



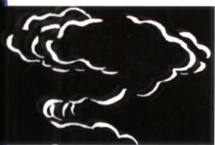
餐饮管理系列

邵万宽 著

现代烹饪与厨艺秘笈

现代烹饪生产必须与现代营销结合是当今餐饮经营的首要任务，也是今天烹调师从厨的责任。

本书既有对烹饪理论、餐饮经营的宏观探讨，也有对烹饪技术的微观研究，还有为迎合现代餐饮市场对厨艺开拓与创新的论述。



 中国轻工业出版社

现代 烹饪

与厨工解放

现代烹饪的兴起，是伴随着西学东渐而出现的。在晚清时期，随着西方传教士的传入，西餐开始在中国沿海城市流行。最初，西餐主要是在租界和使馆区的高级酒店和餐厅中供应，供外国人和少数中国上层人士享用。随着通商口岸的扩大和对外贸易的增加，西餐逐渐渗透到更多的城市，并开始进入普通市民的生活。

然而，现代烹饪的兴起并不仅仅意味着西餐的传入。更重要的是，它标志着中国烹饪传统的变革。在很长一段时间里，中国的烹饪方式主要是以家庭为单位，注重火候和刀工。随着西餐的传入，西方的烹饪技术和理念开始影响中国。人们开始使用烤箱、微波炉等现代厨房电器，也开始注重食材的营养搭配和菜品的摆盘艺术。

此外，现代烹饪的兴起还与厨工解放密切相关。在传统的中国社会，厨工往往被视为低贱的职业，受到社会的歧视。然而，随着西餐的传入和现代餐饮业的发展，厨工的职业地位开始得到重视。西餐厨师需要具备专业的烹饪技能和理论知识，这使得他们的职业形象得到了提升。同时，一些西餐厨师还开始创办自己的餐厅，成为餐饮业的中坚力量。

总的来说，现代烹饪的兴起是中国社会变革的缩影。它不仅改变了中国人的饮食习惯，也推动了厨工职业的发展。在今天的中国，现代烹饪已经成为餐饮业的主流，为人们提供了更加丰富和多样化的选择。同时，厨工的职业地位也得到了进一步的提升，成为社会分工中不可或缺的一部分。



现代人

餐饮管理系列

现代烹饪与厨艺秘笈

邵万宽 著

 中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

现代烹饪与厨艺秘笈/邵万宽著. —北京: 中国轻工业出版社, 2006. 2
ISBN 7-5019-5187-X

I. 现... II. 邵... III. 烹饪—基本知识
IV. TS972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 140873 号

责任编辑: 高惠京 责任终审: 劳国强 封面设计: 叶 蕾
版式设计: 叶 蕾 责任校对: 李 靖 责任监印: 胡 兵

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印 刷: 北京工大印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2006 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

开 本: 850×1168 1/32 印张: 12.125

字 数: 310 千字

书 号: ISBN 7-5019-5187-X/TS·3008 定价: 20.00 元

读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 85111730

发行电话: 010-85119845 65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

50540S1X101ZBW



邵万宽 江苏南京金陵旅游管理干部学院烹饪教研室主任，高级技师，中国餐饮文化大师，国家餐饮文化一级评审师；南京财经大学兼职教授；《中国酒店》、《东方美食》杂志编委会委员，《美食》杂志特约编委，江苏省劳动和社会保障厅职业技能鉴定高级考评员。

从事饭店、餐饮及其研究工作28年，先后赴荷兰、德国、马来西亚、香港等地交流考察，并应邀去越南胡志明市旅游协会讲学。曾任荷兰文华酒店中餐厨师长2年，在国内饭店管理咨询公司管理过多家饭店，担任餐饮总监、行政总厨等职；先后为全国数十家品牌餐饮企业进行咨询、培训、管理和指导，多次担任省、市、自治区烹饪大赛评委和裁判长。2005年获得美国国家餐馆协会颁发的食品安全管理资格证书。

