



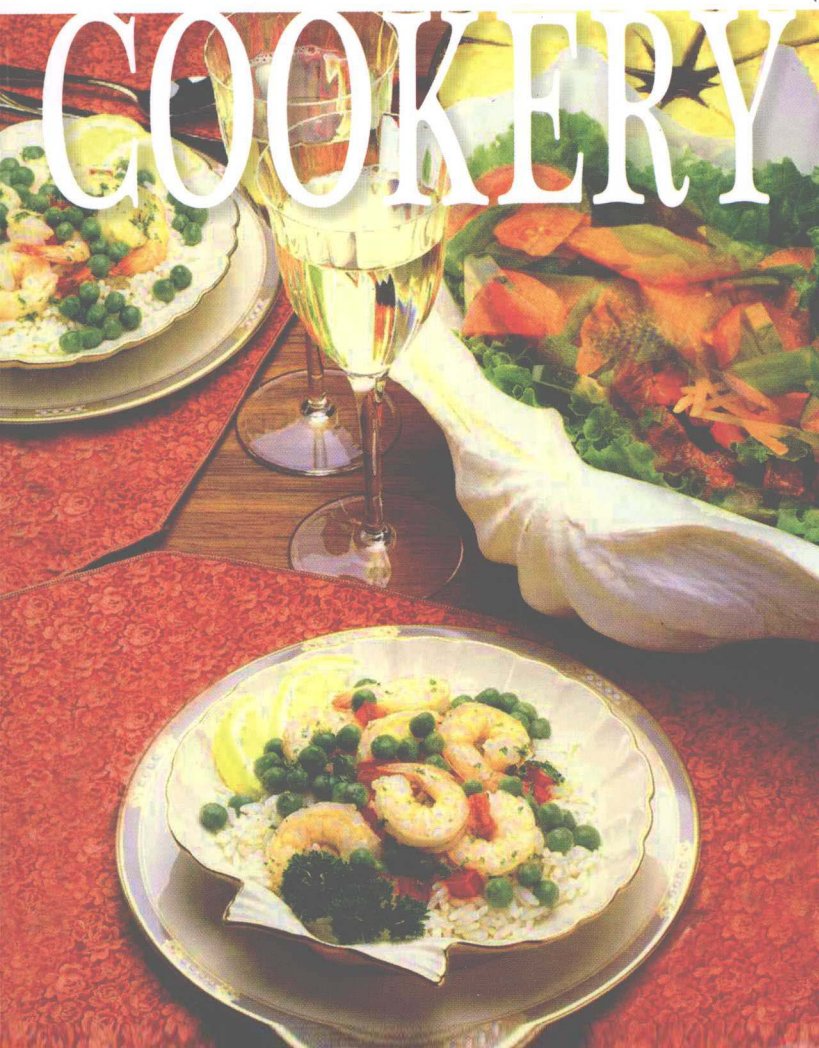
中等职业教育国家规划教材
全国中等职业教育教材审定委员会审定

烹饪专业主干课系列教材

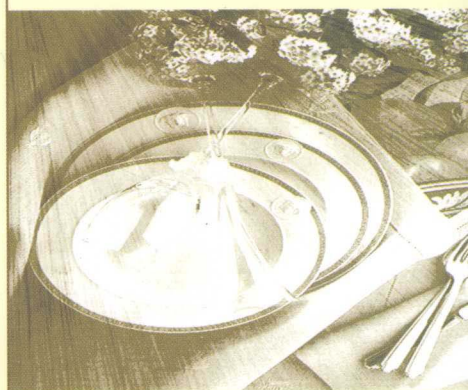
总顾问 张世尧
总主编 杨铭铎

中式热菜制作

(第二版)



主编 王勇 吕懋国



FE 东北财经大学出版社
Dongbei University of Finance & Economics Press

© 王勇 吕懋国 2009

图书在版编目 (CIP) 数据

中式热菜制作 / 王勇, 吕懋国主编. —2 版—大连: 东北财经大学出版社, 2009. 1

(烹饪专业主干课系列教材)

ISBN 978 - 7 - 81122 - 460 - 3

I. 中… II. ①王…②吕… III. 菜谱 - 中国 - 专业学校 - 教材
IV. TS972. 182

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 208734 号

东北财经大学出版社出版

(大连市黑石礁尖山街 217 号 邮政编码 116025)

