



吉林省精品课程开发建设系列教材

烹饪原料加工技术

主 编/ 王立国 汪洪波 副主编/ 王岩平 王海滨

主 审/ 刘 利 耿晓春

本教材配有多媒体电子教案

吉林省精品课程开发建设系列教材

烹饪原料加工技术

主 编	王立国	汪洪波	
副主编	王岩平	王海滨	
主 审	刘 利	耿晓春	
参 编	李浩莹	石 光	马丽洁
	杨春雨	张 宁	

中国财富出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

烹饪原料加工技术/王立国, 汪洪波主编. —北京: 中国财富出版社, 2013. 7
(吉林省精品课程开发建设系列教材)

ISBN 978-7-5047-4752-5

I. ①烹… II. ①王…②汪… III. ①烹饪—原料—加工—教材 IV. ①TS972.111

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 151294 号

策划编辑 寇俊玲

责任编辑 徐文涛 李瑞清

责任印制 方朋远

责任校对 杨小静

出版发行 中国财富出版社 (原中国物资出版社)

社 址 北京市丰台区南四环西路 188 号 5 区 20 楼

邮政编码 100070

电 话 010-52227568 (发行部)

010-52227588 转 307 (总编室)

010-68589540 (读者服务部)

010-52227588 转 305 (质检部)

网 址 <http://www.cfpress.com.cn>

经 销 新华书店

印 刷 中国农业出版社印刷厂

书 号 ISBN 978-7-5047-4752-5/TS·0061

开 本 787mm×1092mm 1/16

版 次 2013 年 7 月第 1 版

印 张 5.5

印 次 2013 年 7 月第 1 次印刷

字 数 108 千字

定 价 18.00 元

版权所有 · 侵权必究 · 印装差错 · 负责调换

吉林省精品课程开发建设系列教材

编写委员会

主任委员:

王立国 (吉林省工商技师学院院长)

副主任委员:

贾成山 (吉林省工商技师学院书记)

林丽英 (吉林省工商技师学院副院长)

郭晓海 (吉林省工商技师学院副院长)

汪洪波 (吉林省工商技师学院副院长)

李凤荣 (吉林省工商技师学院副院长)

赵春伍 (吉林省职业技能教研室主任)

刘 利 (吉林省工商技师学院烹饪系主任)

委 员:

黄国秋 马丽洁 王岩平 朱 旭

宋 鹤 曹清春 宋玉玲 王海滨

耿晓春 杨春雨 刘立军 张廷艳

石 光 田伟强 李浩莹 郭 爽

孟繁宇 张 宁 范海莲 冯立彬

吴 强

总 策 划: 寇俊玲

前言

为了更好地适应全国职业技术学校烹饪专业的教学要求,深化教学改革,转变广大教师教育教学理念,根据《教育部关于进一步深化中等职业教育教学改革的若干意见》关于“中等职业教育要深化课程改革,以培养学生的职业能力为导向,加强烹饪示范专业建设和精品课程开发”的文件精神以及《中等职业教育改革发展行动计划(2011—2013年)》的要求,特组织编写此书。

《烹饪原料加工技术》是中等职业学校烹饪专业的主干课程。本书坚持以能力为本位,重视实践能力培养,突出职业技术教育特色,合理确定学生应具备的能力结构与知识结构,通过理论知识与实训任务一体化的学习,使学生能够自主地解决实训过程中出现的问题,从而满足社会与企业对技能型人才的需求。

本书在编写的过程中,严格贯彻国家有关技术标准的要求,注重职业教育的发展规律和基本特点,以提高学生职业综合素质为重点,以培养学生综合能力为主线,注重基础学习,突出能力本位。在教学目标、教学内容与教学方法等方面的设置,重点突出了“针对性”与“实效性”相结合的特点,使学生学到并掌握社会与企业所需的最前沿的知识和技能,从而使烹饪专业的新知识、新技术、新工艺、新方法得到落实。

本书共分为五章内容,从刀工基础知识、鲜活原料的初加工、分档取料与整料出骨、干货原料的涨发、配菜等方面进行讲解。

本书配有多媒体电子教案。教师可以登录中国财富出版社网站(<http://www.cfpress.com.cn>)“下载中心”下载电子教案,为教师教学提供完整支持。

