



丁福昌专辑

总主编 杨柳 执行主编 高炳义

本册编著 丁福昌

青岛出版社

《中国烹饪大师作品精粹》 组委会

- 名誉主任 姜 习（世界中国烹饪联合会和中国烹饪协会名誉会长）
张世尧（世界中国烹饪联合会会长、中国烹饪协会名誉会长）
- 主 任 苏秋成（中国烹饪协会会长）
孟鸣飞（青岛出版社社长）
- 副 主 任 杨 柳（中国烹饪协会常务副会长）
林则普（中国烹饪协会特邀顾问）
高炳义（中国烹饪协会副会长）
冯恩援（中国烹饪协会秘书长）
吴宝安（青岛出版社副社长）
- 委 员 李耀云（中国烹饪协会副会长）
史正良（中国烹饪协会副会长）
卢永良（中国烹饪协会副会长）
孙晓春（中国烹饪协会副会长）
高 峰（中国烹饪协会副会长）
孟 璐（中国烹饪协会副秘书长）

《中国烹饪大师作品精粹》 编委会

- 总 主 编 杨 柳
- 主 审 高炳义
- 执行主编 高炳义
- 副 主 编 史正良 卢永良 孙晓春 高 峰 李万民 许菊云 刘敬贤
- 委 员（按姓氏笔画为序）
- 丁福昌 王世杰 王春山 史正良 卢永良 卢玉成 卢朝华
朱云显 吕长海 孙晓春 许菊云 刘敬贤 任家常 余明社
何逸奎 李培雨 李春祥 李连群 李学深 李万民 张世全
张献民 张志斌 张汝才 严惠琴 苏传海 汪建国 林 波
屈 浩 范民其 杨定初 周金华 孟宪泽 欧阳仟来
赵仁良 赵继宗 姚楚豪 高 峰 高炳义 唐 文 袁 野
郭经纬 黄正晖 韩吉光 童辉星 潘晓林 颜景祥 薛文龙
薛泉生 戴书经
- 本册编著 丁福昌

【序言】



“民以食为天”。人类从茹毛饮血到钻木取火、炮生为熟，烹饪技术随着人类的进化、社会的发展而发展，不仅促进了社会生产力的发展，也促进了烹饪事业的发展。

中国饮食有着数千年深厚的历史文化底蕴，在距今七八千年的新石器时代的龙山文化遗物中，就发现了大量的烹饪器具。中国的烹饪技艺早就以其技艺精湛、花样品种繁多、色香味形器俱佳而驰誉世界。烹饪技艺是我国民族文化的重要组成部分，不仅具有悠久的历史、光辉的过去，更有着灿烂的未来！

中国地大物博，资源丰富，人杰地灵。受此影响，中国菜点也具有了文明大国的泱泱之风：不同特点的民间地方菜、宫廷菜、官府菜、民族菜和宗教寺院素食菜构成了中国菜点的主体。

中国菜点，选料严格，刀工精细，变化多端，讲究拼配艺术，注重把握火候，妙在鼎中之变，巧在以味为美。

在我国社会主义市场经济日益繁荣、改革开放不断取得新成就的背景下，新时代中国烹饪也在不断取得新的发展和进步。我国餐饮烹饪业的广大从业人员与时俱进，把民以“养”为本作为烹饪工作的主题，使中国菜点不仅讲究色、香、味、形、器，而且更讲究绿色食品、卫生安全、合理搭配，注重营养和饮食文化。创新了相互包容、各具特色、令人目不暇接、赞不绝口的大批新菜、新点，进一步繁荣了我国餐饮市场，餐饮业出现了空前的兴旺发达。

面对当今社会餐饮业的繁荣景象，我们要感谢党的正确领导，感谢改革开放、市场经济带来的大好形势，也要感谢我国广大厨师和餐饮业的所有从业人员，为餐饮市场的兴旺发达所付出的辛勤努力！特别要感谢我国著名的烹饪大师们！我国优秀的厨师代代相传、人才辈出，他们本着“继承、发扬、开拓、创新”的精神，尊师爱徒、努力学习、刻苦钻研、不断研究、创新发展，紧紧结合社会的发展和时代的进步，千方百计地满足新世纪人民对餐饮文化的需求。

