

烧腊·卤味大全

SHAOLALUWEIDAQUAN

曾韶东 编著

烧腊大师的倾力之作，
200余款经典与创新的烧腊卤菜品制作实例。
广式烧腊、卤味的菜式制作技法，
专用酱汁和卤水配方与烹饪界同仁共享。



广东出版集团
广东经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

烧腊·卤味大全 / 曾韶东编. —广州: 广东经济出版社,
2009.7
ISBN 978-7-5454-0270-4

I. 烧… II. 曾… III. 菜谱—中国 IV. TS972.182

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第108160号

出版 发行	广东经济出版社(广州市水荫路11号11~12楼)
经销	广东新华发行集团
印刷	广州伟龙印刷制版有限公司
开本	787毫米×1092毫米 1/16
印张	15
版次	2009年7月第1版
印次	2009年7月第1次
书号	ISBN 978-7-5454-0270-4
定价	58.00元

如发现印装质量有问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

发行部地址:广州市水荫路11号11楼

电话:(020)38306055 37604312 邮政编码:510075

邮购地址:广州市水荫路11号11楼

电话:(020)37601950 37601509 邮政编码:510075

图书网站:<http://www.gebook.com>

· 版权所有 翻版必究 ·

烧腊·卤味大全

曾韶东 编著



廣東省出版集團
廣東人民出版社

民以食为天

致烹饪饮食界的朋友：
民以食为天，
饮食业是永不衰退的行业，
在这一行业，前景无限。

烹饪的方法数不胜数，
而烧、腊、卤是一门不可多得烹饪艺术，
这门烹饪艺术的普及，
将是美食界的一大发展与收获。

饮食界在发展，
人们由于生活的提高，
对美食色、香、味、形的要求逐渐提高。
人们在追求食物卓越品质的同时，
烧、腊、卤这一等级的烹饪艺术也将越来越受欢迎！

—— 李锐



烧腊·卤味大全

前言 PREFACE

在中国饮食文化的长河中，人们对食物的加工烹制方法有着日新月异的发展，对食物色、香、味、形的要求也越来越高。烧、腊、卤食品享誉于广东并已席卷全国，乃至世界。烧、腊、卤食品既可进入千家万户，成为大众餐桌上的佳肴美食；亦可进入高档的酒楼与喜庆宴席，以宴请宾客，甚至已成为众多菜肴中的主角。

烧、腊、卤食品色、香、味、形极美，其关键在于酱汁与卤水的配制。烧腊师将品种丰富的酱汁原料和药材香料通过巧妙的分量比例和配制方法配制成烧腊酱汁；将各种天然的药材香料与猪骨、肉品等有机结合，熬制出鲜醇飘香的卤水。酱汁和卤水已成为烧、腊、卤食品的味道之魂，一个熟于配制美味烧腊酱汁和卤水的师傅，也就如一个点“食”成金的魔法师，在烧腊世家中，有些酱汁和卤水的配方是祖传不外泄的。

曾韶东师傅从事饮食行业有十几年，从事烧、腊、卤行业也有十年之久，他一直在烧腊行业为民造福，传道授业。曾师傅在全国的桃李不下万人，其中还有从日本、马来西亚、加拿大等国家远道而来求学的外籍学生。曾师傅这次本着为民造福的心愿，倾力奉献，将各种卤水、酱汁的制作配方和方法详细道尽，愿与业界的同仁共享，也希望帮助到更多在烧腊或烹饪行业的创业者。

本书《烧腊·卤味大全》由曾韶东师傅精心打造，包括了基础篇、烧烤篇、卤味篇、腊味篇四大部分。基础篇详细介绍烧、腊、卤的入门基础知识，讲解酱汁、卤水的详细制作方法；其他三个篇章分别完整地介绍了烧、腊、卤菜式的制作过程，共计二百余款，从经典到创新，每款都由曾师傅精选并亲手制作。制作过程给予清晰的图片、详细的制作过程文字，易看易懂易学。本书对于初涉烧腊行业的创业者和从事烹饪职业的人员来说，是一本不可多得的好书，而对于经验丰富的烹饪师来说，也是一本很好的学习参考书。

