



烹饪调味料丛书

PENGRÉN TIADWEILIAO CONGSHU



西餐烹饪

调
味
料

范 涛 © 主编



化学工业出版社



烹饪调味料丛书

PENGRIN TIAOWEILIAO CONGSHU

西餐烹饪

调味料

范涛◎主编

谢洪山◎副主编



化学工业出版社

·北京·

16781266-C10



本书在简单介绍西餐常用调味料基本知识和基础复合味少司制作及应用的基础上,着重介绍鲜咸味、咸香味、咸辣味、酸甜味、酸辣味、香辣麻辣味、香辛料味、奶味、果味、咸甜味以及其他味型复合调味料的配制方法及烹饪应用。每种味型均详细介绍主味、辅味、原料构成、制作过程(工艺流程)、质量标准及特点、应用菜例等内容。

本书可供广大餐饮企业厨师、管理人员及调味料生产企业技术人员使用。

图书在版编目(CIP)数据

西餐烹饪调味料/范涛主编. —北京:化学工业出版社,
2010.12

(烹饪调味料丛书)

ISBN 978-7-122-09718-7

I. 西… II. 范… III. 西餐-调味品-基本知识
IV. TS972.112

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第203637号

责任编辑:温建斌

文字编辑:丁建华

责任校对:顾淑云

装帧设计:史利平

出版发行:化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装:大厂聚鑫印刷有限责任公司

710mm×1000mm 1/16 印张13 字数230千字 2011年2月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686) 售后服务:010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 36.00元

版权所有 违者必究

《烹饪调味料丛书》编委会

主 任 朱海涛

委 员 (以姓氏汉语拼音为序)

范 涛 汤卫东 王茂山

吴敬涛 谢洪山 张 淼

朱海涛

本书编写人员

主 编 范 涛

副 主 编 谢洪山

编写人员 范 涛 谢洪山 高红迪

王东升 赵惠玲

PREFACE

前言

西餐（Western-style food）又称番菜、西菜、西方式膳食，主要是对欧美各国菜式的统称，现在已经发展成为对整个西方餐饮文化的统称。世界上西餐比较发达的国家主要有意大利、法国、美国、英国等，以及近几年比较受欢迎的墨西哥餐、西班牙餐、希腊餐、韩餐、日式料理等。西方各国的餐饮文化也都有其各自的风味特点，像被称为西菜之首的法式大餐、西菜始祖的意式大餐、简洁温馨的英式西餐、营养方便的美式菜肴、独特豪放的俄式大餐等均各具特色。

20世纪是西餐发展的鼎盛时期，西餐也朝着个性化、多样化的方向发展，品种更加丰富多彩，并逐渐形成了一个完整和成熟的体系。总的来看，西餐烹饪在选料时十分精细、广泛；非常重视各类营养成分的搭配组合，充分考虑人体对各种营养和热量的需求；制作工艺严谨，讲究调味，注重色泽的搭配。

“五味调和百味鲜”、“以味为本，至味为上”是中国人享受美味的美食观念，讲究的是“五味调和”。而西餐同样也非常讲究菜点口味，如法餐注重香料和酒的运用，突出表现辛香和香草香；美国餐在烹调中喜欢添加甜果类原料调味，口味有的突出果香甜味；西班牙餐比较喜欢体现咸辣味；墨西哥餐对香辣味感兴趣，注重特有原料如鳄梨、红辣椒，对味型影响大；希腊餐在调味时注重添加羊奶酪、葡萄叶、杏仁、橄榄、酸奶等，也讲究罗勒、莳萝等香辛料的添加，口味趋向酸、奶香独具特色。与中餐不同的是现代西餐很难用绝对的味型进行划分，本书采用对复合味型进行调味的划分，只是一种尝试和创新，是相对于不同西餐调味的分类。因为对于西餐，很早就有这么一句总结语：“菜肴的制作，很多中餐需要在厨房进行的操作，在西餐已经到餐桌上来了。”西餐调味亦然。

怎样才能烹调出美味佳肴呢？调味品的选择、调味方法的运用是关键因素。目前，国内关于西餐调味品的介绍、运用等方面的书籍很少，尤其

是西餐加工型复合调味料调制方面的书籍很难找到。本书按味型进行划分,详细介绍了不同国家烹饪中各种复合调味料的加工制作方法,着重阐述了原料构成、制作过程、质量标准及口味特点等,以及不同风味的复合调味料(少司)的菜肴应用。多数复合调味料通俗易懂,简单易学,这对于西餐爱好者、西餐专业厨师、调味料生产厂商等应有所借鉴,同时本书还可作为职业院校、技工学校、高等职业院校西餐专业或西餐厨师培训、进修的学习资料。

