

烹饪原料的选择和初步加工

选择原料是烹调菜肴的第一关，若原料选择不当，就很难保证菜肴的质量。选择原料主要是看它的新鲜程度、老嫩程度以及季节性等。这里根据家庭的条件及需要，介绍一下常用原料的选择。

1. 猪、牛、羊等畜肉类

宰杀后的畜肉，主要看它的新鲜程度和卫生状况。一般说，新鲜肉的外表有一层微微干燥的表皮，肥肉部分洁白，瘦肉（精肉）部分淡红，弹性强、有光泽、无粘液、无异味；若肥肉部分带有血色（微见粉红色），而瘦肉部分又呈紫褐色，则有可能是病畜、死畜肉；若肥肉部分色白，瘦肉部分已呈暗红色，弹性不强，则说明不新鲜。挑选畜肉时还要注意卫生状况，如血污、毛根、秽垢是否去净，特别要注意有无寄生虫。

2. 禽、蛋类

鸡、鸭、鹅等家禽以无病的活宰为最佳。病死的不能食用。若食用就有受污染毒害的危险，即使是无菌无毒，也往往因其未经宰杀放血，而影响其肉质的鲜美。

选活鸡时，主要是看鸡的肥瘦、老嫩和是否有病。一般说，幼龄鸡体内所含水分较多，组织纤维较细，因而肉质比较细嫩；二年以上的老龄鸡体内含小量水，组织纤维粗造，肉质较老。鸡的性别不同，肉质也有区别。一般说母鸡体内脂肪较多，纤维组织较细，而公鸡则脂肪少，纤维组织较粗

糙，故在同龄情况下，母鸡比公鸡细嫩鲜美，但若以小公鸡和老母鸡相比，则小公鸡要比老母鸡细嫩。一般说，神志雄健，肢体丰满，反映灵敏的是健康的。反之，若精神萎靡，反映迟钝，拍打鸡头，不鸣叫，鸡冠红紫褐，肛门部有粘液，便可能是病鸡。胸脯肥大结实的鸡肥、肉多。鸡嘴啄黄硬，腿爪上鳞片多而硬则是老鸡。挑选禽肉则要看它的嘴，眼表皮脂肪的色泽和肉质的弹性。新鲜的禽肉，嘴啄干燥有光泽，眼睛饱满发亮，表皮干燥发白或微黄，脂肪发黄，肉质有弹性。若嘴啄的角质已软化无光，口角有粘液，眼球下陷有粘液，表皮灰黄或带淡绿，肉质无弹性，就说明不新鲜了。

鸡蛋的挑选方法较简单，一是看表面是否光滑，如太光滑了有可能是被孵化过的，二是对着太阳或电灯，用光照射，全部透光，呈桔黄、桔红，或稍淡的暗红色，看不到蛋黄的暗影，便是好的；如果透光度差，有暗影或有雾状，或有斑块黑点，说明蛋不新鲜。

3. 鱼、虾、蟹等水产类

这类原料以鲜活为最好，特别是淡水产的毛蟹、长鱼（黄鳝）和甲鱼（鳖）以及蛤蜊、海螺等小海产品，死后一般是不宜食用的。但是，多数海产品，由于生活习性的原因，离开海水很快死亡，故海产原料中活的甚少。

选用鱼类原料，主要看其新鲜程度、季节性和是否有毒。选鱼一般是看鱼眼、鱼鳞、鱼鳃和肉质的弹性如何。鱼眼明亮突出，鱼鳞不脱落，鱼鳃鲜红，肉质富有弹性，且无粘液和臭味，就是新鲜的；反之，鱼眼混浊，鱼鳃暗红，肉质松弛，就是不新鲜的；如鳞片脱落，眼球凹陷，鱼腹膨胀或有粘液、异味、破裂，说明新鲜度更差。特别需要注意的是，