出版著作30余本，发表饮食、烹饪研究论文及科普文章300余篇，曾先后在《中国食品报》、《美食》、《中国食品》、《东方美食》上开辟专栏，发表系列文章100多篇，主编烹饪丛书2套；代表著作有：《〈金瓶梅〉饮食大观》、《现代餐饮经营创新》、《美食节策划与运作》、《餐饮时尚与流行菜式》、《菜点开发与创新》、《厨房管理与菜品开发新思路》、《菜点创新30法》、《厨师长宝典》、《风靡欧洲的中国菜》等。

序

邵万宽先生的《现代烹饪与厨艺秘笈》即将出版了。这是一件值得祝贺的事。

之所以值得祝贺，乃是因为这是一部理论密切联系当前餐饮业实际，极具参考价值的好书。

改革开放以来，中国的餐饮业在摆脱计划经济的桎梏之后，发展迅速，一派火红。近几年来，全国的餐饮营业额连创新高，2004年已达7000多亿元人民币，2005年更可望突破8000亿元人民币大关。

然而，在餐饮业“繁荣”的背后，却存在着餐饮经营者和各类餐饮店之间在经营理念、营销方式、菜点风味，以及卫生、营养、服务等方面的激烈竞争。放眼全国，难以数计的老店新店，大店小店，中餐店西餐店，慢餐店快餐店，荤菜店素菜店，不同风味流派之间的店，同一风味流派之间的店，不同地区之间的店，不同民族之间的店……都在为争得餐饮市场的“份额”而搏杀。其结果可想而知：赢的赢，输的输，持平的持平。随之而来的是兴旺发达，扩大经营规模者有之，勉强维持者有之，倒闭者有之。这当中最令人扼腕的是，有不少昔日风云一时的重要菜肴流派的“老字号”名店居然也“流水落花春去也”，关门歇业了。

面对这种竞争的态势，餐饮业经营者除了在实践中“摸索”之外，更为重要的一点就是要在理论上提高，要“充电”，要学习。而邵万宽先生的《现代烹饪与厨艺秘笈》恰恰提供了这种需要。该书共10章，包罗了现代烹饪与餐饮经营、现代烹饪流行技法与运用、现代菜肴工艺解析、现代面点工艺解析、调味技艺的灵活运用、创新菜

点制作与基本思路、宴会菜品与主题菜单设计、厨艺探索与美食美名、现代厨艺与市场接轨等诸多方面。可以毫不夸张地说，只要认真读一读这本书，餐饮管理工作可以从中学悟到经营的“取胜”之道；烹饪实际操作者可以从中学学习到菜点的“出新”之方；烹饪教育工作者也可以从中获取教学用的“鲜活”案例，它的价值是多方面的。

老实说，要写好这样一部书是不容易的。没有扎实的理论功底，没有对餐饮市场的深入了解，没有对菜点制作技艺的切身体验，没有对中外餐饮业比较研究的开阔视野，恐怕是写不出来的。就这点而言，我觉得，认真从事餐饮工作的管理和教学近30年（其间还去过欧洲从事餐饮交流）而又深入实践、勤奋著书的邵万宽先生是很令人钦佩的！

邵万宽
2005年3月
于北京

第一章 现代烹饪与餐饮经营	(1)
第一节 中国烹饪美食之源	(1)
一、海滨风味	(1)
二、山乡风味	(2)
三、平原湖区风味	(3)
四、草原牧区风味	(4)
五、清真风味	(5)
六、素食风味	(6)
第二节 华夏美食的优良传统	(7)
一、原料广博	(7)
二、风味多样	(8)
三、技艺精湛	(8)
四、四季有别	(9)
五、讲究美感	(10)
六、注重情趣	(10)
七、食医结合	(11)
第三节 现代餐饮生产特点	(12)
一、迎合时尚潮流	(12)
二、把握市场导向	(14)
三、不断求新求变	(15)
四、追求文化品位	(17)
五、菜品风格多样	(18)
六、树立品牌意识	(19)
七、持续稳定发展	(20)