总 编 室: (0411) 84710523

营 销 部: (0411) 84710711

网 址: <http://www.dufep.cn>

读者信箱: dufep@dufe.edu.cn

大连天正华延彩色印刷有限公司印刷 东北财经大学出版社发行

幅面尺寸: 185mm × 260mm 字数: 286 千字 印张: 13 插页: 2
2009 年 1 月第 2 版 2009 年 1 月第 4 次印刷

责任编辑: 许景行 刘亨达

责任校对: 惠恩乐

封面设计: 张智波

版式设计: 钟福建

ISBN 978 - 7 - 81122 - 460 - 3

定价: 18.00 元



中等职业教育国家规划教材

出版说明

为了贯彻《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》精神，落实《面向 21 世纪教育振兴行动计划》中提出的职业教育课程改革和教材建设规划，根据教育部关于《中等职业教育国家规划教材申报、立项及管理意见》（教职成〔2001〕1 号）的精神，我们组织力量对实现中等职业教育培养目标和保证基本教学规格起保障作用的德育课程、文化基础课程、专业技术基础课程和 80 个重点建设专业主干课程的教材进行了规划和编写，从 2001 年秋季开学起，国家规划教材将陆续提供给各类中等职业学校选用。

国家规划教材是根据教育部最新颁布的德育课程、文化基础课程、专业技术基础课程和 80 个重点建设专业主干课程的教学大纲（课程教学基本要求）编写，并经全国中等职业教育教材审定委员会审定。新教材全面贯彻素质教育思想，从社会发展对高素质劳动者和中初级专门人才需要的实际出发，注重对学生的创新精神和实践能力的培养。新教材在理论体系、组织结构和阐述方法等方面均作了一些新的尝试。新教材实行一纲多本，努力为教材选用提供比较和选择，满足不同学制、不同专业和不同办学条件的教学需要。

希望各地、各部门积极推广和选用国家规划教材，并在使用过程中，注意总结经验，及时提出修改意见和建议，使之不断完善和提高。

教育部职业教育与成人教育司



编写委员会

总顾问

张世尧

主任委员

王晋卿

副主任委员（以姓氏笔画为序）

王 勇 乔正康 华国梁 许景行 杨铭铎 康书民
葛长森

委 员（以姓氏笔画为序）

于 勤 刘学伟 纪家胜 刘耀华 陈克生 张元柱
李志仁 陈明远 何清渭 陈慧玲 周 俊 赵志广
施启仁 荆忠一 唐 文 桑世忠 夏德润 黄为民
曹仲平

代型策划

许景行



总 序

“国以民为本，民以食为天”，这是我们的祖先把饮食提到治国安邦的高度来认识的名言。饮食是人类生存和发展的物质基础。中国烹饪作为中国饮食活动的核心和基础，已成为中国的三大国粹之一，以“选料广泛、技法众多、口味多变、品评多元”等特点在世界上享有盛誉。以烹饪为生产环节的餐饮业是我国第三产业的传统产业，生活和投资环境的重要产业，国家扩大内需的支柱产业，提高人民生活质量和中华民族健康素质、全面建设小康社会的基础产业，也是安排就业的主要领域。“九五”期间，我国餐饮业的营业额年增幅达到了20%，每年新增就业人数160万。现有餐饮网点350多万家，从业人员1800多万。餐饮业的快速发展要求培养数以万计的德、智、体、美全面发展的高素质烹饪工作者。

2000年教育部为贯彻落实《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》（以下简称“《决定》”），在大量调查研究的基础上，组织专家制定并颁布了《中等职业学校专业目录》（以下简称“《目录》”），并在其中确定83个专业为中等职业学校重点建设专业。烹饪专业便是其中之一。

教育部在颁布《目录》的同时，结合实施《面向21世纪教育振兴行动计划》提出的“面向21世纪职业教育课程改革和教材建设规划”，组织相关行业的职业教育教学指导委员会和项目课题组，制定和颁布了中等职业学校重点建设专业的《教学指导方案》，包括专业课程设置（《教学计划》）、部分主干专业课程的《教学基本要求》（《教学大纲》）以及专业设置标准等。烹饪专业的《教学指导方案》（以下简称“《方案》”）和《教学基本要求》（以下简称“《要求》”）为这个专业的国家/行业规划教材编写提供了依据。