海鱼中的鲑鱼（也称巴鱼），对有些人有过敏反应，特别是当鱼眼变红时，过敏反应更大，故一般不鲜食，多经腌制后再食用。

海产鱼类，由于其繁殖，回游习性不同，故季节性比较明显。如刀鱼有春汛和秋汛之分。山东沿海，以春汛刀鱼最为时鲜；巴鱼则以蒜苔上市季节，即春末夏初之际最佳。此外，还有“豆黄蟹子，麦黄鳖”的说法，都说明这些原料有一定的季节性。

选虾，则以体态丰满，体形微曲，肉质结实，色泽光亮，头尾完整为最好。选大对虾不仅要个大体肥，还要看虾头是否有青色，青色重，则表明虾脑丰富；选海蟹要背青腹白，壳面光亮，腿爪齐全，还要区别是圆脐还是尖脐，一般说以圆脐（即雌的）为好，同时还要掂其重量，一般说，同样大小的以重者为佳。

甲鱼以一斤左右为好，俗称马蹄鳖，但还要看其裙边的大小和厚薄，裙边宽大肥厚的好，反之则差些。

选择好烹饪原料后，就需要进行初步加工。原料的初步加工，不仅关系到能否充分发挥原料的作用，而且也直接影响到切配，烹调以及菜肴的质量。

原料初步加工的范围很广。这里仅将家庭经常碰到而又有一定难度的几种原料的初步加工方法，介绍如下。

1. 鸡、鸭、鹅等家禽的初步加工

（1）宰杀。左手握鸡，右手持刀，先紧握住两个鸡翅膀，并用小指向上反勾住一只鸡腿，然后用拇指和食指捏紧鸡颈背后的皮，在准备下刀的地方摘去少许颈毛。落刀时要准、快，必须割断血管和气管，否则会因血流不尽而使肉色发红，影响质量。开刀后，立即将鸡身下倾，控净血液。

(2) 褪毛。待鸡停止挣扎 完全死后 迅速放入沸水盆内。若停留时间过长，鸡体僵硬不易褪毛。褪毛时，水温高低和时间长短是关键。一般说，老鸡（鹅、鸭）特别是老母鸡，水温要高，时间要长；公鸡、嫩鸡（鸭、鹅）需水温低，时间短。高温需滚沸，低温一般在60~80 即可。烫时须翻转搅动，使之均匀受热。褪毛时，应逆毛推摘，先褪颈部和胸部，然后再褪全身。褪尽毛后要随即脱去腿趾皮，嘴壳和趾壳。

(3) 开膛取脏。开膛应根据烹调需要，采取不同方法。但不论采取哪种方法，都必须注意不要碰碎肝脏和胆囊，因胆汁味苦，沾染后影响食用。开膛一般有腹开，肋开，背开三种方法。

腹开，此法比较普遍。先在鸡颈右侧开一小口取出嗦囊，再在肛门与胸骨之间，软腹部横开一刀口，然后轻轻拉出内脏，冲洗干净即可。

背开，一般用于清蒸，扒或瓢等菜肴，以便整鸡上盘时腹部朝上，既看不见刀口，又显得丰满美观。先从鸡背部将鸡的脊骨砍开，再从开口处取出内脏洗净即可。

肋开，此法不常用。主要用于烤鸡、烤鸭、烤鹅，使之烤制时不致漏油。在鸡的右翼下开口，从开口处掏出嗦囊及内脏然后洗净即可。

(4) 清洗内脏。鸡（鸭、鹅）的内脏，除嗦囊、气管、食管、胆囊等不能食用外，其余部分均可食用。内脏加工方法：鸡肫，先割去两端的食管和肠子，将肫剖开，刮去污物，再剥去肉壁黄皮，洗净即成。肝，开膛时应随即摘除附着其上的胆囊，洗净即可。肠，先摘去附在上面的两条白色胰脏，然后顺肠用剪刀挑开，用明矾水或醋将肠壁上的污物、

粘液搓洗干净，再用开水烫一下即成。油脂，将油脂从内脏中分离出来后，洗净、切碎，放入碗中加葱、姜、花椒上蒸笼蒸化成油脂，取出葱、姜、花椒，即成金黄透亮的明油，将其淋在白色菜肴上既好看，又好吃。

