

扬州 **三把刀** 技艺系列教材

烹饪 工艺 技术

江苏省扬州商业学校
编著

PENGRENGONGYI
JISHU



上海科学技术出版社



扬州 **三把刀** 技艺系列教材

责任编辑 李冀康
封面设计 房惠平

烹饪工艺技术

ISBN 7-5323-8196-X



9 787532 381968 >

定价：23.00 元



www.ewen.cc
www.sstp.cn

《扬州“三把刀”技艺系列教材》

烹饪工艺技术

江苏省扬州商业学校 编著

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

烹饪工艺技术/江苏省扬州商业学校编著. —上海:
上海科学技术出版社, 2005.11

(扬州“三把刀”技艺系列教材丛书)

ISBN 7-5323-8196-X

I. 烹... II. 江... III. 烹饪-技术培训-教材
IV. TS972.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 100895 号

世纪出版集团 出版发行
上海科学技术出版社
(上海钦州南路 71 号(临) 邮政编码 200235)

新华书店上海发行所经销

常熟市兴达印刷有限公司印刷

开本 850×1168 1/32 字数 267 000

印张 10.5

2005 年 11 月第 1 版 2005 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1-5 500

定价: 23.00 元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题,
请向工厂联系调换

内 容 提 要

本书上篇“加工工艺”，介绍了刀工的基础知识、鲜活原料的初步加工方法、动物性原料的出肉、去骨与分档取料、原料成形刀法、干货原料的涨发方法、配菜的方法、冷菜的切摆等内容。下篇“烹调技术”，介绍了烹调的意义与作用、厨房设备与工具、火候的作用和各种加热法、调味的方法、原料的初步熟处理、汤的制作关键、菜肴上浆、挂糊与勾芡、冷菜与热菜的各种烹调方法、热菜的装盘方法、筵席的配置等内容。书中附有 90 余幅插图，绝大部分为实际操作图，实用价值颇高。

本书可供各类中等职业学校和培训机构教材之用，也适合烹饪专业人员和广大烹饪爱好者学习应用。

《扬州“三把刀”技艺系列教材》 编委会

主 编 周 俊
副 主 编 杨存根 胡建华 梅纪萍
执行主编 茅建民
总 纂 杨兆丰

本书编写人员 袁金广 封长虎 殷庆宝

序

扬州“三把刀”即厨刀、理发刀、修脚刀。

扬州“三把刀”是技艺。它的形成、发展和兴盛，与古代扬州的繁荣息息相关，扬州地处江淮之间，京杭大运河贯穿南北，既是水陆交通要道，又是富庶的鱼米之乡，这给扬州“三把刀”提供了物质基础，人流密集，市井繁华，服务对象广泛，操作技艺得以博采众长，日臻精良。明、清时代，由于漕运发达，巨贾盐商聚集扬州，极尽奢华，追求享乐，他们对吃喝玩乐的苛求，又大大催化了扬州“三把刀”技艺的提高，为这一传统技艺的发展提供了更为广阔的舞台。

扬州“三把刀”是文化。扬州是一座有二千五百年历史的文化名城，历代文人墨客多在此留连忘返，写下脍炙人口的名篇，扬州名菜“蟹粉狮子头”被宋代诗人杨万里誉为“却将一脔配两螯，世间真有扬州鹤”，把品尝此菜喻为“骑鹤上扬州”的神仙。清代大诗人袁枚就是一个著名的美食家，他所著的《随园食单》中介绍了几十种扬州菜点，李斗的《扬州画舫录》记载了扬州五十余家餐馆的经营特色，曹雪芹《红楼梦》中的菜品也以扬州菜为主。至于沐浴，历来就有着丰富的文化内涵，古人祭天、敬祖、重大节日前，都要斋戒、沐浴、更衣，以净化心灵，纯洁理念。而理发的文化因素，从“身体发肤，受之父母”、“蓄发明