本书在编写过程中得到了济南大学酒店管理学院院长宋永生教授、朱海涛教授指导、审阅;山东桃源集团第三餐饮公司总经理毛峻岭、金河大酒店经理王东升、总厨师长张玉伟、济南军区联勤宾馆高红迪主任、富华源酒店总厨师长韩会栋先生、青岛香格里拉大酒店高绪俊先生提出了宝贵意见并提供了部分稿件;济南大学酒店管理学院烹饪与营养教育专业07级于连萍、崔肖如、朱瑶天、戈川、堵筱颖、赵文芳、高阳、刘晓、梁佳、闫艳;08级葛圣芳、董衍涵、孙鹏等同学积极参与文字整理工作。在此一并表示衷心的感谢!

由于时间仓促,加之编者水平有限,书中不当之处在所难免,欢迎广大读者提出宝贵的意见,以使本书不断充实完善。

编 者

2010年6月于济南大学

CONTENTS

目录

第一章 西餐调料与调味

1

第一节 调料与调味的概念

1

第二节 味与调味

2

一、味的概念

2

二、味的种类

2

三、调味品的作用

5

四、西餐调味与味型

6

五、天然调味料的配料原理

7

六、调味方法及公式

8

第二章 西餐常用调料及烹调用酒

10

第一节 常用调料

10

一、基础调料

10

二、香辛调料

11

第二节 烹调常用酒类

15

一、葡萄酒

16

二、白葡萄酒

16

三、威士忌

17

四、白兰地

17

五、其他名酒

17

第三节 油脂类

19

第三章 基础复合味少司的制作及应用

20

第一节 复合味冷少司的制作及烹饪应用

20

一、马乃司少司

20

二、法国少司

20

三、千岛少司

21

四、醋油少司

22

五、风味水果少司

22

六、黄油酱

22

七、薄荷少司

23

八、大蒜少司

23

九、绿色调料汁	24
十、安德鲁斯汁	25
十一、莫斯科汁	25
十二、鞑靼汁	26
第二节 复合味热少司的制作及烹饪应用	26
一、摩斯令少司(莫司林少司)	26
二、番茄少司	27
三、黑胡椒酱汁	27
四、辣根少司	28
五、勃朗少司(布朗少司)	28
六、黄色肉少司	29
七、美国少司	30
八、皮合耐斯少司	30
九、培西少司	31
十、博德莱斯少司	32
十一、猎人少司	32
十二、胡椒少司	33
十三、蒙内少司(莫内少司)	33
十四、白葡萄酒少司	34
十五、诺曼底少司	35
十六、鲷鱼少司	35
十七、酸豆少司	36
十八、马迪尔少司	36
十九、意大利少司	37
二十、印度少司	38
二十一、Marinara汁	38
二十二、红酒少司	39
二十三、荷兰少司	39
二十四、奶油少司	40

第四章 鲜咸味复合调味料的配制方法及烹饪应用

一、姜汁酱油(日式)	41
二、鲷鱼少司(法式)	41
三、海鲜蔬菜汁(法式)	42
四、海鲜面少司(意式)	43
五、治部煮汁(日式)	43
六、生蚝酱汁(南洋)	44
七、沙拉酱(泰式)	44
八、冷拌酱汁(泰式)	45

九、酸模草调味汁(法式)	46
十、龙虾少司(美式)	46
十一、香槟风味汁(法式)	47
十二、白葡萄酒少司(法式)	47
十三、蔬菜少司(意式)	48
十四、博洛尼亚肉酱(意式)	49
十五、酒椒蔬菜汁(巴西)	50
十六、粟米汁(美式)	50
十七、牛肉酱(美式)	51
十八、烤鱼少司(菲律宾)	52
十九、XO酱(意式)	52
二十、虾配司(西班牙)	53
二十一、鳕鱼酱汁(西班牙)	54
二十二、天妇罗蘸酱汁(日式)	55
二十三、煮鱼调味汁(美式)	56
二十四、日式蒸鱼汁(日式)	56
二十五、红烩汁(法式)	57
二十六、啤酒腌汁(比利时)	58

