

烹饪专业 高等职业教育教材



川菜

制作技术 实验教程

龙青蓉 主编



四川出版集团 四川人民出版社

川菜

制作技术实验教程

CHUANCAIZHIZUOJISHUSHIYANJIAOCHENG

主编 龙青蓉



四川出版集团
四川人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

川菜制作技术实验教程/龙青蓉编著, —2 版.
成都:四川人民出版社, 2009. 2
ISBN 978-7-220-05063-3

I. 川… II. 龙… III. 烹饪—方法—四川省
—高等学校:技术学校—教材 IV. TS972. 11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 022991 号

CHUAN CAI ZHI ZUO JI SHU SHI YAN JIAO CHENG

川菜制作技术实验教程

龙青蓉 编著

责任编辑
封面设计
技术设计
责任校对
责任印制

张 辛
林雪红
戴雨虹
叶 勇
丁 青 李 进

出版发行
网 址

四川出版集团(成都槐树街2号)
四川人民出版社
<http://www.scpph.com>
<http://www.booksss.com.cn>
E-mail: scrmcbsf@mail.sc.cninfo.net

发行部业务电话
防盗版举报电话
照 排
印 刷
成品尺寸
印 张
字 数
版 次
印 次
书 号
定 价

(028)86259459 86259455
(028)86259524
成都勤慧彩色制版印务有限公司
四川嘉创印务有限责任公司
146mm×206mm
8.125
160 千
2009 年 2 月第 2 版
2009 年 2 月第 1 次印刷
ISBN 978-7-220-05063-3
18.00 元

■ 版权所有·侵权必究

本书若出现印装质量问题,请与我社发行部联系调换
电话:(028)86259624

前 言

本书是我校在多年教学实践的基础上编写而成的，她凝集着我校几代教师的心血，可作为烹饪专业普通专科、高等职业教育、高等学历自学考试的教材，也可作为中等职业教育和广大厨师的参考书。

本书的作者为我校中青年骨干教师，作为他们的同事、老师和学校行政领导，在本书付梓之时，喜悦之情溢于言表，但这并不意味着书中存在的错误和不足就可忽略，还望广大师生赐教！

卢 一

2000年4月于四川烹饪高等专科学校小鲜书屋

目 录

第一章 入室须知	(1)
第一节 实验室规章制度	(1)
一 实验室管理规定	(1)
二 实验室安全管理规定	(3)
三 实验室卫生制度	(3)
四 实验室原料领取规定	(4)
第二节 实验室设备和用具使用常识	(5)
一 炉灶种类和使用方法介绍	(5)
二 抽油烟设备介绍	(7)
三 机械设备的使用方法介绍	(7)
第二章 教学实验菜品	(9)
第一节 凉 菜	(9)
一 禽 类	(9)
怪味鸡丝	(9)
★红油鸡丝	(10)
★笋子拌鸡丝	(11)
★盐水鸡片	(12)
★菊花鸡胗	(14)
▲凉粉三黄鸡	(15)

★麻辣脆肠	(16)
陈皮鸡丁	(17)
★香辣鸭舌	(19)
二 畜 类	(21)
▲花仁拌兔丁	(21)
玫瑰牛肉	(22)
麻辣牛肉干	(23)
★酸辣毛肚	(24)
蒜泥白肉	(25)
★椒麻舌片	(26)
★姜汁肚片	(27)
花椒肉丁	(29)
芝麻肉丝	(30)
糖醋排骨	(31)
三 水 产 类	(33)
★葱辣蛙腿	(33)
★水晶虾仁	(34)
★盐 水 虾	(35)
芥末鲜鱿丝	(36)
芥末三丝	(37)
▲糟醉鱼条	(39)
葱酥鲫鱼	(40)
五香熏鱼	(41)
★烟熏鱼条	(43)
花椒鱼丁	(44)
▲茄汁鱼片	(45)
凤尾鱼卷	(47)

葱辣带鱼	(48)
莼菜拌鳝丝	(49)
四 素 菜 类	(51)
糖粘花仁	(51)
酱酥桃仁	(52)
灯影苕片	(53)
珊瑚雪莲	(54)
雀翅黄瓜	(55)
金钩蚕豆	(56)
炆黄瓜条	(57)
炆莲白卷	(58)
★五彩腐皮卷	(59)
葱油苦瓜	(61)
鱼香青圆	(62)
★花仁萝卜干	(63)
★制 卤 水	(64)
第二节 热 菜	(67)
一 禽 类	(67)
宫保鸡丁	(67)
辣子鸡丁	(68)
小 煎 鸡	(70)
山椒碎米鸡丁	(71)
醋熘凤脯	(73)
鲜熘鸡丝	(74)
鱼香鸡排	(76)
芙蓉鸡片	(77)
★黄 焖 鸡	(79)