金无足赤，若本书有疏漏，也不可避免，诚心希望各位读者批评指正。

如果你想跟本书的作者进行技术交流，或想更深入地了解制作烧、腊、卤味的技术要领，可与本书的作者曾韶东师傅联系。

烧腊·卤味大全

CONTENTS 目录



8 基础篇

- 9 烧腊卤味的历史
- 10 工具介绍
- 14 烹饪刀功技巧
- 16 常用香料性味与功能
- 22 酱料制作基本操作
- 24 风味酱料的制作
- 27 专用卤水的制作
- 34 烧烤操作实例——烧鹅的烧制
- 36 卤味操作实例——白切鸡的制作及上碟



39 烧烤篇

- 40 原只大金猪
- 43 吊炉烧鸡
- 44 蜜汁叉烧、蜜汁烧排骨
- 48 吊炉烧鸭
- 50 炭烧琵琶鸭
- 54 澳门烧肉
- 57 蜜汁烧鸡翼
- 58 吊烧脆香鹌鹑
- 60 蜜汁烧大肠
- 62 手持明炉烧鸭
- 63 炭烧猪脚
- 64 炭烧圆蹄
- 65 脆皮叉烧
- 66 蜜汁烧花叉
- 67 炭烧猪颈肉
- 68 蜜汁烧肠头
- 69 广式脆皮烧鹅
- 70 粤式片皮鹅
- 71 潮莲烧鹅
- 72 蜜汁烧鹅肝
- 73 潮莲烧鸭
- 74 广式脆皮烧鸭
- 75 北京片皮鸭
- 76 炭烧鸭下巴
- 77 南乳汁烧鸡
- 78 太和烧鸡
- 79 脆皮风沙鸡
- 80 脆皮神仙鸡

- 81 沙茶吊烧鸡
- 82 琵琶吊烧鸡
- 83 道口烧鸡
- 84 烧鸡腿
- 85 酱板鸡
- 86 脆皮金钱鸡
- 87 席上片皮鸡
- 88 烧羊腿
- 89 烤羊排
- 90 蜜汁烧牛肉
- 91 红烧脆皮乳鸽
- 92 太和烧乳鸽
- 93 南乳吊烧鸡
- 94 炭烤生蚝
- 95 炭烤青口
- 96 炭烤元贝
- 97 炭烤带子
- 98 炭烤大鳔
- 99 炭烤红杉鱼
- 100 炭烤鲜鱿鱼
- 101 炭烤干鱿鱼
- 102 炭烤鲜虾
- 103 炭烤鲜鱿筒
- 104 炭烤鲜鱿须
- 105 炭烤秋刀鱼
- 106 炭烤干鱿须
- 107 炭烤凤爪
- 108 炭烤茄子
- 109 炭烤韭菜
- 110 炭烤玉米
- 111 炭烤羊肉串
- 112 炭烤火腿肠
- 113 炭烤鸡腿
- 114 炭烤牛肉丸
- 115 炭烤牛肉串
- 116 炭烤鸡肾串

117 卤味篇

- 118 酱板鸭
- 120 扒鸡
- 123 卤水猪头肉
- 124 白云凤爪
- 125 卤水大肠
- 126 卤水鹅肠
- 127 卤水猪脰
- 128 油淋鸭
- 130 卤水鹅
- 131 油淋鹅
- 132 潮州卤水鹅翼
- 133 潮州卤水鹅掌
- 134 潮州卤水鸭翼
- 135 潮州卤水鸭
- 136 潮州卤水鸭头
- 137 潮州卤水鸭舌
- 138 潮州卤水鸭掌翼
- 139 潮州卤水猪脚
- 140 潮州卤水猪脚仔
- 141 潮州卤水猪尾
- 142 潮州卤水猪肚
- 143 潮州卤水猪小肠
- 144 潮州卤水脆生肠
- 145 潮州卤水鸡中翼
- 146 豉汁凤爪





- 147 潮州卤水火鸡翼
- 148 豉油鸡
- 149 东江盐焗鸡
- 150 咸香鸡
- 151 咸香鸡翼尖
- 152 咸香凤爪
- 153 咸香火鸡翼
- 154 咸香鸡翼
- 155 咸香鸭肾球
- 156 咸香手撕鸡
- 157 精卤牛筋
- 158 精卤牛肉
- 159 潮州卤水金钱肚
- 160 卤羊肉
- 161 卤水鹅肝
- 162 潮州卤水蛋
- 163 卤水豆腐
- 164 豉油皇鸽
- 165 豉油皇大肠
- 166 豉油皇凤爪
- 167 豉油皇脆生肠
- 168 豉油皇鸡翼尖
- 169 豉油皇鸡腿
- 170 豉油皇鹅肠
- 171 豉油皇鸡翼
- 172 贵妃白切鸡