本书由吉林省工商技师学院王立国、汪洪波担任主编,王岩平、王海滨担任副主编。李浩莹、石光、马丽洁、杨春雨、张宁参与编写,全书由刘利、耿晓春主审定稿。编写中查阅了大量的相关教材及著作,并得到了有关部门和学院领导的大力支持,在此一并表示诚挚的感谢。





由于本书编写时间仓促、加之编者水平有限，书中难免会有疏漏和不妥之处，敬请读者提出宝贵意见，以便再版时修订完善。

编委会

2013年6月

目 录

第一章 刀工基础知识	(1)
第一节 刀具的种类及主要用途	(1)
第二节 刀工的作用与要求	(3)
第三节 磨刀技术及检验	(6)
第四节 刀具的保养与菜墩	(7)
第五节 基本刀法种类与操作方法	(8)
第六节 刀法在原料加工中的应用	(23)
第七节 花刀的种类及操作方法	(26)
第二章 鲜活原料的初加工	(29)
第一节 鲜活原料初步加工概述	(29)
第二节 新鲜蔬菜的初步加工	(30)
第三节 家禽、家畜的初步加工	(32)
第四节 水产品的初步加工	(35)
第五节 常见野味的初步加工	(37)
第三章 分档取料与整料出骨	(40)
第一节 出肉加工的要求和意义	(40)
第二节 一般取料	(41)
第三节 分档取料	(44)
第四节 整料出骨	(50)
第四章 干货原料的涨发	(54)
第一节 干货原料涨发的目的与涨发要求	(54)





第二节 干货原料涨发的主要方法及实例	(55)
第五章 配 菜	(65)
第一节 配菜的意义及重要性	(65)
第二节 配菜的原则和方法	(70)
第三节 宴席的配菜	(74)
参考文献	(79)

第一章 刀工基础知识



学习目标

1. 了解刀具的种类及用途
2. 掌握基本刀法和各种花刀的操作方法

第一节 刀具的种类及主要用途

刀工设备是对烹饪原料进行加工的必备工具。我国传统的烹饪工具，主要是指各种不同功能和不同形状的刀具以及砧板（菜墩）。随着科学技术水平的不断提高，烹饪设备的不断改进，对烹饪原料进行加工的工具或各种刀具也有了改进和提高，逐步地向机械化和智能化方向发展。如现在不断涌现出来的切片机、切丝机、粉碎机等，不但提高了工作效率，而且能保证质量。但是由于烹饪原料的种类较多，而且性能各有不同，因此，机械化刀工处理不能完全适应，所以有些传统刀具和操作方法，还必须使用和掌握。因而了解和掌握刀具和砧板的使用与保养方面的知识是必不可少的。

烹制菜肴所用的原料种类很多，性质不一，有的带骨，有的带筋，有的韧性强，有的质地脆嫩，只有掌握好各种类型刀具的不同性能和用途，才能根据原料性质，选用相应的刀具，将不同性质的原料加工成整齐、美观而均匀、适用于烹调的形状。

我们可将刀具分成两大类：

一、按功能划分

按照功能可将刀具分为片刀（薄刀）、切刀、砍刀（劈刀）、前切后砍刀、烤鸭刀（小片刀）、羊肉片刀（涮羊肉刀）、馅刀、剪刀、镊子刀、刮刀、刻刀等几





十种。

(一) 片刀 (薄刀)

片刀重量较轻,刀身窄而薄,钢质纯,刀口锋利,使用灵活方便,主要用于加工片、条、丝,如片干片、片肉片、片姜片等。

(二) 切刀

切刀刀身略宽,长短适中,应用范围广,既能用于切片、丝、条、丁、块,又能用于加工略带小骨或质地稍硬的原料,此刀应用较为普遍。

(三) 砍刀 (劈刀)