第五章 咸香味复合调味料的配制方法及烹饪应用

59

一、烤鱼少司(泰式)	59
二、特制花生酱(台式)	59
三、希腊扁豆汁(希腊)	60
四、脆皮配司(西班牙)	61
五、酱肉佐料(韩式)	62
六、牛肉佐料(韩式)	62
七、丸子佐料(韩式)	63
八、海鲜酱汁(台式)	64
九、毛豆少司(墨西哥)	64
十、咸香烤肉酱料(澳大利亚)	65
十一、辣椒拌酱(意式)	66
十二、鱼香调味料(美式)	66
十三、柠檬黄油汁(美式)	67
十四、乳香少司(法式)	68
十五、煎酿酱(西班牙)	68
十六、酱香拌汁(美式)	69
十七、白浓汤少司(美式)	70
十八、少克调味汁(法式)	71
十九、牛筋少司(印尼式)	72

- | | |
|----------------|----|
| 一、奶白少司(法式) | 73 |
| 二、西洋牛肉酱 | 74 |
| 三、辣椒味淋酱(新加坡) | 74 |
| 四、印尼式咖喱酱(印尼式) | 75 |
| 五、咖喱蒸鱼少司(越式) | 75 |
| 六、咸辣香汁(法式) | 76 |
| 七、波尔德少司(法式) | 77 |
| 八、双色调味汁(法式) | 78 |
| 九、李子干调味少司(法式) | 79 |
| 十、红油胡椒腌汁(美式) | 80 |
| 十一、烩菜炒酱(美式) | 80 |
| 十二、红汤少司(美式) | 81 |
| 十三、咸辣腌肉酱(地中海式) | 81 |
| 十四、波尔德红酒腌汁(法式) | 82 |
| 十五、泡菜酱料(韩式) | 83 |
| 十六、起司酒少司(法式) | 83 |
| 十七、葡国鸡饭调味料(韩式) | 84 |
| 十八、忌廉芝士蘸汁(法式) | 85 |
| 十九、咸辣腌肉料(法式) | 85 |
| 二十、茴香水味汁(法式) | 86 |
| 二十一、嘎苏来焖鸡料(法式) | 87 |
| 二十二、里脊腌料(法式) | 87 |
| 二十三、鱼柳腌料(法式) | 88 |

- | | |
|----------------|----|
| 一、油醋汁(意式) | 90 |
| 二、芝士番茄酱(意式) | 91 |
| 三、西式酸甜汁(新加坡) | 91 |
| 四、泰式酸甜酱(泰式) | 92 |
| 五、风味柠檬汁(希腊) | 93 |
| 六、甜椒番茄汁(希腊) | 93 |
| 七、番茄冷少司(西班牙) | 94 |
| 八、精力酱(意式) | 95 |
| 九、酸甜调味酱料(意式) | 95 |
| 十、新奥尔良鸡酱(美式) | 96 |
| 十一、酸甜复合调味汁(意式) | 97 |
| 十二、青柠少司(泰式) | 97 |

十三、番茄酱汁(法式)	98
十四、番茄酸甜酱(意式)	99
十五、酸甜腌料(意式)	99
十六、蘑菇少司(意式)	100

第八章 酸辣味复合调味料的配制方法及烹饪应用

101

一、椒柠汁(古巴)	101
二、鲜胡椒少司(新加坡)	101
三、辣菜酱(韩式)	102
四、檬椒调味汁(柬埔寨)	103
五、酸仔调味汁(越式)	103
六、酸辣腌烤汁(马来西亚)	104
七、甜椒少司(法式)	104
八、葡萄番茄汁(英式)	105
九、香脂醋少司(法式)	106
十、番茄洋葱酱(美式)	107
十一、酸奶瓜酱(希腊)	108
十二、酸辣蘸酱汁(日式)	108
十三、柠檬鱼汁(日式)	109
十四、酸辣烩汁(法式)	110
十五、青酱少司(西班牙)	110
十六、黄瓜芥末汁(法式)	111
十七、椒橙腌汁(法式)	112
十八、香辣少司(古巴)	112
十九、焖鸡少司(美式)	113
二十、海鲜沙拉酱(美式)	114