- 173 白切鹅
- 174 白切鸭
- 175 白切文昌鸡
- 176 隔水蒸鸡
- 177 白切猪肚
- 178 白切猪手
- 179 白云猪手
- 180 白切猪脷
- 181 白切猪生肠
- 182 白切鹅肠
- 183 白切乳猪
- 184 白切花腩
- 185 白切猪小肠
- 186 白切大肠
- 187 白切猪脚仔
- 188 白切凤肝
- 189 白切鸭翼
- 190 白切鸭肾
- 191 川味卤鸡翼
- 192 川味卤凤爪
- 193 川味卤鸡中翼
- 194 川味卤鸡翼尖
- 195 川味卤鹅肝





- 196 川味卤鸭掌翼
- 197 香辣鸭脖子
- 198 香辣鸭头
- 199 川味卤鹅掌翼
- 200 川味卤鹅肠
- 201 川味卤肾球
- 202 川味卤猪头肉
- 203 香辣猪尾巴
- 204 香辣猪耳朵
- 205 川味卤猪鬃
- 206 川味卤猪肚
- 207 川味卤猪肠
- 208 川味卤猪生肠
- 209 川味卤猪小肠
- 210 香辣牛肚
- 211 川味卤牛筋
- 212 香辣牛肉
- 213 川味卤乳鸽
- 214 香辣豆腐
- 215 香辣鸡蛋
- 216 香辣猪手
- 217 香辣鸭锁骨
- 218 潮州卤水拼盘
- 219 五香花生米

- 220 凉拌莲藕
- 221 凉拌海带丝 (海带结)
- 222 凉拌小青瓜
- 223 麻香海蜇
- 224 凉拌豆腐皮
- 225 凉拌黄花菜
- 226 凉拌竹笋
- 227 凉拌海菜花
- 228 凉拌牛筋

229 腊味篇

- 230 南昌腊鸭
- 231 腊猪耳
- 232 瘦肉腊肠
- 233 腊鸭舌
- 234 广式腊肠
- 235 东莞腊肠
- 236 川味腊肠
- 237 腊鸡腿
- 237 腊大肠
- 238 腊瘦肉
- 238 腊五花肉
- 239 腊鲫鱼
- 239 腊鸭肾



基础 **P** 篇
JiChu **ian**





烧腊卤味的历史

广式烧腊历史悠久、外形美观，风味独特。广式烧腊卤是指享誉中外的广式烧烤，卤渍，腊制食品的制作工艺。

民以食为天，中国的饮食文化源远流长，自原始社会开始便有了火烤食物，人们从此走出茹毛饮血的时代。早在殷商，《帝王世纪》载：“……车行酒，马行炙”，当时在众多的美味食品中，烧烤制品的地位始终排在前列。

卤味的历史也有两千多年，源于秦，卤的工艺，古代称之为“臠”。

腊味是深受人们喜爱的食品之一。据传唐朝以前，人们便在北京腊味的基础上，创制

了具有地方特色的腊味。唐宋时期，阿拉伯人、印度人又将灌肠食品传入广州，广州厨师们再进一步将灌肠的制作方法和本地腌制肉食的方法相融合，创作出“中外结合”的广式腊味，名扬海内外。生产烧味的著名厂家店铺，清末时有孔旺记，其脆皮烧乳猪当时已闻名广州；生产腊味的著名厂家在民国时则有皇上皇，八百载，沧州等，这几家名牌店铺一直保存至今天，千古流芳。

广式烧腊一般分为烧味类，卤味类，腊味类三种。烧味类有烧乳猪，烧鹅，烧鸭，烧乳鸽，烧枚叉，烧排骨，烧鸡翼等二十多个品种；卤味类有白切鸡，白云猪手，卤水鹅，卤水鸭，卤水肠等近三十个品种；腊味类有各种腊肠，腊肉，腊鸭等五十多个品种，而在这些经典品种中又不断衍生出更多创新美味的品种。广式腊味三味（酱香味，腊香味，酒香味）俱全，广式腊肠的肠衣脆薄，色泽鲜艳，咸甜适中，美味可口，营养丰富，因而深受国内外食客的欢迎；烧味与卤味亦美味无穷，已逐步成为粤式菜馆、酒楼的镇店之宝。广式烧腊在保全原来菜式的基础上不断有突破和创新，创新菜式逐步适合大江南北食客的口味，甚至走向世界。