砍刀刀背较厚,重量较重,刀身有长有短,主要用于加工带骨或质地坚硬的原料,如猪头、排骨、猪脚等。

(四) 前切后砍刀

前切后砍刀刀身大小与切刀相同,但刀的根部较切刀略厚,前半部分薄而锋利,重量一般在 750 克左右。特点是既能切又能砍。

(五) 烤鸭刀 (小片刀)

烤鸭刀刀身比片刀略窄且短,重量轻,刀刃锋利。专用于片熟烤鸭用。

(六) 羊肉片刀 (涮养肉刀)

羊肉片刀重量较轻,一般 500 克左右,特点是刀刃中部是弓形。刀身较薄,刀口锋利,是切羊肉片的专用工具。现在已被机械取代。

(七) 馅刀

馅刀刀身长而厚,重量一般在 900 克左右,刀刃锋利。

(八) 剪刀

剪刀是刀工的附属工具,多用于加工整理鱼、虾及各类蔬菜等。

(九) 镊子刀

镊子刀刀身长约 20 厘米,前半部分是刀,后半部分是镊子,是刀工的附属工具。

(十) 刮刀

刮刀体型较小,刀刃不锋利,多用于刮去砧板上的污物和家畜皮表面上的毛等污物。有时也用于去鱼鳞。

(十一) 刻刀

刻刀是用于食品雕刻的专用工具,种类很多,多由使用者自行设计制作。

二、按形状划分

（一）圆头刀

圆头刀刀身前下方圆，重量在 700 克左右，功能与切刀相似，在江、浙、沪等地常用。

（二）方头刀

方头刀刀身前后均呈方型，刀身有宽、窄两种类型，其功能与切刀相似，在川、粤等地常用。

（三）马头刀

马头刀刀身一头宽一头窄，形似马头，故称马头刀。马头刀有两种类型，一种是刀身的前面宽后面窄，称为扬州刀，特点是前面能劈后面可以斩，重量一般在 750 克左右；一种是刀身后面宽前面窄，称为北京刀。

（四）尖头刀

尖头刀刀身前端有一月牙形的弯头，后端呈方形，功能与切刀相似，重量一般在 750 克左右。

（五）三角形刀

三角形刀刀身前尖后宽，呈三角形，重量较轻，多用于初加工或在西菜制作中使用。

第二节 刀工的作用与要求

刀工就是按食用和烹调的要求使用不同的刀具，运用不同的刀法，将食用半成品原料切割成各种不同形状的操作技术。刀工是每名烹调师必须熟练掌握的基本功，能否善于运用各种刀法技巧使菜肴锦上添花，反映了一名烹调师的技术水平。

一、刀工在烹调中的作用

（一）便于烹调

经过刀工处理成块、片、丝、条、丁、粒、末等规格的烹饪原料，其形态、大小、厚薄、长短等规格应完全一致，从而烹调时可均匀受热，达到烹调要求。





（二）便于入味

许多烹调原料，如不经过刀工的细加工，烹调时调味品的滋味不容易透入原料内部。只有通过刀工处理，将原料由大改小，或在表面刮上一定深度的刀纹，调味品才能渗入原料内部，使成品口味均匀、一致。

（三）便于食用

中餐的就餐工具主要是筷子和汤匙，形状太大的原料食用起来不方便。如整头的猪、牛、羊，整只的鸡、鸭、鹅等，不经刀工而直接烹调，食用时就很不方便，而经过去皮、剔骨、分档、切、片、剁、刮等刀工处理后再烹调，或烹调后再经刀工处理，食用时就方便多了。

（四）美化形状

刀工能把各种不同形状的原料加工得整齐美观，使各种原料形状规格一致、整齐划一、长短相等、粗细厚薄均匀，看上去清爽、利落、外形美观、诱人食欲。至于花色菜肴就更显出刀工的作用。所谓“刀下生花”，就是赞美刀工美化原料形态的技艺。如在某些原料表面划上一些不同深度的刀纹，经加热后，就能形成各种不同的花色形态；或将原料切割成各种动、植物形态，如金鱼、小鸟、蝴蝶、花朵等，从而使菜肴的形态更加美观。