志”、“割发代首”这些成语、典故中可见一斑。

扬州“三把刀”是艺术。扬州菜除选料讲究，刀工精细，火工独到外，还以造型、色泽赏心悦目著称。南北朝时，扬州厨师能将一种瓜做出几十样菜，一样菜做出几十种味道。至五代时，扬州厨师所制豆制品菜式繁多，已入典籍。清代扬州出现以“镂刻人物花卉鱼虫之戏”的西瓜灯为宴席点缀，众多纷繁的果蔬雕刻，既是食物，又为艺术珍品。扬州特有的修脚技艺，则被人们誉为“肉上雕花”，其纤细，其精美，由此可见。

依托于扬州“三把刀”这一传统的文化技艺，1959年，扬州商业学校把烹饪技艺的传授由店堂转为课堂，开我国饮食史上的先河；1997年，又开设了美容美发专业，把古老的技艺提升到一个培养健康高雅的审美情趣，研讨生活中人们的形象设计、提高生活质量的高度；其后，又开设了足部保健专业，它对扬州“三把刀”中的修脚技艺进行了提高、深化、改造、加工，集药疗、理疗、治疗足疾为一体，融推拿、按摩、修脚为一炉，该校的同志推陈出新，在古老的技艺中注入了现代的内容，使之焕发出新的青春。

当前，扬州“三把刀”在继承历史传统的基础上，启动了现代化的进程，随着经营层次的提升、工作条件的改善、管理水平的提高、市场步伐的加快，效益明显增长，而对这一切，更是需要从理论层面上去总结经验，研究得失，不断规范，超前计划，《扬州“三把刀”技艺系列教材》也就应运而生了。

这套教材充分体现了地域性、技艺性、专业性的鲜明

特色。它扎根于扬州这片“三把刀”的沃土，处处渗透出浓郁的乡土气息。它集中反映了扬州传统技艺的特色和精髓，讲求实用，便于操作，无论对初学者的入门还是从业人员的提高，不啻是一套理论系统化、实践规范化的极好教材。

愿扬州“三把刀”的从业生产人员、教学培训人员、理论研究人员共同努力，使之这门古老的技艺发出更为绚丽的光彩。

中共江苏省委教育工作委员会副书记 葛高林

2003年11月

总 前 言

随着全面建设小康社会战略的实施,扬州“三把刀”等服务业日益受到广大消费者的关注和青睐。为发扬光大扬州“三把刀”等传统服务技艺,我们编辑出版了《扬州“三把刀”技艺系列教材》。

《扬州“三把刀”技艺系列教材》是根据扬州传统的烹饪技术、理发技术、沐浴修脚技术编写而成。系列教材依内容分为三辑。第一辑:《烹饪工艺技术》、《扬州风味菜肴制作》、《扬州面点工艺技术》、《扬州风味面点制作》;第二辑:《扬州修脚工艺技术》、《扬州搓背工艺技术》、《扬州按摩工艺技术》;第三辑:《扬州美发工艺技术》、《扬州美容工艺技术》。全套教材共九本。为了教学和培训的需要,我们还编制了与之相配套的《扬州“三把刀”技艺系列教材教学计划及教学大纲》。系列教材中有关烹饪类、美容美发类专业的公共课程的内容,基本与目前教育部编制的中等职业学校使用的统编教材和劳动部编制的培训教材的内容相符,此外,我们增加了许多具有个性化的内容,充分体现了扬州地方特色,供各类职业学校和培训机构教学时选用。

《扬州“三把刀”技艺系列教材》编委会

前 言

维扬菜系源远流长，始于春秋，兴在隋唐，盛于明清。古扬州是江淮流域的经济中心，史称“扬一益二”，唐宋时为“淮左名都”。隋炀帝杨广曾经长住扬州，给扬州厨师发挥技艺、兼收众家之长提供了有利条件。宋建炎元年，金人占据汴梁，宋高宗赵构将庙宇、社稷、六宫、朝臣迁往扬州，称扬州为“行左”，士绅商贾、百姓艺人亦纷纷南下，云集扬州。明代，朱元璋在扬州设立扬州总督府，对扬州菜颇为欣赏，在南京建都，钦命扬厨专司宫廷御膳。永乐皇帝朱棣，迁都北京，扬州菜在京生根，明代正德皇帝朱厚熙、清代康熙、乾隆皇帝均多次南巡，扬州屡次接驾，钦差往返频繁，挥金如土，大排盛宴，大大促进了扬州菜的发展。历代文人学者名流，如王昌龄、孟浩然、李白、杜甫、岑参、高适、刘禹锡、白居易、杜牧、李商隐、欧阳修、苏东坡、秦少游等，曾写下数百首歌咏扬州的诗词歌赋，为扬州菜的发展增光添彩。