工具介绍

炭烤炉

炭烤炉是烧烤工具里首居一位的工具设备，其烧烤原理是利用原始的炭火烧烤食物及封闭炉内热量进行火局烤，使食物至熟。炭火烧出来的烧味，味道独特，口感自然，浓浓的肉香里洋溢着淡淡的炭香，这是炭火烤炉的一大优点。



煤气烤炉

煤气烤炉的烧烤原理是热力不断积聚于炉内，将食物火局烤至熟，时间可以自动调节，成本也较低，节省人力物力是煤气烤炉的一大优点。



不锈钢、生铁炉胆

放在炭烤炉的里面，用于盛装火炭及生火。（通过炉胆下的封门可控制火候。）

明炉

用于明炉烧烤，使烧烤师可随时掌握食物与火的接触面、距离、火候和时间。



微波炉

用于食物再加热。

不锈钢桶

用于浸卤食品。规格有大、中、小三种。

加厚锅

用于炸制产品、炒像原料等。

雪柜

用于肉品、半成品、成品的保鲜和较长时间的保存。



叉烧针连环 (差烧环)

用于串烧各种叉烧、鸡翼等。



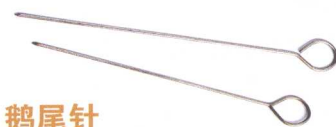
烧腊钩

吊炉烧烤时经常用到, 可用于挂烧鸡、烧鸭、烧鹅等。



叉烧针

串烧蜜汁叉烧、琵琶鸭、鸡翼等。



鹅尾针

用于缝烧鹅、烧鸭、烧鸡, 使其密封不漏气。



长钩

可用于烧烤时钩住烧腊钩进烤炉, 以免烫伤手。



S形钩

可用于挂烧鸡。

刷子

用于刷蜂蜜、油、糖酱汁等。



猪皮插

烧澳门烧肉时松皮用。



丁字钩

用于钩起烧好的烧味, 可避免烫伤手。



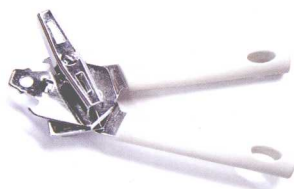
剪刀

用于剪碎易剪药材, 烧烤烧焦部位的剪修等。



酱油壶 (麻油壶)