二、刀工处理的要求

（一）姿势正确，精神集中

（1）运刀的正确姿势是：两脚站稳，上身略向前倾，身体与菜墩保持约 10 厘米的距离，前胸稍挺，自然放松，注意菜墩高度，不要弯腰弓背，两眼注视菜墩上双手操作的部位（如图 1-1 所示）。正确的运刀姿势不仅方便操作，而且能提高效率、减少疲劳。

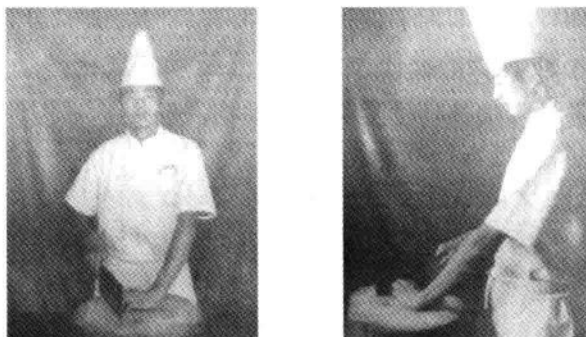


图 1-1 运刀的正确姿势

(2) 握刀讲究牢而不死，腕、肘、臂三个部位的力量配合协调，才能运用自如。不论运用何种刀法，都要做到下刀准，用力均匀。一般是右手握刀，左手中指顶住刀壁，手指和掌根要始终固定在原料或墩子上，控制住原料平稳不动，以保证上下左右有规律运刀（如图 1-2 所示）。

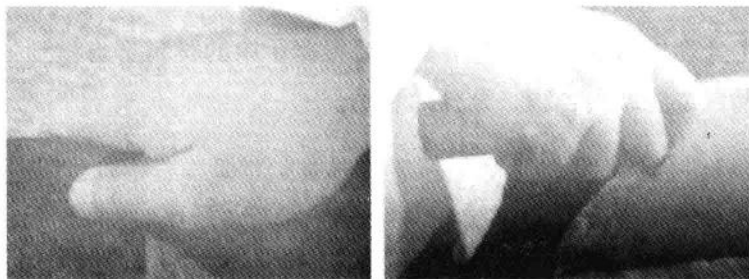


图 1-2 正确的握刀方法

(3) 操作时要精神集中，目不旁视，不能左顾右盼、心不在焉，避免刀起刀落发生意外，也不应边操作边说笑，污染原料。

(二) 密切配合烹调要求

根据不同的烹调方法采取相应的刀工处理。例如，用于爆、炒的原料，旺火短时加热，就应切小一点儿、薄一点儿；用于煨、炖的原料，加热时间长，就应切得大一些、厚一些。有的菜肴特别讲究原料造型美观，就要运用相应的花刀。

(三) 根据原料特性下刀

加工各种原料，首先应根据原料特性来选择刀法，例如，在川菜中有“横切牛肉竖切鸡”的说法。牛肉质老筋多必须横着纤维纹路下刀，才能把筋切短、切断，烹调后才比较嫩；如果顺着纤维纹路切，筋腱保留着原样，烧熟后仍又老又硬，咀嚼不烂。猪肉的肉质比较细嫩，肉中筋少，斜着纤维纹路切，才能既不易断又不老；如果横切则易断易碎，顺切又容易变老。鸡肉最细嫩，肉中几乎没有筋，必须要顺着纤维纹路竖切，才能切出整齐划一、又细又长的鸡丝，如果横切、斜切，都很容易断裂散碎，不能成丝。鱼肉不但质细，而且水分大，切时不仅要顺着纤维纹路，还要切得比猪肉丝和鸡肉丝略粗一些，才能不断不碎。

(四) 整齐均匀，符合规格

原料在进行刀工处理时，要做到整齐均匀、大小一致，才能在烹调时受热均匀、成熟度一致。



（五）清爽利落，互不粘连

加工过的原料必须清爽利落，该断的必须断，丝与丝、条与条、片与片之间必须截然分开，不可藕断丝连。该连的则必须连（如剖腰花）。这不仅是为了使菜肴的外形美，而且烹调时便于掌握火候与时间，确保菜肴的口味与质量。