第九章 香辣、麻辣味型复合调味料的配制方法及烹饪应用

115

一、香辣酱(英式)	115
二、辣香调味汁(马来西亚)	115
三、鸡酱(越式)	116
四、杜松子风味汁(法式)	116
五、芝士辣酱(墨西哥)	118
六、什锦肉末酱(墨西哥)	118
七、红色肉酱(墨西哥)	119
八、风味鱼松馅(墨西哥)	120
九、美味香辣酱(希腊)	120
十、香辣少司(西班牙)	121

十一、扁豆酱(西班牙)	121
十二、辣香酱(韩式)	122
十三、香辣调味汁(美式)	123
十四、香辣红酒少司(墨西哥)	123
十五、奶油胡椒汁(墨西哥)	124
十六、黑胡椒酱汁(美式)	125
十七、德国黑椒汁(德式)	125
十八、香辣调味汁(法式)	126
十九、韩式拌饭酱(韩式)	127
二十、洋葱调味汁(墨西哥)	127
二十一、香辣调味料(巴基斯坦)	128
二十二、吐司香辣酱(美式)	128
二十三、鸭肉馅料(美式)	129
二十四、香辣芝麻酱(马来西亚)	130
二十五、麻辣调味汁(泰式)	130
二十六、辣椒酱(韩式)	131
二十七、冷拌面酱(韩式)	131
二十八、煎饼蘸酱(韩式)	132
二十九、泡菜腌酱(韩式)	133
三十、石锅拌饭酱(韩式)	133
三十一、鲜蚝腌酱(法式)	134
三十二、胡椒桂花蜜(希腊)	134
三十三、烤扇贝调味料(泰式)	135
三十四、马苏里拉芝士调味料(意式)	136
三十五、西冷牛扒调味料(新西兰)	136
三十六、麻辣汤调味汁(新西兰)	137
三十七、清汤汁(英式)	137
三十八、麻辣海鲜腌汁(法式)	138

第十章 香辛料味型复合调味料的配制方法及烹饪应用

139

一、香蒜汁(意式)	139
二、红烧汁(英式)	140
三、培根香酱(荷兰)	141
四、甲猜咖喱酱(泰式)	141
五、芥末风味调味汁(法式)	142
六、生姜风味调味汁(法式)	143
七、薄荷菠菜汁(英式)	144
八、秘制烧烤料(希腊)	144
九、烤菜少司(西班牙)	145

十、绿咖喱椰汁(法式)	146
十一、印尼风味咖喱酱(印尼式)	146
十二、萝卜酸奶薄荷汁(意式)	147
十三、咖喱汤料(日式)	148
十四、豆蔻调味料(俄罗斯)	148
十五、蘑菇白汁(希腊)	149
十六、酸奶咖喱腌酱(意式)	149

第十一章 奶味、果味复合调味料的配制方法及烹饪应用

151

一、椰奶少司(泰式)	151
二、古老奶香汁(英式)	151
三、西洋菜汁(法式)	152
四、桑椹果酱(泰式)	153
五、樱桃果酱(英式)	154
六、橘子果酱(美式)	155
七、茄子酱(法式)	155
八、玫瑰洋梨果酱(法式)	156
九、梨蔓果酱(越式)	156
十、洛神草莓果酱(美式)	157
十一、黑莓果酱(美式)	158
十二、百香果酱(英式)	159
十三、鳄梨沙拉酱(墨西哥)	159
十四、乳酪酱(墨西哥)	160
十五、焦糖奶油蛋羹(墨西哥)	161
十六、白色酱汁(法式)	161
十七、百香果少司(泰式)	162
十八、奶油酱汁(美式)	163
十九、玉米奶油汁(法式)	164
二十、牛奶少司(西班牙)	164
二十一、白拌酱(日式)	165
二十二、柠檬调味汁(美式)	166
二十三、芒果奶油酱(意式)	166
二十四、橙子调味汁(苏格兰)	167
二十五、牛奶南瓜酱(英式)	168
二十六、奶油蘑菇汁(英式)	168
二十七、红花汁(法式)	169

第十二章 咸甜味复合调味料的配制方法及烹饪应用

170

一、胡桃南瓜汁(意式)	170
-------------	-----

二、玉子烧蛋汁(日式)	170
三、梅酱调味汁(美式)	171
四、茄香少司(美式)	172
五、苹果少司(美式)	172
六、奶油蛋黄酱(美式)	173
七、蓝莓调味酱料(美式)	174
八、桂香味汁(美式)	174
九、泡菜调味汁(韩式)	175
十、咸甜复合调味汁(法式)	176
十一、美极调味料(法式)	176
十二、比萨酱(法式)	177
十三、胡豆汁(韩式)	178