干 煸 鸡	(80)
★纸 包 鸡	(81)
▲椒盐八宝鸡	(83)
雪花鸡淖	(84)
▲酥皮鸡糕	(86)
▲太 白 鸡	(87)
▲鸡蒙葵菜	(89)
▲清汤鸡丸	(90)
▲鸡 豆 花	(92)
★春蚕吐丝	(93)
★铁板鸡肾	(94)
★蒸 嫩 蛋	(96)
★豉椒煸鸭舌	(97)
★鱼香鸭条	(98)
★油 淋 鸭	(100)
▲魔芋烧鸭	(101)
★天麻乳鸽	(102)
★竹筒粉蒸鸵鸟	(103)
二 畜 类	(105)
回 锅 肉	(105)
生爆盐煎肉	(106)
鱼香肉丝	(107)
水煮肉片	(109)
酱 肉 丝	(110)
锅巴肉片	(112)
粉 蒸 肉	(113)
★红枣煨肘	(115)

甜椒肉丝	(116)
龙眼咸烧白	(117)
甜 烧 白	(119)
酸菜肉丝汤	(120)
★火爆嫩脆	(121)
红烧丸子	(123)
▲丸 子 汤	(124)
糖醋里脊	(125)
★蝴蝶竹荪肝膏汤	(127)
白油肝片	(129)
鲜熘肉片	(130)
火爆腰花	(131)
酸辣蹄筋	(133)
★家常脑花	(134)
★凉粉牛肉煲	(135)
★粉蒸牛肉	(137)
★面香牛丸煲	(138)
★双冬牛肉	(140)
★酱爆兔片	(141)
孜香兔丁	(143)
三 水 产 类	(145)
干烧臊子鱼	(145)
▲锅贴鱼片	(146)
糖醋脆皮鱼	(148)
▲酸 菜 鱼	(149)
松 鼠 鱼	(150)
大蒜鲢鱼	(152)

鱼黍之香	(154)
豆瓣鱼	(155)
豆腐鲫鱼	(157)
★纸包鱼	(158)
茄汁菠萝鱼柳	(160)
★孜然鳗丁	(161)
★豆花青鳝	(163)
★香菇烧青鳝	(164)
★酱烧牛蛙	(166)
★珍珠牛蛙	(167)
★沙滩牛蛙	(168)
★土豆烧甲鱼	(170)
★凤翅甲鱼	(172)
★清蒸肉蟹	(173)
★三文鱼刺身	(175)
★茄舟酥皮鲍	(176)
红烧鳝鱼	(178)
干煸鳝段	(179)
蕺菜青瓜鳝段	(180)
峨眉鳝丝	(182)
★去骨泥鳅	(183)
果橙虾仁	(184)
★凤巢花菇虾	(186)
★蛋奶龙虾	(188)
★百花酿蜜	(189)
★竹影龙虾	(191)
翡翠虾仁	(193)

★酥排大虾	(194)
★干烧大虾	(195)
椒盐虾饼	(197)
糊辣鲜贝	(198)
★铁板串烧鲜贝	(200)
★泡椒墨鱼仔	(201)
荔枝鱿鱼卷	(202)
红烧鱿鱼	(204)
鱿鱼烩肉丝	(206)
韭香脆炸鲜鱿花	(207)
家常海参	(208)
★三丝鱼翅	(210)
★菠饺鱼肚	(211)
四 素 菜 类	(213)
鱼香茄饼	(213)
★瓢 苦 瓜	(214)
麻婆豆腐	(216)
家常豆腐	(218)
★砂锅豆腐	(219)
▲白汁瓜夹	(220)
★松仁玉米	(222)
★风味竹荪蛋	(223)
酱烧茭白	(224)
干煸季豆	(226)
★椒盐牛肝菌	(227)
▲菠丝豆腐	(228)
▲干煸香芋	(230)

▲锅贴豆腐	(231)
五 甜 菜 类	(233)
▲雪花桃泥	(233)
八宝锅蒸	(234)
八宝瓢梨	(235)
★蜜汁桃脯	(237)
▲蚕 豆 泥	(238)
▲龙眼果冻	(239)
糖粘锅炸	(240)
拔丝土豆	(242)
拔丝香蕉	(243)
六 火 锅 类	(245)
★麻辣火锅汤料	(245)
★白汤火锅汤料	(246)
★药膳火锅汤料	(247)