（六）合理使用原料，做到物尽其用

运用刀工处理原料时，要心中有数，要根据手中的材料努力做到物尽其用，尽可能使各个部位都能做到合理、充分的利用。

第三节 磨刀技术及检验

一、磨刀的工具和方法

磨刀有专用的磨刀石。常用的磨刀石有粗磨刀石、细磨刀石和油石三种。①粗磨刀石的主要成分是黄沙，质地松而粗，多用于新开刃或有缺口的刀；②细磨刀石的主要成分是青沙，质地坚实，细腻，容易将刀磨锋利，刀面磨光亮，不易损伤刀口，应用较多；③油石窄而长，质地结实，携带方便。磨刀时，一般先在粗磨刀石上将刀磨出锋口，再在细磨刀石上将刀磨快，两者结合，既能缩短磨刀时间，又能提高刀刃的锋利程度。磨刀前先要把刀面上的油污擦洗干净，再把磨刀石安放平稳，以前面略低、后面略高为宜。磨刀石旁边放一盆清水。磨刀时，两脚自然分开或一前一后站稳，胸部略微前倾，一手持刀柄，一手按住刀面的前段，刀口向外，平放在磨刀石面上。然后在刀面或磨刀石面上淋水，将刀面紧贴磨刀石面，后部略翘起，前推后拉（一般沿刀石的对角线运行），用力要均匀，视石面起砂浆时再淋水。刀的两面及前后中部都要轮流均匀磨到，两面磨的次数基本相等，这样才能保持刀刃平直、锋利、不变形。

二、刀刃的检验

刀磨完后洗净擦干，然后将刀刃朝上，放在眼前观察，如果刀刃上看不见白色的光亮，表明刀已磨好；也可用大拇指在刀面上推拉一下，如有涩的感觉，即表明刀口锋利，反之，还要继续磨。

第四节 刀具的保养与菜墩

用于刀工中的工具，必须要保持锋利不钝、光亮不锈、不变形，只有这样，才能确保经刀工处理过的原料整齐美观。

一、刀具的保养

在刀的使用过程中，必须养成良好的使用保养习惯：一是经常磨刀，保持刀的锋利和光亮。二是根据刀的形状和功能特点，正确掌握磨刀方法，保持刀刃不变形。三是刀用完后必须用清洁的抹布擦干水和污物，特别是在切带有咸味、黏性或腥味的原料，如咸菜、藕、鱼、茭白、山药之后，因为黏附在刀面上的物质容易使刀身氧化、变色、锈蚀，所以更要将刀面彻底擦净。长时间不用的刀，应擦干后在其表面涂一层油，装入刀套，放置于干燥处，以防止生锈、刀刃损伤或伤人。

二、菜墩的选择、使用与保养

菜墩是刀具对烹饪原料进行加工时的衬垫工具，它对刀工起重要的辅助作用。菜墩质量的优劣，关系着刀工技术能否正确施展。每名刀工操作者必须掌握正确选择、使用和养护菜墩的方法。

菜墩最好选用橄榄树或银杏树、榆树、柳树等材料来做，因这些树的木质紧密，以银杏树为最佳。用于制菜墩的材料要求完整、树心不空、不烂、没有结疤，截面应微呈青色，颜色均匀无花斑。要具备这些条件，就必须使用活的树干，且锯不久的材料制成；若截面呈灰暗色或有斑点，说明是树锯下后隔了较长的时间才制成的，质量较差。

新购买的菜墩可在盐卤中浸泡或不时地用水和盐涂抹表面，使木质收缩从而更结实、耐用。在使用过程中，应经常转动菜墩，使菜墩的各处都能均匀用到。出现凹凸不平时，可用铁刨轻轻刨平，便于刀工操作。每次使用完毕应将菜墩面刮净。一天工作结束时更应将菜墩面刮净、刷净、晾干，用洁布或砧罩罩好，切忌在太阳下暴晒，以防干裂。



第五节 基本刀法种类与操作方法

刀法是指将烹调原料加工成一定形状时所采用的各种不同的运刀技法。只有熟练地掌握和运用各种刀法,才能使刀工达到准、快、巧、美的要求。刀法是我国历代厨师在长期的实践中根据原料的形状、性能及烹调要求逐步探索积累形成的,随着烹调技术的不断发展和提高,刀法也将不断改进。通过学习,不但要求正确地掌握和运用各种刀法,而且要求在技巧熟练的基础上不断丰富其内容和提高水平。