第四节 现代烹饪与餐饮发展	(21)
一、餐饮业百花齐放, 五彩缤纷	(21)
二、大众餐饮奋起直追, 分外火爆	(22)
三、快餐市场遍布城镇, 不断壮大	(23)
四、连锁经营来势迅猛, 发展较快	(24)
五、休闲市场轰轰烈烈, 十分活跃	(25)
六、地方风味广泛交流, 大胆吸取	(26)
七、健康饮食观念不断深入人心	(27)
八、文化经营与国际交流日益突出	(28)
第二章 现代烹饪流行技法与运用 (上)	(31)
第一节 烹饪技法的传承与发展	(31)
一、创新技法不断涌现	(32)
二、烹饪方法不断完善	(33)
第二节 烧烤、石烹	(34)
一、烧烤系列	(34)
二、石烹新姿	(40)
第三节 铁板、串烧	(43)
一、铁板衍生	(44)
二、串烧繁衍	(49)
第四节 炖品、明炉	(54)
一、炖品演变	(55)
二、明炉新族	(59)
第三章 现代烹饪流行技法与运用 (下)	(63)
第一节 煲仔、白灼	(63)
一、煲仔风行	(63)
二、白灼之辨	(66)
第二节 焗法、铁扒	(70)
一、焗法流变	(71)

二、铁扒中用	(74)
第三节 造势菜与客前烹制	(78)
一、菜品造势	(79)
二、客前烹制	(84)
第四章 现代菜肴工艺剖析	(89)
第一节 热菜造型的制作原则	(89)
一、食用与审美相结合	(89)
二、营养与美味相结合	(90)
三、质量与时效相结合	(91)
四、雅致与通俗相结合	(92)
第二节 包制工艺	(93)
一、纸包类	(94)
二、叶包类	(96)
三、皮包类	(98)
四、茸制包类	(100)
五、其他包类	(102)
第三节 卷制工艺	(104)
一、鱼肉类卷	(105)
二、畜肉类卷	(108)
三、禽蛋类卷	(110)
四、陆生菜卷	(112)
五、水生菜卷	(113)
六、加工菜卷	(115)
七、其他类卷	(116)
第四节 茸塑工艺	(117)
一、单独成菜	(119)
二、配料成菜	(121)
三、酿制与黏着物	(122)

第五节 夹制工艺	(123)
第六节 填酿工艺	(126)
第七节 滚沾工艺	(129)
第八节 装饰工艺	(132)
一、原壳装原味	(132)
二、配壳增丰韵	(134)
第五章 现代面点工艺剖析	(138)
第一节 面点造型工艺的要求	(138)
一、面点造型的工艺特色	(139)
二、面点造型的工艺要求	(141)
第二节 捏塑、酿馅、沾粘	(143)
一、捏塑法	(143)
二、酿馅法	(145)
三、沾粘法	(147)
第三节 夹制、剪绘、模印	(149)
一、夹制法	(149)
二、剪绘法	(151)
三、模印法	(153)
第四节 裱挤、嵌扣、组配	(155)
一、裱挤法	(155)
二、嵌扣法	(157)
三、组配法	(160)
第五节 塑绘、配色、盘饰	(162)
一、塑绘法	(162)
二、配色法	(165)
三、盘饰法	(169)
第六章 调味技艺的灵活运用	(174)
第一节 调味理论的积累与影响	(174)
一、传统调味理论的丰富与完善	(174)