为使中国烹饪大师的优秀技艺代代相传，为使中国烹饪大师进一步名扬世界，为进一步弘扬中国的饮食文化，为使广大烹饪爱好者更好地学习、借鉴，《中国烹

饪大师作品精粹》出版了！这是在中国烹饪协会领导下，由我国著名烹饪大师精心制作、相互配合、认真编撰、共同努力的可喜成果！我表示衷心的祝贺！

《中国烹饪大师作品精粹》是中国烹饪协会组织其下属名厨专业委员会50多名委员共同编著的一部著作。这是国内迄今为止最具权威性、最有影响力、层次最高的、记录中国烹饪大师的技艺和传记的专著，是中国烹饪协会对中国烹饪事业现时代的工作记录，是历史赋予各位烹饪大师的具有时代意义的使命。该丛书记载了诸位大师多姿多彩的小传，汇集了东西南北各个菜系的经典名菜和大师们独具匠心的创新菜品。书中用精美的图片和详细的说明描述了每道菜的制作过程，开卷阅后，定会给人留下难忘的印象！烹饪大师们凭着对烹饪技术孜孜不倦的执著、唯美追求，挖掘了无穷的潜力和智慧，把琳琅满目、品种多样的食物原料、调料通过不同的刀工、火候、技法相结合、渗透，巧妙地利用练就的烹饪技艺，将四面八方具有不同风格、特点、口味的菜品完美地融合，做细、做精，使餐饮品位就像魔方一样变化无穷！享受不尽！这充分体现了我国烹饪技术的深厚内涵和文化底蕴。本书既有较高的文化内涵，又非常实用，同时具有欣赏和收藏价值。是烹饪爱好者们为之沉醉、为之倾倒的佳作，它的出版是我国烹饪大师们本着精益求精的原则，融会我国东西南北烹饪文化精髓，为国人奉献、谱写的美食文化新篇章！

想今抚昔，展望未来，市场经济的大潮必将激励广大的烹饪工作者更加热爱烹饪事业，在不断学习、不断开拓进取、不断完善的基础上，加速推动中国饮食文化的发展进步。为迎合烹饪事业发展的良好势头，中国烹饪协会与青岛出版社联合出版了这部佳作。在每位烹饪大师的积极配合下，从计划编写到出版发行，仅历时一年的时间。它的出版标志着我国烹饪事业迅速发展，预示着我国餐饮业将越来越兴旺发达！我希望本书读者能与我们一起，品大师之技，赏大师之德，饱览中国的名菜名点，汲取中国烹饪技艺之精粹。我相信，《中国烹饪大师作品精粹》一书的出版，必将唤起更多人对烹饪事业的热爱，必将让更多的烹饪爱好者为祖国烹饪艺苑中别具风采的奇花异草而感到骄傲和自豪！

中国烹饪协会会长



2004年9月30日



作者简介

丁福昌，中国烹饪大师，国家一级评委，国家级裁判，辽宁省烹饪协会清真专业委员会会长，沈阳马家烧麦馆总经理，擅长清真菜系。

“用心做自己想要做的事，等待你的将是硕果累累。”近三十年的厨师生涯中，丁大师一直恪守这句格言，认真做好每件事，取得了骄人的成绩，受到了领导和同行的好评。

丁大师20世纪70年代末从厨，为了学到真本事，他吃苦耐劳，刻苦专研，练就了扎实的基本功。20世纪80年代初，他被领导及同事一致推荐为东寺饭店门市部主任兼厨师长，并拜著名烹饪大师柳进林为师，先后被沈河区推举为“技术标兵”和沈阳市“技术能手”。在同龄人中，他称得上是佼佼者，但他并不满足，立志向更高的目标攀登。于是，他拜中国烹饪大师清宫御膳传人李洪志为师，继续提高厨技，夯实厨技功底。