国务院于2002年7月主持召开了有三个部委和相关部门领导参加的《全国职业教育工作会议》（以下简称“《会议》”），强调各级政府要加强组织领导，落实必要的经费投入，积极促进职业教育和培训的健康发展，切实加强特殊行



业从业人员职业道德、专业技能和创新精神与能力的培训。

根据上述《方案》、《要求》和《会议》精神，东北财经大学出版社和教育部商业职业教育教学指导委员会共同组织全国商业和技工两大行业系统的重点高、中等学校的烹饪专业知名带头人，编写了这套教材。

本套教材包括：1.《现代餐饮经营管理基础》；2.《烹饪原料知识》；3.《烹饪营养与卫生》；4.《中式烹调技艺》；5.《中式面点技艺》；6.《中式热菜制作》；7.《中式面点制作》；8.《冷菜、冷拼与食品雕刻技艺》；9.《烹饪基本功训练》；10.《烹饪基础化学》；11.《中式快餐》；12.《西餐烹调技术》；13.《烹饪工艺美术》；14.《餐饮设备使用与保养》。其中：第1~8种为国家规划教材；第9~14种为与国家规划教材相配套的行业规划教材。这些教材涵盖了教育部新近颁布的《烹饪专业教学指导方案》中开列的全部专业课程。为方便教学，所有这些教材的主教材都配有《教师手册》。

在本套教材的编写过程中，我们在落实《决定》中关于“职业教育要增强专业的适用性，开发编写能体现新知识、新技术、新工艺和新方法的具有职业教育特色的课程及教材”的要求方面，做了不少努力。本套教材的编写委员会总顾问、世界中国烹饪联合会会长兼中国烹饪协会会长张世尧先生为我们落实这些要求提出了许多宝贵意见；东北财经大学出版社在全国率先推出的“换代Ⅱ型”教材的总体设计方案，是实施这些要求的具体化，其中包括：“体现21世纪新概念要求”，“突出中等职业教育的‘层次性’、‘职业性’和‘可衔接性’三重特征”，“坚持‘能力本位’和‘素质、知识、能力三统一’的原则”等。

应当指出：我们奉献给读者的以“‘部颁大纲’+‘换代Ⅱ型’总体设计”为主要依据的这套国家/行业规划教材，只是一种探索性尝试和阶段性成果，加之编写时间仓促，不足之处在所难免。殷切期望专家、学者和使用这套教材的全国中等专业（职业）学校的广大师生提出宝贵意见，以便通过修订使其成为质量更高的21世纪课程教材。

编写委员会



第二版前言

随着对外改革开放的扩大和经济持续稳定快速增长,城乡居民收入增加,生活水平不断提高,我国餐饮行业进入到快速发展的黄金时期,并成为国民经济中一个十分重要的产业。中国加入 WTO 后,教育部推出“面向 21 世纪职业教育课程改革和教材建设规划”研究与发展项目,将烹饪专业列入重点建设专业。《中式热菜制作》教材自 2002 年由东北财经大学出版社出版以来,为全国中等职业教育烹饪专业使用,受到广大师生的欢迎,这次修订是在保留第一版内容的基础上进行的,按照出版社新的栏目设计,增加了新的内容。

在这次修订过程中,主要增加的内容有:

1. 每章的“学习目标”中包括“知识目标”、“技能目标”和“能力目标”三个子目标;每章中有“知识点”、“技能点”和“能力点”三方面的教学内容,与“学习目标”相对应。
2. 每章的“能力点”主要通过案例题来体现。
3. 每章“技能点”的教学内容包括“单项操作训练”和“综合操作训练”两种题型,与章后习题中的“技能题”相对应。
4. 每章增加了 2~3 个“小知识”和 2~3 个“小思考”。
5. 每章在知识练习中增加了简答题、填空题和选择题,在技能训练中增加了“单项操作训练”和“综合操作训练”。
6. 本版增加了“综合案例”和“综合实训”的内容。
7. 新增三个附录。