二、调味技术的影响与深入	(177)
第二节 味觉与调味技艺	(179)
一、味与味觉	(179)
二、调味操作要求	(180)
三、不同菜品的调味方法	(182)
第三节 调味品及其配制	(183)
一、各具风味的调味品	(184)
二、现代调味品的发展与应用	(185)
第四节 味的变化与组合	(188)
一、味的特性与调味的应变	(188)
二、味的组合与创制	(193)
第五节 味型的传承与创新	(197)
一、时代需要多美味	(197)
二、运用调味料创新菜	(198)
第七章 创新菜点制作与基本思路	(203)
第一节 瞄准市场创新菜	(203)
一、围绕市场开发做文章	(203)
二、菜品创新的思考	(204)
三、从企业实际利益出发	(207)
第二节 敢为人先创新高	(208)
一、超前思考,主动诱导造市场	(208)
二、顺势开拓,抓住时机推市场	(210)
三、洞察新奇,引入新法争市场	(212)
第三节 巧变原料成新饌	(214)
一、善于利用特色原料	(215)
二、广泛引进新的原料	(216)
三、“废物”原料的利用	(218)
四、粗粮食品的精加工	(219)

五、添加原料带来新风格	(222)
六、变换原料谱写新菜品	(224)
七、巧变技艺描绘原材料	(226)
第四节 嫁接创新成新馐	(227)
一、菜肴与点心的嫁接翻新	(228)
二、地方菜品的嫁接与出新	(232)
三、中外菜品的嫁接与出新	(236)
四、乡土菜品的引用与嫁接	(240)
五、民族菜品的嫁接与扩展	(244)
第八章 宴会菜品与主题菜单设计	(250)
第一节 宴会菜单的传承与发展	(250)
一、古代宴会菜单的演变	(250)
二、建国后宴会菜单特点	(255)
三、21 世纪的宴会菜单	(257)
第二节 宴会菜品的组合艺术	(261)
一、突出主题, 显现风格	(261)
二、富于变化, 掌握节奏	(262)
三、迎合场景, 顺应时代	(264)
第三节 宴会菜品的配制	(265)
一、注重营养平衡, 把握宴会档次	(265)
二、了解宾客个性, 突出时令特点	(267)
三、用丰富的烹饪技法突出特色	(268)
第四节 主题宴会菜单的设计	(269)
一、主题宴会的设计分析	(269)
二、主题宴会开发的思路	(272)
三、主题宴会开发设计探讨	(275)
第九章 厨艺探索与美食美名	(287)
第一节 厨艺的探索与成果	(287)
一、前辈与大师的探究	(287)

二、集思广益的开发·····	(289)
第二节 中国美食时尚 ·····	(291)
一、食素之风·····	(291)
二、花卉美饌·····	(294)
三、茶叶美食·····	(295)
四、昆虫食品·····	(298)
五、药膳佳肴·····	(300)
六、水果制菜·····	(301)
七、果菜饮料·····	(304)
第三节 菜点命名与合理利用 ·····	(307)
一、中国菜品命名之妙·····	(307)
二、菜单文化与命名之辨·····	(309)
三、菜点命名的要求·····	(316)
第十章 现代厨艺与市场接轨 ·····	(318)
第一节 烹饪技艺与时尚菜品需求 ·····	(318)
一、餐厅“旺菜”开发及其特色·····	(318)
二、烹饪生产方式演进与变化·····	(322)
三、食品安全与 HACCP 管理体系·····	(325)
四、营养菜单的推广与实施·····	(331)
第二节 美器配美食的时代风格 ·····	(335)
一、饮食美器的历史演现·····	(336)
二、美食美器的匹配艺术·····	(337)
三、器具的变化与出新·····	(338)
四、菜品盘饰巧包装·····	(342)
第三节 菜品的销售与前后台配合 ·····	(346)
一、做好协调与信息沟通工作·····	(346)
二、加强与餐厅前台的协作·····	(347)
三、菜品销售与制造气氛·····	(350)

四、掌握消费者的消费心理	(353)
五、利用新产品吸引顾客	(355)
第四节 现代烹饪与菜品经营对策	(358)
一、影响经营的内部要素	(358)
二、塑造属于自己的特色	(361)
三、围绕市场搞好经营	(364)
后记	(371)

