着客观规律变化而形成。现在也有反季节供应,冬令品种放在夏季食用也颇受消费者欢迎。

三、风味、质感不同

冷菜以香气浓郁、清凉爽口、少汤少汁、鲜醇不腻为主要特色,具体可分为两大类:一是以鲜香、脆嫩、爽口为特点;二是以醇香、酥烂、味厚为特点。

前一类的制法以拌、炆、腌为代表,后一类的制法则以卤、酱、烧等为代表,它们各有不同的风格。

综上所述,热菜与冷菜的共同点是原料加工基本一致;而区别在于烹饪方式、品种特点和风味、质感的不同。由于冷盘比热菜更易被污染,因此,在制作冷盘中,要特别注意,严格的卫生环境、设备与卫生规范化操作。



第二章

冷菜烹调制作方法

冷菜的烹调制作方法有拌、炆、煮、烧、卤、腊、腌、泡、醉、冻等。某些冷菜加工成熟的意义不完全等同于热菜加热成熟。其既包含了通过加热调味的手段将原料加工成熟,也包含着直接调味腌制等方法将原料制“熟”,而不通过传统加热的方式。从这个意义上来讲,冷菜的许多制熟方法是热菜烹调方法的延伸、变革以及综合的运用。

冷菜的制作,从色、香、味、形、质等诸多方面,较之热菜有所不同。冷菜的制作具有其独立的特点,与热菜的制作有明显的差异。只有熟悉并掌握冷菜制作的常用方法才能制作出符合冷菜工艺要求的菜品。本章主要介绍冷菜的烹调制作方法,以便学员能掌握这方面的实践技能。

第一节 拌炆类

拌和炆两种烹调技法,有很多相似之处。例如,原料都要经改刀,切成丝、片、条、块等较小的料;都要经过一定初步加工处理,都用调味料拌匀食用等。所以,有些地区的拌、炆不分,视为一种技法。实际上,这两种技法还是有一定的区别。从原料上看,两者都用熟料、易熟料及可生食的蔬果;但从熟料制法上看,拌以水焯、煮烫为主,炆除焯水外,还较多地使用滑油的方法;在荤素原料选择上,拌菜则以植物性原料为主,炆菜以动物性原料为主;从调料上看,拌主要用香油(或麻酱)、酱油、醋、糖、盐、味精、姜末、葱花等;炆则多用花椒油或辣椒油加调料拌(也有用盐、味精、香油的)。所以,这两种技法在鲜香、脆嫩、爽口相同的特点下又有不同的风味特色(见图 2-1)。



图 2-1

一、拌

拌,是把生的原料或晾凉的熟原料,经切制成小型的丁、丝、条、片等形状后,加入各种调味品,然后调拌均匀的做法。拌制菜肴具有清、爽、鲜、脆的特点。拌制菜肴的方法很多,一般可分为生拌、熟拌、生熟混拌等。

(一) 生拌(见图 2-2)

生拌的主料多用蔬菜和生料经过洗净、消毒(有的用盐爆腌一下)、切制后,直接加调味品,