1983年，在沈阳市烹饪技术比赛中，丁大师用羊肝、果蔬为原料制成“雄鹰展翅”冷拼，刀工细腻，寓意深远。用羊后腿为主料制成“油泼羊腿”传统清真菜，风味与口感、火候适中。加上理论考试，总分荣获第二名，受到各级领导及同行们的赞誉，名声初显，并晋升为三级厨师。

1990年，他在辽宁省清真大赛上荣获金奖，并晋升为特三级厨师。

1994年，他在全国首届清真烹饪大赛中荣获金牌，并晋升为特二级技师。

1997年，他在国家内贸部举办的首届国家级餐饮业评委资格培训班结业，被任命为国家级评委。

2000年，他被中国烹饪协会评定为中国烹饪名师。

2002年，他被中国商业联合会、中国烹饪协会评定为中国烹饪大师，任中国烹饪清真专业委员会常务理事，辽宁省烹饪协会清真专业委员会会长，沈阳市烹饪协会副会长、清真专业委员会会长。先后在全国第四、五届烹饪技术比赛中任评委，第二届“中华名小吃”评委，

多次在西安、银川、新疆、成都、石家庄、哈尔滨等地任国家级赛事一级评委或裁判，中国沈阳美食节评委，辽宁省烹饪大赛评委。

1996年5月，应日本川崎市政府邀请，他参加川崎—沈阳友好城市十五周年纪念活动，现场技术表演与交流。

1999年4月，应日本政府邀请，他前往日本14个城市巡回交流表演，受到日本各界一致好评。日本各大新闻媒体同时予以报道。

2001年7月，他前往中国台湾，参加台湾美食节。参展作品“菊花牛舌”民族特色菜荤素适宜、刀工精细，“荷花虾片”回归自然、用料恰当、造型逼真，赢得在场观众和同行的一致称叹，荣获美食节“金鼎奖”，对两岸的饮食文化交流起到了推动作用。

2004年5月，他赴美参加美国农业与食品技术交流会。

2004年8月，他赴韩国春川代表沈阳市政府参加春川市面条节。

丁大师还非常注重培养新人，他的徒弟在最近几年省、市乃至全国赛事中都榜上有名，尤其是徒弟白旭，在第五届全国烹饪技术比赛中，过关斩将，一举取得总决赛“十佳名师”及“清真第一名”称号。

对丁大师来说，烹饪是他终生追求的事业。他认为，随着人们日益增长的物质文化需求，必然带动消费品及餐饮文化的需求，百姓由过去的温饱型逐步转向营养与健康型，餐饮食品从口味和造型上必须有所突破，清真饮食既要有民族性，又不失时代感。丁大师一直致力于清真菜系的创新工作，如民族全羊席与清宫的全羊宴相结合，去粗取精，优势互补，满足国内外不同食客的需求，为社会服务。

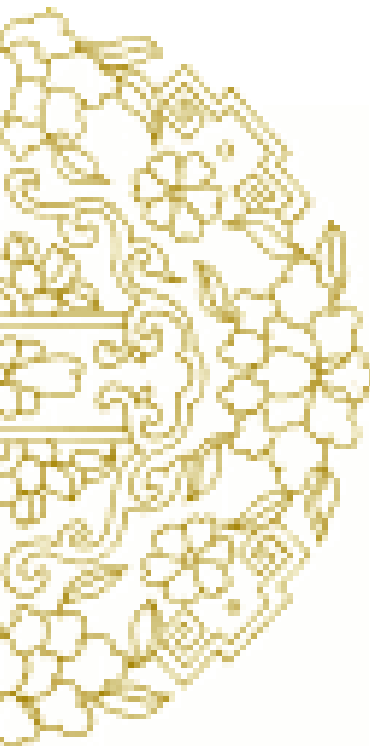
目 录



| | |
|---------|--------|
| 14..... | 极品海中鲜 |
| 16..... | 白玉红梅 |
| 18..... | 灵菇菜中鲜 |
| 20..... | 老店熘双味 |
| 22..... | 珊瑚鳜鱼 |
| 24..... | 油泼羊腿 |
| 26..... | 滋补羊排 |
| 28..... | 油爆百叶 |
| 30..... | 红扒千层羊肉 |
| 32..... | 鱼子烧茄子 |
| 34..... | 手抓虾段 |
| 36..... | 香炸俩样 |
| 38..... | 老店烧山珍 |
| 40..... | 风味锅包肉 |