悠久的历史文化、重要的经济地位、丰富的自然资源、频繁的南北交流、特殊的社会需要及文人总结，使维扬菜形成了自己的特色和完整的体系。

维扬菜选料讲究、制作精细、刀工巧妙、形态逼真、瓜果雕刻尤为擅长；冷菜制作花鸟虫鱼、刀工精细、整齐而生动形象。烹调方法多种，拌、炆、腌、酱、糟、醉、炸、熘、

爆、炒、烹、煎、贴、烧、炖、焖、烩、氽、涮、煮、蒸，口味咸、鲜、甜、酸、麻、辣，南北皆宜，注重本味、讲究火工、汤清味醇、浓而不膩。

本书上篇“加工工艺”，主要介绍了刀工的基础知识、鲜活原料的初步加工方法、动物性原料的分档取料、原料成形的刀法、干货原料的涨发方法、配菜的方法、冷菜的切摆等内容。下篇“烹调技术”，主要介绍了烹调的意义和作用、厨房设备与工具、火候的作用和各种加热法、调味的方法、原料的初步熟处理、汤的制作关键、菜肴上浆、挂糊与勾芡、冷菜与热菜的各种烹调方法、热菜的装盘方法、筵席的配置等内容。书中附有 90 余幅插图，绝大部分为实际操作图，实用价值颇高。本书文图并茂，易学易懂，每章后面附有思考题，可供中等烹饪专业学生和广大烹饪爱好者学习应用。

我校烹饪人才辈出，知名厨师云集。参与本书编写的袁金广、封长虎、殷庆宝教师均为知名厨师，他们都是长期进行烹饪教学工作，并有自己的独到见解。本书上篇第一至第八章由封长虎编写，下篇第九至第十三章由殷庆宝编写，第十四至第十八章由袁金广编写。

由于我们水平有限，编写时间仓促，书中不妥、疏漏之处在所难免，敬请读者不吝赐教，以便再版时改正。

编著者

2005 年 10 月

目 录

上篇 加工工艺

第一章 加工工艺的主要内容与作用	2
一、加工工艺的主要内容	2
二、加工工艺的作用	3
第二章 刀工的基础知识	7
第一节 刀工	7
一、刀工的意义	7
二、刀工的原则	8
三、刀工操作者的基本要求	9
第二节 刀具和砧墩	12
一、刀具的种类及其用途	13
二、刀具的保养与	
磨砺	14
三、砧墩的选择、使用	16
第三节 刀法	17
一、直刀法	17
二、平刀法	26
三、斜刀法	32
四、削刀法	33
五、其他刀法	36
第三章 鲜活原料的初步加工	43
第一节 新鲜果蔬原料的初步加工	44
一、新鲜果蔬初步加工的一般原则	45
二、新鲜果蔬初步加工的方法及实例	45
第二节 水产品原料的初步加工	48
一、水产品初步加工的一般原则	48
二、水产品初步加工的方法与实例	49
第三节 家禽原料的初步加工	52
一、家禽初步加工的一般原则	52

二、家禽初步加工的 方法	53	一、内脏及四肢初步 加工的原则	58
三、家禽初步加工的 实例	56	二、内脏及四肢初步 加工的方法	58
第四节 家畜内脏及四 肢原料的初步 加工	58	三、内脏初步加工的 实例	59
第四章 动物性原料的出肉、去骨与分档取料	62		
第一节 家畜原料的去骨 与分档取料	63	二、鱼类的分档	73
一、猪的去骨与分档 取料	63	三、鱼类的整料 去骨	74
二、牛、羊的分档取 料	67	第三节 家禽原料的分 档取料与整料 去骨	75
第二节 水产品原料的 出肉、分档取料 与去骨	69	一、家禽的分档 取料	75
一、水产品的出肉	69	二、家禽的整料 去骨	77
第五章 原料成形的刀法技术	80	八、末	91
第一节 原料基本成形的 刀法技术	80	九、茸和泥	91
一、块	80	十、球	91
二、段	83	第二节 原料美化成形的 刀法技术	91
三、片	84	一、刀工美化的原料 选择	92
四、条	87	二、原料美化成形的 刀法	93
五、丝	88		
六、丁	90		
七、粒	91		
第六章 干货原料涨发	110		
第一节 干货原料涨发 的目的及注意			