2，猪、羊、牛等家畜及副产品的初步加工

(1)清洗肠、肚。先用清水将内外壁的污秽杂物冲洗干净 再将外壁附着的油脂撕下 留作爆油用。然后用明矾或醋，也可用食盐，反复搓揉肠肚的内壁，除去污垢、粘液和恶味。用清水漂洗后再放入开水锅内煮一开，即可按烹调需要加工了。如放入葱、姜、花椒、大料、酱油、盐、味精等煮便是酱猪肚、酱大肠。一般以白煮为好（煮时只放入整块葱、姜和少许花椒，以去异味），白煮过的肚、肠，既可红烧、白扒，还可凉拌。煮出的白汤还可做其它菜。

(2)清洗肺、腰等。洗猪肺有两种方法：一是往气管内灌水，使大小气管和肺泡都灌满清水而全部膨胀，然后再将血污水倒出，如此反复数次，直至血污洗净，肺呈白色时为止；二是直接将大小肺管全部剪开，放在清水中浸泡漂洗到血尽色白为止。用前亦以放入沸水锅里煮一下为好。

洗猪腰子，应先撕去表面一层油膜，然后再将腰子从中剖成两片，分别将两片白色臊筋片掉，即可加工烹调了。

洗涤猪头比较复杂，既要摘毛，又要注意去耳茸，挖鼻骨，擦牙龈。去毛一般是先用开水烫过，再用镊子摘毛。比较省事的办法是用熬化的松香（或沥青）乘热浇在有毛的地方，待松香或沥青冷却后，再成片地揭剥下，便可将粘在松香上的猪毛一起拔下。去耳茸时，须将耳孔切开，取出耳孔内的耳茸，刮净耳壁上的茸毛。去鼻骨则需将猪头的上下唇掰开，然后再从上颚处对准鼻中隔的地方劈开，挖去里面两

片软骨及粘液，此处如洗不干净，则会使煮熟的猪头臭不可食。擦牙龈需用食盐在牙龈两侧反复搓擦牙垢。摘洗好的猪头经开水煮烫之后，方能加工食用。洗涤口条（舌头）则需用开水将舌苔烫泡发白后，再用小刀轻轻刮去白苔即可。

3. 鱼的初步加工

鱼一般都要刮鳞、去鳃、剖腹、去脏、洗去粘液、血污。去脏时千万注意不能碰破胆囊，以免胆汁的苦味沾染鱼肉而影响食用。这里简单介绍几种鱼的特殊加工方法。

鲷目鱼、马面鱼（俗称剥皮鱼）等。这些鱼鳞片粗硬且不美观，需要剥皮后再加工食用。剥皮时先从头部剖一刀，再从头到尾将皮撕尽。

鲳鱼（又叫平鱼），需将腹壁上的一层黑膜剥掉，这样可消除腥味。

鲨鱼，必须先褪沙，褪沙时先用热水烫。质地老的可用开水，嫩的适当降低温度，以免烫破鱼皮，烫时要随时翻动，时间不要过长，以用小刀或炊帚能轻轻刮下沙粒为止。刮净沙后再冲净，然后去鳃、剖腹、取脏。

甲鱼（鳖），先将甲鱼腹部朝下，使其颈放在砧板的边沿，待鳖头伸出时，迅速用垫有拭布的左手抓住鳖头，右手顺势在颈部下刀（或干脆将头剁掉），同时用碗接住鳖血。待甲鱼死后，将甲鱼放在70～80℃的热水中，烫2～5分钟（水温高低，时间长短，视甲鱼的老嫩程度而定），然后慢慢刮掉薄膜似的表皮。然后从甲鱼裙边下面的两侧骨缝处割开，将盖掀起，取出内脏（内脏摘洗干净后均可食用），再将甲鱼盖上的裙边摘下备用，将其余部分放开水锅中略烫一下，以去除血污和腥臊，最后洗净备用。