附 注：“★”表示演示菜品

“▲”表示按组实习菜品

第一章 入室须知

第一节 实验室规章制度

一 实验室管理规定

四川省烹饪高等专科学校烹饪实验室规则（总则）

第一条 烹饪实验室只供教学使用，若开展其他活动，需经学校或实验室所属管理部门的同意。

第二条 进入实验室必须穿戴工作衣、帽，佩戴胸卡，不准穿短裤、短裙、拖鞋。讲究清洁卫生、着装干净，爱护实验室内外的环境卫生，严禁乱丢、乱画、乱吐。

第三条 禁止将实验室设备、工具、原材料等物品私自带出实验室，违者按偷窃论处。爱护一切设备、工具，损坏应赔偿。

第四条 实验室内严禁吸烟。注意安全，做好防火、防盗等安全工作。

第五条 非当日当堂上课的学员、教工及外来人员，未经许可不得入内。

第六条 对违犯实验室规则的行为，实验室有权给予违纪

学生批评教育、罚款、停止实习和记过以下的纪律处分，以防事故的发生。

第七条 实验结束，要做好室内清洁，整理好实验设备，关好门窗、水、电、气。

第八条 严格遵守《中华人民共和国食品卫生法》。

学生实验守则

1. 自觉遵守实验室规章制度，进入实验室必须穿戴干净的工作衣、帽，佩戴胸卡。严禁穿背心、短裤、短裙、拖鞋上课。

2. 严格遵守上课时间；严格服从指导教师和实验室工作人员的安排，进入实验室应按课程表的安排到指定教室上课，严禁到处乱串。

3. 实验楼内严禁吸烟，违者受罚，后果自负。

4. 爱护工具设备，实验者须事先了解工具设备的使用方法、操作过程后，方能使用。损坏工具设备必须向指导教师报告，并进行登记，按赔偿制度处理。

5. 实验中应耐心细致地观察、记录和踏实认真地操作，实验完毕，应整理好工具设备，完成所在实验室的清洁卫生工作，经实验室工作人员同意后方能离开。

6. 禁止将实验室的设备、工具、原材料等物品私自带出实验楼，违者按偷窃论处。

7. 注意安全，遵守纪律。实验楼内严禁嬉笑、打闹。

二 实验室安全管理规定

实验室安全制度

1. 实验室安全员要经常检查实验室内外安全，做到防火、防盗、防破坏、防潮、防爆、防腐蚀、防污染，发现问题及时上报。
2. 实验室工作人员要熟悉消防器材的使用方法，消防器材一定要定点存放，严格管理，不得损坏，不得挪作他用。注意保险期并及时更换，使消防器材经常处于有效状态。
3. 实验室内严禁吸烟。未经主管人员许可，非管理人员不得入内。
4. 严格验收、发放、借用等手续，并经常清理核对财物，如有不符及时处理。
5. 实验员要协助安全员每天检查各操作间的水、电、气，并作好记录。
6. 入室上课的教师及学生不得开关实验室内的抽排风设备，应由实验室有关人员开启或关闭。
7. 入室应先开窗通风，检查炉灶的开关、管道的接头，防止煤气中毒。
8. 实验室工作人员要忠于职守，离开实验室要及时关窗、锁门、关水、关气、切断全部电源。

三 实验室卫生制度

1. 实验室必须保持良好的清洁卫生环境，每个人都有责任保持、爱护实验室的内外环境卫生。实验室有责任为学生、教师提供良好的清洁卫生的实习、示范环境。

2. 入室做实验的师生着装应干净、整洁，要有良好的个人卫生习惯。

3. 为了维护实验室的清洁卫生状况，各班学生在实习、示范结束时，应及时清洁所在的实习操作的演示室，并由实验室工作人员根据清洁的程度，做出考核。

4. 为了更好树立本校学生的清洁观念，考核标准分为合格与不合格。清洁范围包括炉灶、操作台、餐具、用具、门窗、地面、水沟、抽油烟罩。清洁标准要求炉灶无油垢；操作台干净、物品堆放整齐；用具、餐具无油垢，摆放整齐；门窗无油垢、洁净；地面无油垢、无杂物、干净；水沟畅通、无污物；抽油烟罩无油垢。

5. 对清洁卫生达不到合格的学生及班级，实验室有权扣压胸卡或限期完成清洁，达到合格标准。

6. 如果每学期某班不合格的次数达三次，须经所在系、部门处理后，通知实验室方可入内。

四 实验室原料领取规定

1. 学生实习前，科代表或值日干部应主动到实验保管室领取实验原料，进入实验室后主动清点工具和餐具。

2. 凭胸卡到实验工具保管室领用实验工具，课后归还工具领回胸卡。

3. 使用中违反操作规定而损坏工具、设备、餐具者，应照价赔偿并接受教育。

第二节 实验室设备和用具使用常识

一 炉灶种类和使用方法介绍

(一) 双眼天然气灶

点火操作步骤:

1. 打开室内主管道、支管道开关。
2. 逆时针打开点火棒开关, 点火。
3. 逆时针打开常明火开关, 用点火棒引燃。然后顺时针关掉点火棒开关。
4. 逆时针打开主火开关, 常明火自动将主火引燃。使用中不关常明火。

熄火操作步骤:

1. 顺时针关闭主火。
2. 顺时针关闭常明火。
3. 依次关闭支、主管道。

注意: 开关手柄位于水平时, 即为关闭。主火开关手柄经逆顺方向转动来调节火力大小。

(二) 单眼天然气灶

点火操作步骤:

1. 打开室内主管道、支管道开关。
2. 逆时针打开常明火开关, 用点火棒引燃。然后顺时针关掉点火棒开关。
3. 逆时针打开主火开关, 常明火自动将主火引燃, 同时打开鼓风机开关。使用中不关闭常明火。