

【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

经历篇

高炳义,男,1947年3月出生,青岛市人,中共党员,国家干部(正处级),高级技师,中国烹饪大师,中国鲁菜特级烹饪大师。现任中国烹饪协会副会长、中国烹饪协会名厨专业委员会执行主任、山东省烹饪协会副会长、青岛市饭店和烹饪协会名誉会长、青岛市国际食艺交流协会名誉会长、世界烹联国际评委、世界烹联国际饮食文化研究会委员、中国餐饮业国家一级评委、国家职业技能鉴定专家委员会中式烹调委员、国家职业技能竞赛裁判员、中央电视台“满汉全席——全国烹饪电视擂台赛”烹饪技术总顾问、首席评委。

高炳义大师的主要经历如下:

1964~1967年,就读于山东省青岛商校烹饪专业;1967~1974年,在山东省德州地区饮食服务系统事厨;1974~1984年,在青岛市崂山饮食服务公司所属饭店事厨,1976年起任厨师长;1984~1991年,任青岛崂山迎宾馆(青岛市崂山区人民政府招待所)副总经理兼行政总厨;1991~1993年任青岛崂山宾馆总经理;1993~1998年,任青岛大厦总经理兼任青岛渔家宴大酒楼有限公司(中港合资)董事长、总经理和北京渔家宴大酒楼总经理、美国洛杉矶渔家宴饭店总经理;1998~2002年任青岛市劳动和社会保障局直属青岛市劳动就业训练中心副主任;2004年1月起任青岛紫晶大酒店总经理。

成就篇

高炳义大师早年师承一代宗师杨品三、纪树昌,得以他们的真传实教。40年的从厨路,练就了他精湛的烹饪技艺,形成了独特的风格,多次在国内、省、市专业比赛中获第一名,1995年、1997年和2002年分别在加拿大、美国、奥地利参加世界烹饪比赛,共获五项金奖。从20世纪90年代以来,他多次赴美国、英国、奥地利和中国香港地区进行烹饪技艺表演,并对加拿大、日本、俄罗斯、乌克兰、罗马尼亚、英国、爱尔兰等十多个国家的餐饮界进行了系统的考察。

高炳义大师精通鲁菜,创制菜品百余款,其中30余款在全国和世界大赛中获金奖,获国家专利17项,如三鲜雪花饺、彩肚菊花蛋、三吃大蟹、锅烧鸭、巧吃鸽脯、仙桃秋菊图、四喜燕菜球、脆花龙眼肉、锦绣西施舌、芙蓉海虎翅、鹅肝王蟹盒、群翅葵花鲍、扒怀胎海参等。他于20世纪90年代研制的齐鲁民间宴——“渔家宴”风靡市场,被评为“中国名宴”,并相继在北京、青岛、美国洛杉矶等地开办了“渔家宴酒楼”。

高炳义大师刻苦钻研烹饪理论,造诣颇高。自著专业书籍六部:《宾馆餐饮工作手册》、《中国青岛渔家宴》、《青岛吃、住、游》、《家庭饮食

万事通》、《中华名厨——高炳义烹饪艺术》、《中国烹饪大师作品精粹——高炳义专辑》等，共计160余万字，均已出版发行。近年来，他多次参加国际研讨会和国家级专业理论研讨会，发表论文十余篇。

2000年以来，高炳义大师先后多次在全国厨师长培训班、全国行政总厨培训班、世界烹联国际评委培训班、国家级评委培训班、国家级裁判员培训班、高级技师培训班和中国烹饪大师及名师集训中演讲和担任授课任务，并多次担任全国和世界烹饪大赛的评委或裁判长工作，主要执裁情况如下：

(1) 在马来西亚吉隆坡担任第四届中国烹饪世界大赛评委，担任第五届中国烹饪世界大赛评委；美国旧金山世界中餐大赛评委；韩国汉城世厨联国际烹饪大赛评委；“千岛湖杯”全国淡水鱼大赛总裁判长；内蒙古民族美食节名宴评定裁判长；烟台五彩缤纷国际美食节评委；全国红口袋大赛总决赛评委；第五届全国烹饪技术比赛杭州赛区裁判长；中国国际美食节副总裁裁判长；中外名厨创新菜演示裁判长，沿运河省、市美食节烹饪大赛总裁判长；首届“御座杯”全国宫廷菜大赛总裁判长；第一、第二届东方美食国际烹饪大奖赛总裁判长；中央电视台第一届、第二届、第三届“全国电视烹饪大赛”裁判长……

(2) 代表中国烹饪协会分别对山东福山鲁菜之乡、河南长垣厨师之乡、陕西兰田厨师之乡进行考察认证。

(3) 先后在北京、大连、青岛、西安、济南、烟台、上海、福州、温州、杭州、厦门、广州、南昌、天津、成都、徐州、苏州、呼和浩特、合肥、泰安、淄博、黄山、延边和香港进行表演、授课演讲，足迹遍布全国各地。