值得注意的是做甲鱼菜（红烧甲鱼或清蒸甲鱼）时，均

需将甲鱼的肝、胆放入菜内一起烹制，这样可去腥臊异味使菜肴更加鲜香。

乌鱼（又称乌贼），加工时需将乌鱼沉没在水中进行，以免墨水四溅。首先用剪刀刺破眼睛，挖出眼球，再把头拉出，剥去身上的皮，拿掉背骨，然后用手一撕，鱼身便可分为两片，洗净备用。鱼腹中有一表面银白发亮内呈黑色的墨囊，要细心撕摘下来，以免墨汁污染。内脏中除墨囊、沙囊外，其余部分均可食用。

取鱼内脏。根据做菜的不同需要，鱼的取脏方法也有区别，如为保持鱼的完整（如做干烧鱼、糖醋鱼等），一般采用口中取脏。其方法是：用两只方头筷子，分别从口内经两鳃的外侧伸入腹内，并在鱼下腹脐眼处横割一刀，以切断鱼肠。然后紧紧挟住两鳃用力扭动几下，全部内脏和鱼鳃可从口中拖出，而后冲洗干净即可；另外还可从腹部开刀取脏和从背部开刀取脏。

虾类，不论河虾，还是海虾，食用时一般都需要用剪刀剪去虾须、虾爪和虾枪，加工大对虾时还要注意剪去虾枪（头上片状利刺）时，剪口要大些，以便从剪口处将沙囊取出。然后再在脊背上从头须至尾将虾壳划破，取出象粗黑线似的虾肠子。做“炸虾”、“~~焗~~焗虾”等都不必剥皮，“炒虾片”则需剥皮。

4. 常用干货的涨发

（1）水发木耳、银耳。将木耳（银耳）直接用冷水浸泡数小时即可发透，然后摘去根蒂，除去杂质即可备用。如急用时可用温水涨发。

（2）发冬菇、口蘑、猴头蘑。发冬菇、口蘑，将干冬菇、口蘑放入无油质的开水盆中泡至全部回软后，剪去老

根，洗净泥沙，控净水分，将已泡过冬菇的水沉淀，去掉杂质，滤去清水，再将洗净的冬菇复放入原水中自然涨发。泡过口蘑的水味鲜，不可倒掉，可用作汤菜。

发猴头蘑，先用冷水浸泡24小时，再放入开水中泡3小时，捞出用镊子摘掉外层针刺，去掉老根洗净，再放入盆内，加上葱、姜、料酒、高汤（骨头汤亦可），上蒸笼蒸1~2小时即可使用。

（3）发板笋、玉兰片。涨发板笋、玉兰片时均不能用铁锅，以免变色发黑和有铁锈味。加热时均宜用小火，使之涨均匀，涨发中要勤换水，以便除去异味保持颜色洁白。

发玉兰片，需先将玉兰片用水泡10小时，再放入冷水中用慢火煮沸，煮沸后既要保持水温，又不能滚沸。焖半至1小时后取出，换开水泡10小时左右，再煮10分钟，然后捞出放入淘米水中浸泡约10小时后，煮10分钟，换上开水浸泡。已发透的可放入冷水中待用，未发透的则继续用开水涨发，发透为止。

发板笋与发玉兰片的方法基本相同，只是待板笋发软能切动时，用顶刀将板笋切成薄片再涨发。

（4）发海蜇皮和海蜇头。蜇头和蜇皮均可用冷水泡发，以泡去明矾和盐味，使之脆嫩。具体方法是先用冷水浸泡，撕去红膜，洗净泥沙，再放入冷水中，每天换一次水，浸泡5~6天即成。若急用时，可先泡12~24小时后，洗净切成粗丝，用开水烫一下，略见卷曲便捞入冷水拔凉，然后再放入冷水浸泡待用。