第十三章 其他味型复合调味料的配制方法及烹饪应用

179

一、奶油培根酱(意式)	179
二、巧克力复合汁(意式)	179
三、五香汁(澳门)	180
四、马德拉汁(法式)	181
五、橄榄油汁(意式)	182
六、番红花少司(美式)	183
七、沙嗲酱(意式)	183
八、芹香葡萄干料(意式)	184
九、欧式杏仁粉(墨西哥)	185
十、坚果粉汁(希腊)	185
十一、酪梨酱汁(希腊)	186
十二、金平酱汁(日式)	187
十三、烤苹果少司(美式)	187
十四、他拉根汁(法式)	188
十五、奶豆腐(美式)	188
十六、七味腌汁(日式)	189
十七、菠菜汁(美式)	189
十八、龙虾酱料(美式)	190
十九、酸酒腌汁(意式)	190
二十、美利坚少司汁(美式)	191
二十一、三巴酱(印尼式)	192
二十二、红酒少司(美式)	193

参考文献

194



第一章 西餐调料与调味

第一节 调料与调味的概念

西餐调料也称调味原料或调味品等，是指在西式烹调中能够调和食物口味的烹饪原料。西餐中的调味品种类繁多，不同国家的菜式在制作中对调味品的选择应用、加工制作各有不同。它不仅能赋予食品一定的滋味和气味，而且还能改善食品的质感和色泽。只有了解了各种基础调味品的属性和调味原理，掌握了调味品的应用方法、相互作用及用量等，才能烹调出色、香、味、滋俱全的美味佳肴。

西式烹饪中复合调味料制作的优劣对调味过程有直接的影响，从而进一步影响到菜品色、香、味等方面。不同国家西餐烹饪中调味的技术方法有所差异，这是受它的饮食习惯、口味特点、宗教信仰、地域文化等方面的影响而表现的不同，但是其调味原理是相同的。调味技术是建立在科学理论基础之上的一项复杂的技术手段，要掌握良好的调味技术，就必须了解、掌握味的基础理论和味觉的基本知识，加工调配出质量较高的复合调味料，通过调味技术来丰富菜肴的口味。

所谓调味，就是在烹制过程的某一环节，按照菜肴的质量要求和适当比例投入调味料，使菜肴具有色、香、味、形俱佳品质的过程。调味是在烹调中运用各种调味品及调味方法调配食物口味的工艺。调味是烹调的重要组成部分，是决定西餐菜点风味、质量优劣的关键工艺，也是衡量厨师技术水平的重要标准。

调味既是烹调的技术手段，也是烹调成败的关键。为了更好地掌握调味技术的真谛，有必要了解味觉的基础知识，了解菜肴的风味特点，以及调味品和调味料的品质、性能，掌握合理的调味原则、机理和时机，同时在调味的过程中，还要根据原材料的性质、产地以及不同人群的生活习惯、民族禁忌、气候、环境等因素合理调味。只有这样才能不断改进调味技术，使菜肴的调味更合理，更科学，更符合人们的需要。



第二节 味与调味

一、味的概念

所谓味，是指食物进入口腔后给人的综合感觉。人对食物味的感觉是十分复杂的，可因食物的种类不同、成分不同、调味不同而感觉不一，从而表现出“可口”或“不可口”。这种“可口”或“不可口”，除受视觉、嗅觉、听觉、触觉和味觉的影响外，还受人们的饮食习惯、嗜好、饥饿、心情、健康状况和气候、环境等因素的影响。食品的味与气味是密切相关的，食品风味的要素是嗅觉、味觉和咀嚼时感受到的气味。食品的气味能用鼻嗅到，在口内咀嚼时也可感觉到，前者称为香气，后者称为香味或滋味。例如：西餐汤菜就非常讲究香和味，喜欢先闻香再品味，所以在制作工艺中先烤原料，然后再煮制后的汤香味就非常突出。

二、味的种类

一般可分为基本味和复合味。

基本味是一种单一的滋味，如咸味、甜味、酸味、苦味、辣味等；复合味是由两种或两种以上的基本味混合而成的味，如酸甜味、奶香味、咸甜味、鲜咸味等。将各类调味品进行有目的的配伍，就可产生千差万别的味，形成各国菜式不同的风味特色，这正是西餐烹饪调味技术的精妙所在。基本味又分为四原味和五原味。所谓四原味是指甜味、酸味、苦味、咸味四种基本味觉；在四原味中加上鲜味，就可定义为五原味。