(4) 2000年，参与创办和组织了由中央电视台、中国烹饪协会和青岛电视台联合主办的“满汉全席——全国烹饪电视擂台赛”节目，并担任烹饪技术总顾问和首席评委。“满汉全席——全国烹饪电视擂台赛”现今已成为中央电视台的强档节目，为弘扬中华饮食文化，提高厨师的社会地位，丰富人们的文化生活做出了突出贡献。

多年来，他一直担任中国烹饪协会副会长一职。工作认真，成绩显著，多次代表国家圆满完成出访任务：2002年率中国烹饪协会代表团出访欧洲，并参加奥地利国家厨师协会创建百年大型庆祝活动；2002年率中国烹饪协会代表团参加维也纳国际烹饪技艺比赛，取得优异成绩；2004年率中国烹饪协会代表团参加在汉城举行的世界厨联第八届亚大会议；2004年率中国烹饪协会代表团参加世界厨联在韩国举办的世界烹饪大赛；2004年随张世尧会长参加在爱尔兰举行的世界厨联第31届世界大会……他为加强中国烹饪工作者与世界各国同仁的交流和合作，为宣传中华饮食文化，展现中国厨师的风采，作出了不懈的努力！

2003年，美国国际食艺交流协会在授予高炳义大师“卓著功勋奖”的仪式上这样评价他：“高炳义先生是享有盛誉的中国烹饪大师，从厨40年，为烹饪事业的发展默默耕耘、孜孜不倦、德艺双馨、成绩骄人……”

2004年，中国烹饪协会授权其担纲《中国烹饪大师作品精粹》百部著作的执行主编和主审工作；2004年4月，经推举和中国烹饪协会批准，兼任中国烹饪协会名厨专业委员会执行主任职务；2004年6月，在北京举行的中国烹饪协会第四次全国

代表大会上被推选连任中国烹饪协会副会长。

高炳义大师具有主理大型筵宴、厨政管理和酒店经营的丰富经验，出色地完成了许多重要的接待任务。为了培训烹饪新人，他共收纳弟子百余名，言传身教，毫无保留地将自己精湛的技艺和丰富的烹饪知识传授给青年厨师。经他执教的弟子，现大部分成为国内外各酒店、酒楼的技术或管理骨干，并担任总经理、经理、行政总厨或厨师长工作，其中高级技师50余名，还有多人被授予“中国烹饪大师”、“中国烹饪名师”称号，担任了国家级评委、国家级裁判员，许多人在国家、省、市烹协与饮食行业组织中担任重要职务，六十多人在全国和世界比赛中披金挂银，成绩骄人。

创业篇

高炳义从小品学兼优，因数、理、化成绩优异，1964年中学毕业被学校破格保送北京航空学院。但因家境贫寒，父母无法为他提供每月20元的学费和生活费。为了不给自己家里增添负担，他含泪报考了青岛第一商校（现青岛酒店管理技术学院），并以优异的成绩被商校录取，分配到烹饪专业，做起了厨师这一行。

高炳义在校期间刻苦努力，经过学校3年的培养和教育，尤其是受到鲁菜一代宗师杨品三、纪树昌高超的技艺、高尚的厨德、厨艺的熏陶，他逐渐认识到新时代的发展需要他们这样有文化的新型厨师，也需要由他们这一代人来扭转当时社会对“厨师”的偏见。他已经领悟到烹饪是科学、是文化、是艺术的深奥含义，他深深地爱上了这一行，并立志成为中国的名厨、世界的名厨，他要在继承传统烹饪技艺的基础上，精心钻研，开拓创新，树立现代烹饪工作者的崭新形象，为中国饮食文化增添光彩。他在毕业时就树立了这样远大的理想，并开始为之努力奋斗和实践！

1967年商校毕业后，高炳义在从厨路上勤学苦练，尽情汲取大师们的精华，由于他天资聪明，成绩突出，曾多次被破格晋级。在20世纪80年代的岛城，高炳义已是小有名气了，但他并未满足眼前所取得的成绩，在以后的工作中，无论多忙，他都会利用一切机会学习、考察、参加表演、交流、考核和比赛，他积极学习、研究国内外和其他菜系名师的技术和特色，为我所用。

到40岁时，他已精通了鲁菜的全部制作工艺和技艺，他的技术已达到炉火纯青的地步。由于苦学活用、博采众长、融会贯通、勇于创新，他逐渐形成了自己独特的风格特色，并开始创新“自家菜”。出自他勺下的一百多道自家菜，无论是“雪花蛋饺”，还是“乌龙闹巢”，无论是“凤尾大肠”，还是“荷香海参”，无不刀工精致，火候精妙，色香味俱佳，令人食而不忘。1986年，他荣获青岛市烹饪大赛冠军，他烹制的“烧锅鸭”被评为“青岛十大名菜”榜首。1987年，他在山东省第一届鲁菜大奖赛中获得金奖，“烧锅鸭”跻身于“山东十大名菜”行列。