用于装麻油或酱油, 方便倒出和控制分量。



罐头刀

用于开罐头



琵琶叉

可用于烧琵琶鸭 (也可不用)。



人字钩

挂叉烧用。



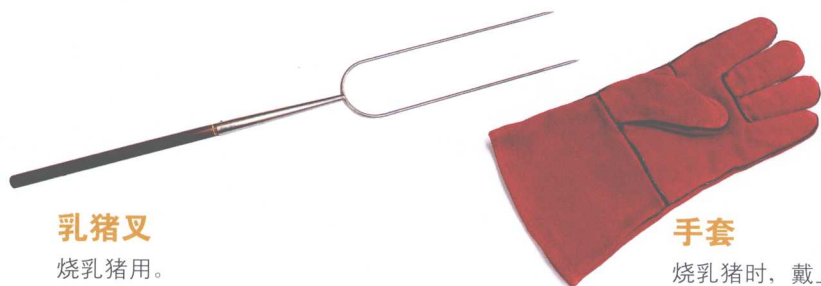
乳猪针

烧乳猪时用于刺穿气泡。



火钳

加炭用。



乳猪叉
烧乳猪用。

手套
烧乳猪时，戴上手套，可以绝热，避免烧伤手。



点火枪
用于给煤气喷枪点火，和煤气喷枪配套使用。

煤气喷枪
用于烧净猪毛、烧烤补色等。

气泵
给烧鸭、烧鹅充气用。

糖皮水箱
用于装糖皮水。

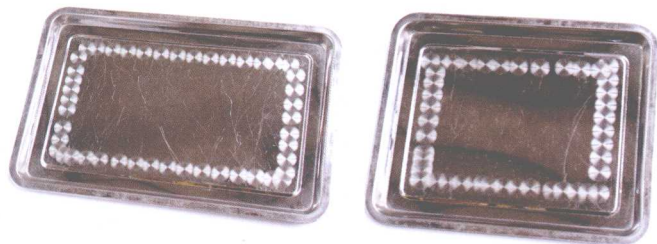


汤勺
用于煮卤水时搅拌。

水勺
用于舀水。

不锈钢油隔
过滤用。

不锈钢爪篱
用于捞起卤好的卤味、装物品入油锅炸等。



浅长方盒、浅正方盒
盛装烧好和卤好的成品及作放凉用。



汤料袋
配制卤水时，将药材香料等装入汤料袋中，可避免香料散出。



砧板



砧板围



骨刀



片刀

用于烧腊和卤味产品切片。



片皮刀

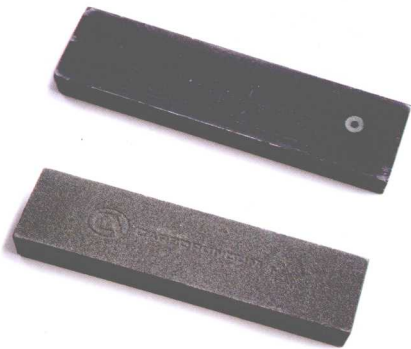
做片皮鸡、片皮鸭、片皮鹅时用。



桑刀



烧腊刀



磨刀石正面、反面

正面和反面有所不同，正面较为粗糙，磨刀的强度较大，反面则反之。



台称

用于称量重量稍大材料的分量。



克称

用于称量质量较轻材料的量，一般用在配制配料时药材香料及其他原材料的称取。

烹饪刀功技巧

刀法主要有切、片、斩、劈、剖、排、旋、剝、拍和裁等10大类。刀功技术在烹调中意义重大，刀功技术的好差，对于菜肴的质量（包括菜色、香、味、形）有直接的影响，刀功的主要作用有：便于入味、便于食用、便于烹调、整齐美观。

根据刀法不同，刀功分为：切、剝、排3类。

而切法又分为直切、推切、拉切、锯切、铡、切、滚料切和抖切等7种刀技。

剝分为砧剝、排剝、跟刀剝、拍刀剝、砍剝等5种。

排有刀背排和刀跟排。



切法的分类解释：

直切：又叫直刀切，适用于切脆性的原料，如萝卜、白菜等，即不移动切料的位置，推动原料，连续切断原料的方法。

推切：主要切无骨薄小的原料，刀刃垂直向下，切的时候边切刀边向前运行的一种切法。

拉切：使用于有韧性且无骨的原料，刀刃垂直向下，切的时候边切刀边向后运行的一种切法。

锯切：这是推拉切技术的综合，主要适用于有韧性且较厚的原料，在切料时，用力小，落刀慢，推拉结合的一种切法。

铡切：主要适用于薄壳原料，运刀如铡切是比较特殊的方法。其中刀刃垂直平起平落，叫直铡；刀刃起落交替，称为前后起落铡法。

滚料切：在切料时，一边推进原料一边将原料相应滚动的方法，主要是对球形或柱形原料取块时的专门刀法。

抖切：抖切是一门特殊的刀功技术，施刀方法是在切各种冻制菜肴时有节奏的抖动刀具，故称为“抖切”，主要作用是使切出来的菜有波浪形状。

剝：用力于小臂，刀刃距离原料约5厘米，垂直于刀，迅速砍断原料的方法，有直剝，排剝，跟刀剝，砍剝，拍刀剝等5种。



剁法的分类解释：

直剁：将刀扬起，直接剁下将原料斩断的方法。

排剁：主要用于剁出蒜茸、姜茸、肉茸等，是反复有规则，有节奏的一种刀法。

跟刀剁：主要用于剁一些圆而滑的原料，如鱼头等，是将刀刃嵌进原料，随后再扬刀剁下使原料断离的方法。

拍刀剁：和跟刀剁差不多，刀刃嵌进原料，用手拍刀背，从而砍断原料的方法。

砍剁：主要用于大型动物头颅的开刀，将刀扬起大力猛砍原料的方法。



排法的分类解释：

排法：运用排剁的方法，但又不将食材断离，只使其骨折筋断，肉质疏松的刀法。

排法有刀跟排和刀背排：

刀跟排：运用于对软膜较多的块肉的加工。用刀跟排时不宜超过刀刃的1/2，是用刀跟部的刀刃，在原料面进行排剁，使之骨折筋断的刀法。

刀背排：适用于猪排、牛排的加工，是用刀背对原料排敲，使之肉质松嫩的刀法。

刀功的要求：

- ① 切出来的菜必须粗细厚薄均匀，长短相等。
- ② 必须清爽利落，不能相互粘连。
- ③ 必须符合烹调方法及火候。
- ④ 必须掌握原料性能。
- ⑤ 合理利用原料，防止浪费。