（5）发鱿鱼和乌鱼干。先将鱿鱼或乌鱼干用温水泡软，摘去头、边翼和背部软骨（头与边翼可另行发制以作它用），再放调制好的碱水中（一般500克水用50克碱较为适宜，但

鱼质厚薄，温度高低也有差别，浸泡 8～12 小时即可发透，然后再放入冷水中反复换水浸泡以漂去碱质和黄色，直至白嫩而无异味即可。

(6) 发海参。发海参有水发、油发两种，家庭以水发为宜，发海参时不可沾油、沾碱或沾盐。沾油和沾碱，海参易腐烂溶化，沾盐不易发透。

海参品种很多，质量差异较大，故涨发时方法不尽相同。一般说皮薄肉嫩的（如红旗参、花瓶参等）可少煮多泡；外皮坚硬肉质较厚的（如大乌参、岩参等）须先用火将其外皮烧焦、刮去后再用水发。现以常用的刺参、黄玉参和花瓶参等为例，先将海参用温水洗净表面的灰分，再用开水浸泡 12 小时，中间可换一二次开水，视海参已变软时便可在原开口处，顺刀将参腹剖开，剥去腹内韧带和贴在腹腔内壁上的薄皮，然后放入开水锅内用慢火煮半小时左右，离火浸泡 12 小时，另换水煮 5 分钟，再放在开水里（不断加温或勤换开水都可）泡 2～3 天，即可发好，发时要随时检查，将已发透的捞出放入冷水浸泡，未发透的继续加温涨发。急用时也可将洗净的海参放入热水瓶中倒入开水，焖 12 小时便可使用。发好的海参软糯发颤，略见透明。如海参瘫软发粘则是发过了，要赶快食用；若仍梗韧，则尚未发透可继续浸泡。

(7) 发干贝、鲍鱼。发干贝，先将干贝洗净，摘去外层老筋，放入容器中，加上清水（高汤更好）和葱、姜、料酒上笼蒸 1～2 小时，以能捻成丝状即可。

发鲍鱼和发干贝基本相似。先将鲍鱼洗刷干净后，放入锅内用清水（加葱、姜、料酒更好）反复煮（或蒸）10～24 小时，发至回软，手捏无硬心即可。

(8) 发猪蹄筋和干肉皮(皮肚)。一般发用油发,即先将猪蹄筋用热水洗去油腻和脏物。晾干后放入冷油锅内(油要多些,以免涨发不开),慢火加热。蹄筋先逐渐收缩,然后又慢慢膨胀。要注意勤翻动,使之受热均匀。待蹄筋发出“叭叭”的爆裂声时,即端锅离火口,继续翻动,待油温降低后,再放在慢火上慢炸,如此反复数次,待蹄筋全部涨发饱满酥脆时捞出,然后放在碱水里泡洗,使之回软,去掉油腻和残肉杂物,换上冷水反复浸泡,即可使用。

油发肉皮和油发蹄筋的方法相同。只是有两点要格外注意:一是用鲜肉皮时,须先用开水将肉皮略煮烫,然后刮去残存的肉脂,切成小块,晾干后入冷油涨发;二是用水泡发好了以后,最好再放入有葱、姜、花椒的冷水锅中煮一遍,味道会更好些。

切 菜 与 配 菜

切菜就是根据原料的性质和烹调要求，运用多种不同的刀法把原料加工成不同形状，使原料在烹调过程中易于入味、成熟、美观。

配菜就是根据食用和烹调的要求，对多种原料（主料、配料、部分调料）的质量、数量、形状、色彩等进行合理的搭配。

现根据目前家庭烹调的一般条件，重点将切配的刀工技法，配菜的一般原则，小配料的制作作些简要的介绍。

1. 刀工技法

切配是否得当，对原料在烹调过程中的成熟、成形、入味都有直接的影响。一句话，要想做出色、香、味、形、器具佳的美味佳肴，必须了解切配的要领和掌握刀工技法。

切配首先要适应烹调方法的需要。例如，采用“氽”或“爆”的方法烹制菜肴，火力大、时间短，要求成品脆嫩鲜美，这样，原料就需要切得薄些、小些；如果用“炖”、“焖”等方烹制，火力小、时间长，要求酥烂入味，那么原料就要切得大一些、厚一些。