一、直刀法

直刀法是指刀刃与菜墩或原料接触面成直角的刀法,可分为切、剁、砍等。

(一) 切

一般用于无骨的原料。其操作方法是将刀对准原料,由上而下的切下去。由于无骨的原料也有老、嫩、脆、韧等区别,故在切时又有许多不同的方法。

1. 直切(如图1-3所示)

操作方法:刀与菜墩垂直,刀作上下垂直运动,并有节奏感。(也叫跳切)着力点主要在刀的前半部。

适用原料:笋、茼蒿、蔬菜等各种脆性的植物性原料。

技术关键:

(1) 左右两手必须有节奏地配合。左手按稳原料,并根据每刀原料的厚薄、长短等形状要求,不断后移;右手持刀运用腕力,随着左手的移动,紧跟着直切下去。切时,左手手指自然弯曲而呈弓形,中指指背或第一骨节抵住刀身,呈蟹行姿势向后移动,右手以左手向后移动的距离为标准,将刀紧贴着左手中指指背切下。左手向后移动的距离是否均匀,是决定原料成型的大小、厚薄是否均匀的关键。因此,必须注意随时作左手向后移动的练习。

(2) 右手持刀向左边移动边切。这种移动是一种连续而有节奏的间歇运动,即移动一点,切一刀,再移动一点,再切一刀,落刀时原料与按于其上的左手都不能移动。每次移动的距离不能忽宽、忽窄而使原料形状不整齐、不均匀。左手应随着右手移切的动作而向后移动,如按住原料不移动,便会造成切空或切伤手指。

(3) 下刀应垂直,刃口不能偏斜。下刀不直,不仅影响原料的整齐和美观,而且往往由于一刀向里,一刀向外,容易在菜墩上切出木屑混入原料而影响质量。运

用直切刀法时，动作要有节奏，两手配合要自然而紧密，右手持刀上下运动，左手相应地不断后移。

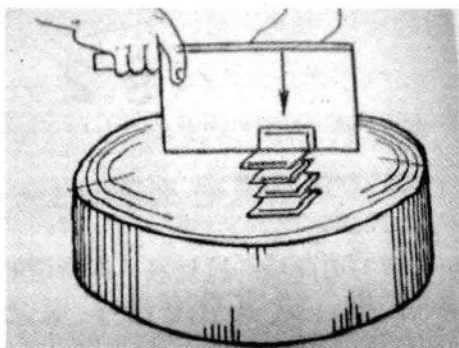


图 1-3 直切

2. 推切（如图 1-4 所示）

操作方法：刀与原料、菜墩成垂直状态，由上而下向外切料的运刀方法。着力点在刀的后端，一刀推到底，不再拉回来。

适用原料：适用于切豆腐干、大头菜、肝、腰、肉丝、肉片、肚等细嫩易碎或有韧性、较薄、较小的原料。

技术关键：

(1) 操作时左手自然弯曲按稳原料，右手持刀，运用小臂和手腕力量从刀刃前部分推至刀刃后部分时刃与菜墩吻合，一刀到底，一刀断料。

(2) 推切时，根据原料性质用刀。对质嫩的原料，如肝、腰等，下刀宜轻；对韧性较强的原料，如大头菜、腌肉、肚等，运刀速度宜缓。

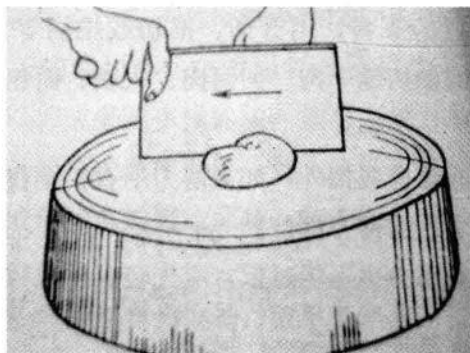


图 1-4 推切