最早发表味觉科学分类的德国人海宁认为：甜味、酸味、咸味、苦味是四种基本味觉，其他一切滋味都可由它们调和而成，但是呈味原料的众多、口味的复杂多样，使得其与实际情况有一定出入，因为仅仅依靠四原味来调配其他味型，还远远满足不了口味的需求。因此本书还是侧重于能比较全面地介绍各种口味。

1. 单一味

单一味是指一种呈味物质所呈现出的味道。目前比较流行的说法是咸味、甜味、酸味、辣味、苦味和鲜味六种。在西餐烹饪中外国人对甜味、酸味等基本味比较喜欢，对辣味、苦味就不太感兴趣。比如美国人、意大利人就比较喜欢甜的果香味等，而不太喜欢辣味。

(1) 甜味 西餐菜式中很多都是甜味的，例如：美式“炸香蕉”，泰国“桑椹果酱”，英式“樱桃果酱”等，甜味比较大。甜味可增加鲜味，调和口



味。在西餐菜式中很多主菜和配菜中使用得较多，是菜肴的主味之一。甜味能去腥解腻，使烈味变得柔和醇厚，还能缓和辣味的刺激感以及增加咸味的鲜醇感等。

呈甜味的调味品有各种糖、蜂蜜、各种果酱、甜炼乳、各种果汁等。

(2) 酸味 酸味具有较强的去腥解腻的作用，并且是烹制禽、畜内脏和各种水产品的常用品。它还能促使含骨类原料中钙的溶出，产生可溶性的醋酸钙，增强人体对钙的吸收，使原料中骨质酥脆。同时，酸味调味料中的有机酸还可与料酒中的醇类发生酯化反应，生成具有芳香气味的酯类，增加菜肴的香气。

西餐烹饪中呈酸味的调味品主要有梨醋、白醋、苹果醋、柠檬汁、番茄少司、番茄膏、番茄泥、番茄蓉、意大利香醋、香脂醋、橙汁等。

(3) 苦味 单纯的苦味尤其较强烈的苦味通常是不受人们喜爱的，但是苦味在调味和生理上都起着重要作用。苦味能刺激味觉感受器官，提高或恢复各种味觉感受器官对味觉的敏感性，从而增进食欲。苦味如果调配得当，能起着丰富和改进食品风味的作用，如苦瓜、莲子、白果、啤酒、咖啡、茶等都有一定的苦味，但均被视为美味食品。在菜肴中使用一点略有苦味的调味料，可起到消除异味和清香爽口的作用。

调味品的苦味主要来源于各种香辛调料，如苦杏仁、柚皮、陈皮、槟榔、白豆蔻、贝母、枸杞子、三七、茶叶、砂仁、白芷等。

(4) 鲜味 鲜味可增强菜肴的鲜美口味，使无味或味淡的原料增加滋味，同时还具有刺激人的食欲、抑制不良气味的作用。鲜味在菜肴中一般有两个来源：一是富含蛋白质的原料在加热过程中分解成低分子的含氮物质；二是加入的鲜味调味料，如鸡、牛、羊、鱼的基础汤，特鲜酱油等。

呈鲜味的调味品主要有浓缩隐汁、味精、鸡精、酱油、虾子、蚝油、鱼露、鱼汁以及各种海鲜类少司等。

(5) 辣味 辣味具有较强的刺激气味和特殊的香气成分，对其他不良气味如腥、臊、臭等有抑制作用，并能刺激胃肠蠕动，增强食欲，帮助消化。

呈辣味的调味品主要是辣椒、黑胡椒、白胡椒、法国芥末、咖喱粉、咖喱膏、咖喱蓉、姜黄粉、红椒粉、大蒜粉、芥末酱等。

(6) 咸味 咸味是调味中的主味，大部分菜肴口味都以此为基础，然后再调和其他的味。咸味在烹饪中起着非常重要的作用，它不但可以突出原料本身的鲜美味道，而且有解腻、去腥、除异味的作用。此外，它还有增甜的作用。例如：糖醋类菜肴的酸甜口味，不光是加糖和醋，也要放一些盐，如果不加盐而完全用糖和醋来调味，味道难以达到最好；做甜点时，如果放点盐，既解腻又好吃。