本次修订的编写人员及分工与第一版相同,即:由西安商贸旅游学院王勇教授、四川烹饪高等专科学校吕懋国教授任主编,西安商贸旅游学院高级烹饪技师顾程林参编。第 1、2、3、4、7 章,附录 2、3 由王勇编写;第 5、6 章由吕懋国编写;第 8 章由顾程林编写;附录 1 由三人共同编写。全书由王勇总纂。



在教材编写过程中，全国商业职业教育指导委员会和教育部“面向 21 世纪职业教育课程改革和教材建设规划”研究与开发项目组给予了热情关怀和指导；西安商贸旅游学院、四川烹饪高等专科学校、徐州技师学院、广西桂林烹饪旅游学校、青岛酒店管理职业技术学院、北京工贸技师学院、上海锦江职业技术学校、四川省商业服务学院、广州市旅游学校、长春市商贸旅游学校给予了支持和协助，在此致以诚挚的谢意！

由于时间仓促，加之编者水平有限，书中难免有疏漏之处，望使用本教材的师生和读者批评指正，以便再版时修订。

编 者
2008 年 10 月



第一版前言

中国烹饪历史悠久，博大精深，是中华民族优秀文化之瑰宝。中国在上世界上享有“烹饪王国”、“餐饮王国”的美誉。改革开放以来，中国餐饮业百花吐妍，人才辈出，取得了长足的进步，已成为商贸旅游产业的支柱之一。中国已加入 WTO，餐饮业面临着新的机遇和挑战。为了与时俱进，弘扬精华，创新发展，教育部“面向 21 世纪职业教育课程改革和教材建设规划”研究与发展项目将烹饪专业列入重点建设专业。《中式热菜制作》教材就是根据 2001 年教育部审定通过的“全国中等职业教育《烹饪专业教学基本要求》”编写的新教材。

本教材在编写过程中，坚持“能力本位”和“素质、知识、能力三统一”的原则，着力体现“21 世纪新概念”的要求，突出应用和创新，具有层次性、实用性和前瞻性。

1. 根据教育部颁布的“基本要求”，总结教学经验，以烹调基本技法、制作传统名菜、筵席基础知识为编写体系，以基本技法为主线，按照一技多用法、一技多菜系、一技多流派的脉络，全面阐述了各种菜肴的风味特色、原辅材料、工艺流程和制作要领，帮助学生全面、系统地理解和掌握烹饪的基本技能，培养学生触类旁通、举一反三、研制创新的能力。它区别于目前众多的烹饪书籍、菜谱或教材中常以烹饪原材料列举或引出菜肴的编写方法，为此类书籍之先例。它克服了由于地域或菜系的差异而出现的教材庞杂、内容重复、表述不一等缺陷，具有技术规范、表达准确、要点明确、易于学练的特点。

2. 突出了对学生“四种能力”的培养：动手能力，体现在烹调技法各章节；制作传统名菜的能力，体现在名菜制作的各章节；设计和制作筵席的能力，体现在筵席基础知识的章节；研制和创新菜品的能力，体现在菜品制作过程的论述中。

3. 在重视基本技能教育的同时，着力体现时代要



求, 注意与餐饮业发展的水平同步, 与国际餐饮业接轨, 吸纳了当代烹饪的新技术、新工艺、新品种, 体现了中式热菜制作技艺的先进性。

4. 本教材总分三大模块: 基础模块, 包括热菜烹调概述、烹调方法; 实践模块, 包括传统名菜的制作; 选学模块, 包括筵席基础知识。

本教材由西安商贸旅游学院王勇、四川烹饪高等专科学校吕懋国高级讲师任主编, 西安市服务学校烹饪技师顾程林参编。第1、2、3、4、7章由王勇编写, 第5、6章由吕懋国编写, 第8章由顾程林编写。全书由王勇总纂。

在教材编写过程中, 全国商业职业教育指导委员会和教育部“面向21世纪职业教育课程改革和教材建设规划”研究与开发项目组给予了热情关怀和指导; 西安商贸旅游学院、四川烹饪高等专科学校、徐州市商业技工学校、广西烹饪学校、山东省饮食服务学校、北京市服务管理学校、上海市饮食服务学校、西安市服务学校、四川省商业服务学校、广州市旅游学校、长春市商业技工学校、南京市商业技工学校给予了支持和协助, 在此致以诚挚的谢意!