其次要根据原料质地的脆、软、韧、松、硬等各不同情况，灵活运用。以切肉丝为例，牛肉的纤维粗、硬，如果顺着肌肉的纹切，炒出的菜便会嚼不动难以下咽，所以必须顶着肌肉的丝纹，把粗纤维切断才行；猪肉的纤维较牛肉细嫩，则以斜着切丝为好；鸡肉的纤维又细又嫩，必须顺着鸡

肉的丝纹切，才能成丝，如果要象切牛肉那样用顶刀切，炒熟后鸡丝就成肉末了。

再次，一定要注意均匀，利落。切成块、丝、片、条、丁、粒等不同形状的原料，都要求均匀。如是切丝，则要求粗细、长短一致。如是切片，则要求大小、厚薄均匀。如是切块，则要求大小、形状基本一致。否则，不仅影响美观，更重要的是影响成熟和入味。另外下刀要注意干净利落，不要相互粘连。

刀法有很强的技艺性，根据各种烹调方法和原料不同性质的要求，刀法分为片、剝、削、砍、剔、旋、剜等十几款近40种之多。根据需要，这里只简要介绍几种常用的刀法。

(1)直切(又叫跳切)。切莴苣、黄瓜、白菜等脆性原料，多用此法。切时，右手握刀柄，用手腕上下摆动力量直切下去。左手手指自然弓起，按住原料，并随右手落刀保持距离，有节奏地逐步后移。切成的原料要厚薄均匀，大小一致。

(2)推切、拉切。多用于直刀不易切断的韧性原料和较薄小易碎裂散乱的原料。如切细肉丝、肉片、豆腐皮等。推切时，垂直下刀，由里向外推切，一推到底，着力点在刀的后部。拉切时，垂直下刀，由外向里拉切，一拉到底，着力点在刀的前端。

(3)锯切。切时一推一拉，象拉锯一样，下刀要轻。某些有韧性而又较厚或质地松软而又易碎的原料(如火腿、回锅肉、面包等)需切成大片时，多用此刀法。

(4)铡切。通常切烧鸡等有小骨的原料，或切螃蟹、咸鸭蛋等带壳、圆滑的原料用铡切。操作时有三种方法：第一种，将刀刃对准原料要切的部位，右手握住刀柄，左手按

住刀背的前端，左手将刀的前刃压到墩面上，刀的后刃翘起，右手用力猛向下按刀柄，铡切下去，把原料切断；第二种，两手分别握住刀背的两端，刀刃放在需切的部位，然后两手一上一下交替用力摇切下去，将原料切断；第三种，一手持刀，对准要切的部位用另一只手掌猛击刀背，压切下去。不论用哪种铡切方法，都要注意垂直下刀，动作迅速，用力均衡。

（ 5 ）滚切。切时刀与原料保持一定的斜度，每切 1～2 刀滚动一下原料，切成的原料呈不规则的带多棱角的小块。如做“拨丝山药”、“红烧土豆”等菜时，一般都是用滚切的方法。

（ 6 ）平刀片。左手按稳原料，右手执刀，放平刀身，使菜刀与菜墩平行，从原料的表面（称为上片）或底部（称为下片）进刀，在刀片进原料后，向内拉片或向外推片，轻轻用力把原料片成片状。如片冬笋、榨菜、茭白等较脆的原料多向外推片；片肉片、鸡片等无骨的韧性原料多向内拉片。

平刀片时，刀刃要锋利，右手按原料时，手指要稍稍翘起，用掌心轻轻按稳原料，食指和中指之间要留点空隙，以便随时观察片得是否均匀。

（ 7 ）斜刀片。用左手中间的三个手指，按稳原料的左端，右手持刀，刀面与原料倾斜（约15°左右），使刀刃从原料表面，贴近手指向左坡着入刀片断原料。斜片成的原料，斜面比直切的横断面要大一些，既可以使原料的片面增大，又可使原料的肉质充分显露出来，便于入味，如片肚片、鱼片、腰片等多采用这种斜刀片法。