事项.....	110	四、盐发.....	116
一、涨发的目的.....	110	五、火发.....	116
二、涨发的注意		第三节 干货原料涨发的	
事项.....	110	实例.....	116
第二节 干货原料涨发的		一、植物性干货原料涨	
方法.....	111	发的实例.....	116
一、水发.....	112	二、动物性干货原料涨	
二、碱发.....	114	发的实例.....	119
三、油发.....	115		
第七章 配菜.....	127		
第一节 配菜的重要性的		第三节 菜肴的命名	
基本要求.....	127		135
一、配菜的重		第四节 筵席的配菜	
要性.....	127		139
二、配菜的基本		一、筵席配菜的意义	
要求.....	128		139
第二节 配菜的原则和		二、筵席配菜的基本	
方法.....	128	要求.....	139
一、配菜的一般		三、筵席菜肴的配制	
原则.....	128	形式和内容及方	
二、配菜的基本		法.....	141
方法.....	131		
第八章 冷菜的切摆.....	146		
第一节 冷菜切摆的特		类和拼摆步骤	
点和要求.....	146		148
一、冷菜切摆的特点		一、冷菜装盘的种类	
.....	146		149
二、冷菜切摆的要求		二、拼摆步骤.....	150
.....	148	第三节 冷菜切摆的刀	
第二节 冷菜装盘的种		法、手法与点缀	

.....	151	二、冷菜切摆的手法		151
一、冷菜切摆的刀法		三、点缀		152
.....	151			

下篇 烹调技术

第九章 烹调的意义、特点和地位 160

第一节 烹调的意义及作用		160	作中的重要地位		164
一、烹调的意义		160	一、烹调是菜肴制作的关键工序		164
二、烹调的作用		161	二、烹调是决定美味佳肴的重要手段		164
第二节 烹调的特点		162	三、烹调是构成菜肴属性的主要条件		165
一、历史悠久		162	四、烹调是形成菜肴多样化的必要因素		165
二、选料讲究		162			
三、组配巧妙		163			
四、技法多样		163			
五、口味丰富		163			
六、菜肴品种丰富		164			

第三节 烹调在菜肴制

第十章 烹调的基本知识 166

第一节 厨房的组织机构和岗位职责		166	的设置		168
一、一般厨房的组织机构		166	一、厨房设备的设置		169
二、岗位职责		167	二、厨房环境的设置		169
三、现代大型厨房的组织机构		168	第三节 厨房常见事故的预防及应急措施		170
第二节 厨房设备及环境			一、生产事故		170

二、食物中毒事故	知识·····	178
·····		172
第四节 烹调的主要设备与工具	一、烹调前的准备工作	178
·····	二、烹调操作的基本要求	179
一、炉灶的分类	三、对烹调人员的基本要求	180
二、常用炉灶		
三、常用工具		
第五节 烹调操作的基本		
第十一章 火候		181
第一节 火候的作用	质的加热法	185
·····	五、以水蒸气为传热介质的加热法	185
一、火候对烹制菜肴的作用	·····	185
·····	六、微波加热法	185
二、火候可形成不同的烹调方法及风味菜肴	第四节 传热介质温度及火力的划分	185
·····	·····	185
第二节 烹调过程中的热传递	一、水温的划分	185
·····	二、油温的划分	186
一、热量的传递方式	三、蒸汽温度的划分	186
·····	·····	186
二、传热介质和温度场	四、火力的划分	187
·····	第五节 掌握火候的原则	187
第三节 烹饪加热技术的分类	一、根据原料的物性判断	188
·····	二、根据传热介质判断	188
一、直接加热法	三、根据烹调方法判断	189
二、固体传热介质加热法		
·····		
三、以水为传热介质的加热法		
·····		
四、以油脂为传热介		