由于时间仓促, 加之编者水平有限, 书中难免有疏漏之处, 望使用本教材的师生和读者批评指正, 以便再版时修订。

编 者

2003年1月



目 录

第1章 热菜烹调概述	1
■ 学习目标	1
1.1 热菜烹调工艺	2
1.2 热菜烹调方法的分类法	3
■ 本章小结	5
■ 主要概念和观念	5
■ 基本训练	5
■ 观念应用	7
第2章 水作传热介质的烹调法	8
■ 学习目标	8
2.1 烧	9
2.2 扒	13
2.3 煨	18
2.4 炖	21
2.5 烩	25
2.6 焖	30
2.7 余	34
2.8 煮	38
2.9 蜜汁	41
■ 本章小结	46
■ 主要概念和观念	46
■ 基本训练	46
■ 观念应用	47
第3章 油作传热介质的烹调法	48
■ 学习目标	48
3.1 炒	49
3.2 爆	54
3.3 炸	58
3.4 烹	63
3.5 熘	67
3.6 煎	72
3.7 贴	77



3.8	拔丝	79
3.9	挂霜	84
■	本章小结	87
■	主要概念和观念	87
■	基本训练	87
■	观念应用	88
第4章	蒸汽作传热介质的烹调法	89
■	学习目标	89
4.1	蒸	90
4.2	熏	94
■	本章小结	98
■	主要概念和观念	98
■	基本训练	98
■	观念应用	99
第5章	辐射作传热介质的烹调法	100
■	学习目标	100
5.1	烤	101
5.2	微波烹调	105
■	本章小结	108
■	主要概念和观念	108
■	基本训练	108
■	观念应用	109
第6章	其他烹调法	110
■	学习目标	110
6.1	盐烹	111
6.2	石烹	112
■	本章小结	114
■	主要概念和观念	114
■	基本训练	114
■	观念应用	115
第7章	传统名菜的制作	116
■	学习目标	116
7.1	四川菜	117
7.2	广东菜	123
7.3	江苏菜	131
7.4	山东菜	138
■	本章小结	147
■	主要概念和观念	147



■ 基本训练·····	147
■ 观念应用·····	148
第8章 筵席基础知识·····	150
■ 学习目标·····	150
8.1 筵席的概述·····	151
8.2 筵席的组合格式·····	152
8.3 筵席菜单设计·····	154
8.4 筵席制作·····	158
■ 本章小结·····	183
■ 主要概念和观念·····	184
■ 基本训练·····	184
■ 观念应用·····	185
综合案例·····	186
综合实训·····	188
主要参考书目·····	189

第 1 章

热菜烹调概述

- 学习目标
 - 1.1 热菜烹调工艺
 - 1.2 热菜烹调方法的分类法
- 本章小结
- 主要概念和观念
- 基本训练
- 观念应用



学习目标

知识目标：通过本章学习，了解热菜烹调工艺的概念和热菜烹调工艺流程的概念。

技能目标：通过本章学习，熟悉菜肴烹调工艺的种类。

能力目标：通过本章学习，掌握热菜烹调方法的分类法；掌握常用的各种热菜烹调方法。



1.1 热菜烹调工艺

1.1.1 热菜烹调工艺概念

中国烹饪源远流长, 丰富多彩, 它是中华民族灿烂文化的一部分, 也是世界文化艺术宝库中一颗绚丽夺目的明珠。它与法国烹饪、土耳其烹饪齐名, 并称为世界烹饪三大风味体系。中国菜肴品种繁多, 烹调工艺精湛, 形成具有色、香、味、形、质、器、养统一的风味特色, 其中以味的艺术享受为核心, 以养的物质享受为目的, 构成中国菜肴的最大特色。

烹就是对烹饪原料加热使之成熟, 调就是调味; 通过加热调味将生的烹饪原料制成熟的菜肴, 就是烹调技术。热菜烹调工艺是烹调技术的积累、提炼和升华, 是有计划、有目的、有程序地利用烹调工具和设备对烹饪原料进行初加工、切配、调味、加热与美化, 使之成为能满足人们生理需求的菜肴的工艺过程。