| | |
|--------------|----|
| 清真小炒 | 42 |
| 一品烧肚仁 | 44 |
| 蹄筋烧海参 | 46 |
| 泡椒鸡 | 48 |
| 香煎银鳕鱼 | 50 |
| 双瓜烧仔盖 | 52 |
| 风味拌三丝 | 54 |
| 四季拼盘 | 56 |
| 双味八围碟 | 58 |
| 手撕板筋 | 59 |
| 葵花金钱肚 | 60 |
| 芝麻牛肉条 | 62 |
| 五香熏马哈鱼 | 64 |
| 三色蒸蛋 | 66 |
| 老店熘肝片 | 68 |
| 煨烧牛尾 | 70 |





| | |
|---------|---------|
| 72..... | 古香茄子 |
| 74..... | 孔雀武昌鱼 |
| 76..... | 风味煎牛排 |
| 78..... | 牛尾烧骨髓 |
| 80..... | 红烧天九翅 |
| 82..... | 翡翠蟹黄娃娃菜 |
| 84..... | 菊花里脊 |
| 85..... | 荷包金钱肚 |
| 86..... | 红扒辽参 |
| 87..... | 敲虾水炒蛋 |
| 88..... | 金爆海珍 |
| 90..... | 银杏鱼仁 |
| 92..... | 红扒驼蹄 |
| 94..... | 香扇爆虾球 |
| 95..... | 菊花扣牛舌 |

极品海中鲜



用料

主料：大虾 10 只、澳带 10 个、鲍鱼 10 只、海参 10 只

配料：青红椒

调料：鸡汤、盐、味精、蛋清、生粉、精制油

制作步骤

大虾除去沙线、虾壳，改刀与澳带一起浆制。

将水发海参、鲍鱼加入调味料，分别上屉蒸透，取出备用。

勺内加底油，炆锅，加入鸡汤、调料，放入主料勾芡，淋入葱油即成。

制作关键

- 鲍鱼、海参泡发适度。



原料多样，鲜咸爽口，营养丰富。



滑嫩爽口，清香味美，色泽分明。



白玉红梅



用料

主料：银鳕鱼 540 克、大虾 300 克

配料：鸡蛋、荸荠、鸡油

调料：鸡汁、海鲜粉、番茄酱、醋

制作步骤

虾仁制蓉，加荸荠、番茄酱制成球形或红梅形，小火烧制红亮，备用。

银鳕鱼制蓉，加入少许淀粉、蛋清，制成白玉，入沸水氽制成熟，勾玻璃芡，淋明油出勺即成。

制作关键

- 掌握好虾蓉、蛋清和水的比例。

口味鲜咸，香酥鲜嫩。



灵菇菜中鲜



用 料

主料：百灵菇 550 克

配料：白菜叶、羊肉、鲜虾仁、豆腐、面包糠

调料：鲍鱼汁、蚝油、鸡粉、盐、清汤、淀粉、精制油

制作步骤

白菜叶开水烫透，包上羊肉、虾仁、豆腐制成的馅，拍淀粉，拖蛋液，蘸面包糠，入油炸成金黄色。

发制好的百灵菇切大片，煨制入味放盘中。

勺上火，放清汤、鲍鱼汁等调味料，勾芡浇在百灵菇上，再将炸好的菜卷摆放周围即成。

制作关键

- 注意炸制的油温和火候。



鲜咸微辣，明油亮芡。