第一章 现代烹饪与餐饮经营

中国餐饮业的发展进步给祖国大地谱写了一篇篇华章。新世纪到来以及我国加入 WTO 之后, 餐饮行业已开始从量的扩张到质的提高。餐饮与环保、餐饮与品牌、餐饮与文化、餐饮与消费等课题已成为同业人员所关注的问题; 吃得科学、吃得健康, 满足消费者的多种需求已成为行业内部追求的方向。而今, “餐饮业的现代化”也已随着科技的发展、社会的进步不断提高人们的生活质量。全国各地的餐饮业, 展现出一片生机盎然的喜人景象。

第一节 中国烹饪美食之源

地域广阔的中华大地, 显现了各自不同的乡土地域风味特色——东西南北中, 风味各不同。不同的地理环境、不同的民族、不同的生活习惯, 形成了各地自然的乡土风格。实际上, 由于地理、气候、物产和习俗的不同, 不同地区人们的食品制作和口味特点存在着很大差异。

晋代张华在《博物志》中说: “东南之人食水产, 西北之人食陆畜。食水产者, 龟蛤螺蚌, 以为珍味, 不觉其腥臊也; 食陆畜者, 狸兔鼠雀, 以为珍味, 不觉其膻也。”自古以来, 不同的食物原料、不同的制作方式、不同的口味喜好, 孕育了不同的乡土地域文化, 这种差异性的风物特色表现于因人类地理分布而形成的地域性群体文化。

一、海滨风味

中国有着漫长的海岸线, 丰富的海洋资源, 为沿海人民提供了极其丰富的饮食宝藏。人们“靠海吃海”, 沿海的居民从小到大, 海鲜食品一直伴随着他们, 作为一年四季食用和待客的常菜。各种各样的海产品, 例如海螺、海蟹、虾、鱼、章鱼、鱿鱼、鲍鱼、扇贝、牡

蛎、海胆等都习以为常。每当鱼汛期一到，沿海渔民便扯起风帆，千舟竞发。海产原料丰富，自然海产的法多种多样：水煮吃、烧烤吃、煎扒吃、串烧吃、涮烫吃、爆炒吃等。

“正月沙螺二月蟹，不羨山珍羨海鲜”这是古代渔民对海味佳肴的赞美。海边村镇和城市不仅海产鲜活，随取随买，而且价格便宜，随食随有。由于海岸蜿蜒曲折，海洋渔业十分发达，当地的土菜主要以烹制各种海鲜见长，其得天独厚的海产优势，为当地人“靠海吃海”创造了优越的条件。

东部沿海的江浙地区，临河倚海，气候温和，沿海地区海岸线漫长而曲折，浅海滩辽阔而优良，优越的地理条件，蕴藏着富饶的海产珍珠。沿海滩涂与群岛鱼、虾、螺、蚌、蛤、蛏等海产佳品常年不绝。在江浙沿海，产量最多的应属与大黄鱼相当的小黄鱼，沿海村民称之为“黄花鱼”，鱼汛适值气温渐高的季节，因而海滨渔民往往将捕获的大量黄花鱼晒成鱼干，切成鱼块，用糯米酒酿腌制起来，作为一年四季改善生活时的佳肴，也是待客的常菜。

二、山乡风味

我国有逶迤绵延的崇山峻岭。全国从南到北，高山众多，生息在山岭之间的村民自然要“靠山吃山”。山野之中，无奇不有。小者如山鸡、斑鸠、野兔、蛇乃至山石之蛙类，都是山野之民目以为常、举手可得的家常便菜。

东北山地大小兴安岭、长白山一带，这里有丰富的山珍野味，长白山人参、猴头蘑、黑木耳、飞龙等物产殊异；云南、四川的山地，各种动植物丰富多彩，松茸、竹荪、虫草、天麻、鸡枞等特色原料为当地的饮食、烹饪谱写了新的篇章。

安徽山地较多，山区水质清澈但含矿物质较多。另外，山区的人们喜用自制的豆酱、酱油等有色调味品烹调，加之木炭较多，人们习惯用木炭烧炖砂锅类菜肴，形成了微火慢制而使菜肴质地酥烂、汤汁浓口重的山乡特色。另外，如生长在山涧、石缝中的蛙类石鸡、鱼