热菜烹调工艺不是一成不变的, 随着科学研究的不断深入, 烹饪新原料的不断开发利用和烹饪新工具、新设备的不断更新, 其烹调工艺也将越来越完善。

1.1.2 热菜烹调工艺流程

1) 菜肴烹调工艺的种类

(1) 按风味流派的不同, 可划分为山东菜制作工艺、四川菜制作工艺、江苏菜制作工艺、广东菜制作工艺、湖南菜制作工艺、安徽菜制作工艺、浙江菜制作工艺、福建菜制作工艺等。

(2) 按烹调方法, 可划分为水烹法制作工艺、油烹法制作工艺、汽烹法制作工艺、辐射法制作工艺、其他烹调方法制作工艺等。

(3) 按筵席制作, 可划分为大菜、头菜、热菜、饭菜、甜菜、汤羹类等。

2) 热菜烹调工艺流程

热菜在具体操作过程中, 其工艺流程是: 原料选用→初步加工→切配→临灶烹调→成菜装盘→上席。

(1) 原料选用

选料是菜肴制作的重要环节, 包括对各种原料的鉴别与选择。好的原料是制作好菜肴的物质基础, 为了保证菜肴质量, 烹调之前对用料须进行认真的选择与组配。鉴别其产地、固有品质、新鲜度、用途、营养成分及有无毒害, 经过烹调加工可提供营养、卫生、安全的菜肴。

(2) 初步加工

原料的初加工包括对植物性原料的剔选、摘掐, 对动物性原料的宰杀, 去毛、羽、鳞片 and 剖腹去内脏、洗涤、出骨、出肉或分档取料、干货涨发等。

(3) 切配

烹饪原料的切配过程, 包括刀工处理、配菜、初步熟处理、制汤以及挂糊、上浆、拍



粉和码味腌渍等，为临灶烹调作准备。

(4) 临灶烹调

临灶是指将经过切配后的原料进行加热、调味，制作菜肴的工艺，是菜肴烹调工艺的最后一道工序。因为多在炉灶前操作，又称炉子或灶上、火上的、候镬和后镬。因为餐饮业的炉灶通常有3个以上的火眼，从事临灶操作的厨师，根据技术水平又分为头炉（头灶、头锅）、二炉（二灶、二锅）、三炉等。相对应炉子的切配厨师，又称为头砧、二砧、三砧等。临灶以烹制为中心，其工艺内容包括烹制、调味、制汤、勾芡和装盘等。

1.2 热菜烹调方法的分类法

热菜烹调方法众多，由于所持的标准不同，分类的方法也有多种，常见的分类方法是，按菜品温度和按传热介质分。

1) 按菜品温度分为冷菜技法和热菜技法。冷菜烹调技法常用的是拌、腌、炆、冻、酱、卤、酥等。热菜烹调技法常用的是烧、扒、煨、炖、烩、焖、余、煮、炒、炸、爆、熘、煎、贴、烹、蒸、烤、拔丝、蜜汁、挂霜等。

2) 按传热介质分为水烹法、油烹法、汽烹法、辐射法、其他烹调方法。

(1) 水作传热介质的烹调法

水烹法是指菜肴原料的主要成熟过程以水作为传热介质的烹调方法，如烧、扒、煨、炖、烩、焖、余、煮、蜜汁等。

(2) 油作传热介质的烹调法

油烹法是以食用油脂作传热介质来加热原料的烹调方法，如炒、炸、爆、熘、煎、贴、烹、拔丝、挂霜等。

(3) 蒸汽作传热介质的烹调法

汽蒸法是以水蒸气为传热介质来加热原料的烹调方法，如蒸和熏等。

(4) 辐射作传热介质的烹调法

辐射作为传热介质的烹调法有烤和微波烹调等。目前以电加热的设备可分两大类，一类是通电后将电能直接转化为热能的装置，一般有电炸炉、电扒炉、电法兰板等；另一类是通电后将电能转化为电磁波，通过电磁波来加热的装置，一般有电磁灶、远红外线烤炉、微波炉等。随着经济的发展，它的应用领域将不断得到拓宽，不断被普及推广和应用。