（ 8 ）抖刀片。左手按稳原料，右手持刀，刀刃平着片

入原料后随即向上片进 1~2 毫米再向下片 1~2 毫米。上下波动，抖动片进，直至片断原料，抖动片完后，再将原料横过来顶刀直切成条或片。用这种方法片切成的原料有锯齿形花纹，能使菜肴增加美感，适于切豆腐干、腰条等。

(9) 夹刀片。将原料用刀先直切一刀，但不切断，使之稍留下一点联接的地方，然后跟着切一刀，切断，切成的原料成两片厚薄均匀的夹层，便于在中间夹上馅心，如“炸茄盒”、“炸藕盒”等。

(10) 直刀片。先将刀直切进原料，然后再将刀口在原料内部向平面横片进去，使被片起的原料既不断离整体，又能翻转起来。用这种刀法加工的原料，既能增大体积，又便于入味，增加美感。如烹“糖醋鲤鱼”，即可用直刀片。

(11) 直剁。一般用于较硬或带骨原料，如剁排骨、鸡块等。剁时，左手握紧原料，右手持刀，直剁下去，要尽力一刀剁断，否则若再重剁第二刀，很容易造成原料碎裂，既影响美观又不利于食用，还会浪费原料。剁带皮的原料（如剁鱼块、鸡块）要注意将皮面朝上，肉面朝下。

(12) 排剁。一般适用于将无骨的软性的原料加工成茸泥，用两把刀同时操作。如制鱼泥、鸡茸、肉馅等都用这种刀法。排剁时，左、右手各持一把刀，刀头之间相隔 5 厘米左右，刀与刀之间相距 10 厘米左右。剁时两刀一起一落，从左至右，此起彼伏，剁一遍，翻一次，直至成泥茸状。

(13) 剁鱼茸（或称鱼泥）。余鱼圆、做鱼腐、制鱼馅，都必须先剁鱼茸。加工鱼茸比较讲究。一般说来，须选用肉质肥厚细嫩、没有碎刺的鱼，去头、去骨剥皮后，才能剁制。剁制时，须用刀背轻轻排剁，剁时不要翻动以便使鱼筋、刺等粗杂的东西沉积在底层的墩面上。当鱼肉剁到表

面起一层细茸时，用刀轻轻刮起，放入碗内，然后再剥，起茸时再刮，如次重复多次，直到鱼茸刮净，只剩筋、刺等贴在菜墩的表面。然后将剥好的鱼茸逐步加水（或高汤）和适量的细盐，朝一个方向用力快速搅动，搅到不感费力并能立住筷子时为止。

（14）麦穗花刀。用这种刀法加工的原料，既美观，又便于烹调。其方法是：先将刀横在原料上成15°左右的坡度，坡刀推切入原料厚度的 $\frac{3}{4}$ 处，以不断裂为限，切完后，再将刀立起与坡刀交叉成垂直方向，直刀深切下去，也以原料不断裂为度。然后将原料割成上直下宽的三角形小长条，入滚油（或沸水）内氽烫一下，原料便会卷曲成麦穗形状。如“清炒腰花”、“爆炒乌鱼花”等佳肴，都是采用这种方法。

（15）梳子花刀。先在原料上直刀切上间距5毫米左右的浅刀纹，再把原料横过来顶刀切成片，加热后便成梳子形状。

2. 配菜

配菜的关键是将多种原料在数量、颜色形状等方面合理搭配。

（1）数量配合要合理。一是要使菜肴的总量与就餐人数和餐具的大小相适应；二是主料与配料的比例要搭配恰当。一般有三种情况：其一，以一种原料为主料的（如炒肉丝等），主料一定要多于配料，以使主料突出；其二，主料是由几种原料组成（如爆三样、炒四丝等），这几种原料的数量应基本相等；其三，主料用的是单一原料（如清蒸鸡、红烧鱼等），那就只需考虑原料与食用量和盛器的大小相适应。