(5) 其他烹调方法

其他烹调方法主要是指以固态的盐、泥沙、卵石等作为传热介质的烹调方法，如盐烹和石烹等。



小知识 1—1

日本连锁超市、便利店不再免费提供一次性筷子

由于从中国进口的一次性木质筷子价格上涨，日本许多大型连锁超市、便利店出售盒饭和方便食品时，不再向顾客免费提供一次性筷子，同时也有些便利店开始选用其他材质的一次性筷子。



日本著名 7-11 连锁便利店已经决定，在东京的 22 家店铺从中国进口一次性筷子的材质将由白桦木改为竹子，并在今后两到三年内，把这一计划推广到全日本的 11 000 家店铺中。

这种变化源于中国对森林资源保护政策的调整。近年来，中国政府加强了对森林资源的保护力度，对一次性筷子等耗费林木资源的产品采取了限制出口的政策。因此，对于那些对华进口依赖程度高的行业，日本贸易振兴机构已向其发出了尽快开拓新进口渠道的警告。

日本业内人士指出，这将是一个长期现象，今后人们无论在外就餐还是购买快餐盒饭时，都会面临这一问题，餐馆、便利店等相关各方都在积极寻求新对策。日本《富士产经商报》援引日本一次性筷子进口协会的统计显示，日本每年一次性筷子消耗量约为 255 亿双，其中 90% 从中国进口。2005 年 12 月该协会与中国方面达成了一次性木质筷子涨价 30% 的协议。



餐饮使用一次性筷子的利与弊。

小思考 1-1



小知识 1-2

一流点菜师是如何炼成的？

“餐馆咨询台”吃客永远是朋友的就餐指南针。每到饭点，手机随时可能响起。吃客的脑子就像台电脑，把馆子全搜罗一遍，然后推荐一家。

“饭桌点菜师”吃客通常是刚刚坐定，菜单就扔了过来，然后吃客们就抱着菜单认真地钻研起来，如果好吃，大家都会说餐厅不错；如果难吃，大家会群起而攻之，一世“英名”毁于一旦。

“美食解说员”吃客还要包揽解说任务。大家觉得某道菜吃好吃，吃客得从起源、材料、做法上一一解说；某道菜难吃，吃客也得说出个为什么来。

在餐桌上，食客便是指点江山的那一位。从点菜、解菜到品菜，筷影纷飞、引经据典，众人无不心悦诚服。

能否品好蟹黄汤包，是能否成为海派食客的标志之一。

青椒鱼脱胎于传统川菜，在火辣中又多了份细腻柔和。作为一个吃客，在朋友圈中是占绝对重要的位置的。无论他平时多么心平气和或者冷酷到底，但一到饭桌上，就立即拿出平常人所没有的豪情。席间一坐定，菜单手中拿，点菜是最能体现吃客地位的时刻。这个时候没有人敢轻易打扰吃客的思绪，他几乎要照顾到在场每一个人的口味。大家今天这顿饭吃什么，吃得痛快与否，都在吃客的一皱眉一轻叹之间。而且对于吃客所指定的食物，没有人能有任何异议。哪怕是有一道菜你不喜欢吃，记住，那是你不懂得欣赏美食，只要吃客一开口，向你陈述他点这道菜的原因及这道菜源远流长的历史，你就必须得洗耳恭听。也许在下一个饭桌上，这道菜的出现就成了你炫耀的资本。

作为一个吃客，他不是餐馆里，就是在去餐馆的路上。他唯一的目的，就是把好吃的或不好吃的东西告诉别人。无论你身处这个城市的哪一个犄角旮旯，打个电话，他都能告诉你哪家店的哪道菜一定要点，而哪家店千万不要进，难吃价钱还高。你不信？吃亏的一准儿是你。

作为一个吃客，他从来不会对不起自己的嘴。哪怕是在五星级饭店，他也会认真地告诉你这道佛跳墙的原料少了好几种，而在你想吃某种东西的时候，他会把你推荐到一个又脏又破毫不起眼的大排楼里，告诉你这是全北京最正宗的。而你是否能体味到，他却不在乎，因为作为一个吃客，他已经尽到自己的义务了。