(2) 颜色搭配要协调。主料和配料在颜色搭配上的基本要求是以配料衬托主料，使主料突出。一般有顺色搭配和花色搭配两种，如炒虾仁，配上几粒青豆（或黄瓜丁和几片黑木耳），主料突出，色彩鲜明。

(3) 形状配合要一致。一般要主、配料形状基本相同，即“丁配丁”“片配片”、“丝配丝”、“块配块”。但不论何种形状，都要注意主料略大于配料，以使主料突出。个别主料加工后成为球状、花形等特殊形状的，其配料又很难加工成其相似形状的，可灵活处理。

(4) 原料质地的配合要恰当。一般说来是“软配软”、“硬配硬”、“脆配脆”、“嫩配嫩”。但也有的为反衬出主料的特色而采用“软配脆”的，如炒肉丝时配点笋丝也是很受人欢迎的。

(5) 香和味配合要和谐。一般说要注意三点：一是注意突出主料的原有的香和味，使之主料原味更突出，二是主料固有的香和味不突出，用配料来补充香和味；三是主料的固有香和味太重、太腻，需用配料来冲淡、减轻、中和，使之更加适口。

此外，还要考虑荤素搭配和营养成分的搭配等。

3. 几种常用小配料的制作方法

(1) 蒸蛋糕。这里说的蛋糕，不是糕点中的蛋糕，而是特指做菜时加入的一种配料。菜肴里加上这种特制的蛋糕，既能使菜肴绚丽多彩，又能使菜肴增加口味和营养。这种蛋糕分黄、白两种。

黄蛋糕 将鸡蛋黄(不要蛋清)打入碗内 加点味精、细盐搅打均匀，再加上 $1/4\sim 1/5$ 的湿淀粉调和均匀，倒入涂有一层猪油的方盘（或饭盒）内，放在蒸锅里用慢火蒸 7~8 分

钟，即可蒸熟，蒸时用火若太急，蛋糕容易起泡鼓破；若蒸的时间太长则蛋糕内容容易出现小麻孔而影响使用。蒸好的黄蛋糕如金黄色的豆腐，凉透以后，便可根据需要切成丁、片等形状，供配菜使用。

白蛋糕，用鸡蛋清加少许水和味精、细盐调和均匀（一般不加湿淀粉，个别情况下，为增加数量亦可适当加些湿淀粉）倒入盛器中，用蒸黄蛋糕的方法蒸熟即可。

（2）打蛋泡糊。因其洁白如雪故又称雪丽糊。蛋泡糊的制法是：将新鲜鸡蛋的纯蛋清（一丝蛋黄都不能带）放在汤盘内，用筷子顺着一个方向（切不可乱了方向）快速搅打，开始象肥皂泡一样，越搅打越浓稠，直到蛋泡糊能站住筷子为止。然后加入 $1/8 \sim 1/10$ 的细面干淀粉，搅匀即可使用。

（3）拉蛋皮（俗称摊鸡蛋饼）。蛋皮用处很广，可切丝拌凉菜或炒热菜，也可切成菱形块做汤用，还可用作瓢馅菜（如炸春饺、炸鸡脖等）的包皮。其加工方法是：将鸡蛋打入碗内，加少许湿淀粉搅匀成蛋液；将炒锅用油一擦烧热，即将蛋液倒入 2~3 汤匙，慢慢旋转炒锅，使蛋在锅内，厚薄均匀地旋转成一个直径约 15 厘米的小圆饼，待蛋液全部凝后，即离火，沿饼边轻轻揭起取出即成。应该注意，火不能急，火急易糊；油不能多，多则蛋液不易沾锅，难以成饼。

（4）拉粉皮。这种粉皮既薄且嫩，是拌凉菜、炒肉丝拉皮的上好原料，也是鲁菜所特有的。制法是：将调和得象薄稀饭状的湿淀粉（用绿豆淀粉最好）备好，然后将旋子（平底铝制茶盘亦可）漂在沸水锅中，稍热，即将调好的湿粉团倒入旋子里，随即用手扭转旋子，使其急速转动，让湿