随着国民经济的高速发展，人们的饮食消费观念发生了巨大变化。高炳义深知，作为一名鲁菜烹饪工作者，他担负的使命是神圣的，以传统中的精华加外菜系的特色和适应时代需要的创新才是鲁菜发展之路。他一面投书疾呼，一面亲自摸索实践，1988~1993年，经过对齐鲁渔民饮食进行合理的有选择的挖掘、总结和研究所，他将现代烹饪理论和技术加以艺术改造，一道道、一餐餐具有浓郁的乡土气息和浓厚地

方特色的“渔家宴”终于登上了大雅之堂。

“渔家宴”现有菜品200余款，它的主要特点一是“鲜”，二是“土”。“渔家宴”所有菜肴选料均以当地特产小海鲜为主，再加以适当的辅料。菜点制作主要采用爆、炒、扒、烹、蒸、烧、锅烧等独特的烹调方法，其色、香、味、形均操其鲜猛丽质，并且注意盛器的协调配套，而且道道饭菜沾缘典故，成为美味与艺术的结晶。“渔家宴”一经推出，立即产生了不小的轰动效应，国内外几十家电台、电视台、报刊争相报道。慕名而来的宾客既有外宾、政要和各界名流、专家学者，也有国内外的普通民众。他曾主理了80余桌“渔家宴”，招待来自40多个国家的外宾。在北京，他为刘开渠大师主理90寿辰大型宴会，参加人员聚集了中国美术界、书法界一流大师名家百余人，到场人士对“渔家宴”赞不绝口。名家启功、范曾、林默涵等都是他的座上客。

中国红楼梦学会会长冯其庸，一位不苟言笑的著名学者，曾斟酌句地评价道：“渔家宴与红楼宴相比较，一个源于民间，一个来自官府，尽管出处不同，但两者同样具有凝香的文化色彩，显露着精湛的烹饪艺术，可以达到相媲美的境界”。原国家旅游局局长刘毅、世界中国烹饪联合会会长姜习、中国烹饪协会会长张世尧、营养专家于若木、李瑞芬等许多领导和一流专家都对渔家宴的烹饪技艺、特色、营养构成、构思设计等方面作过专门评定，并给予了充分的肯定和很高的评价。姜习会长还非常认真地高炳义大师的专著《中国青岛渔家宴》作序。

不懈的辛勤耕耘和钻研，给高炳义大师带来了无上的荣誉。由于他在烹饪领域作出的特殊贡献，1992年，他被评为齐鲁大地上第一个厨师行列的优秀科技人才，1993~2003年，他先后被派往欧美多国进行烹饪表演和交流，在多次世界烹饪大赛上技压群雄，为祖国争得了荣誉，同时他也在向自己的理想渐渐靠拢——做世界的高炳义。“没有比脚更长的路，没有比人更高的山”，高炳义大师凭着对中国烹饪技术执著、唯美的追求，挖掘了无穷的智慧和潜力，克服了种种困难，孜孜不倦地钻研和创造，为中国烹饪事业的发展和进步辛勤耕耘和默默奉献着。从小有名气到今天的骄人成绩，从一个普通厨师到中国烹饪协会副会长，他一直铭记党和祖国的殷切期望，他把事业扎根在了这片生他养他的土地上。

当一批批艺术家为高炳义大师的烹饪技术和成果挥毫泼墨时，他们体味的不仅仅是中华饮食的魅力所在，他们更加慨叹高炳义身上所折射出的中国烹饪事业辉煌的明天。当高炳义大师站在世界烹坛的领奖台上，当世界的评委宣读属于中国的荣耀时，作为中国人，我们可以深深地体会，那荣耀背后的滴滴汗水和奋起拼搏的精神是多么的难能可贵。40年的艰辛和磨难，成就了高炳义大师的今天。他的格言正印证了这位烹坛骄子的一切：天道酬勤、居高声远、只争朝夕、勇于登攀！

我们不写了，因为我们无法将高炳义大师精彩的创业史完整地浓缩在这短短的几行文字里；让我们去体会吧，那无数个因他的成就而激情碰撞的时刻，凝聚了我们对他最深最诚的敬意！

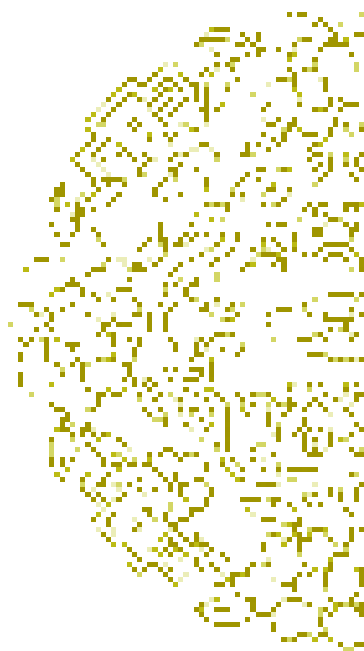
长风破浪会有时，直挂云帆济沧海！

目 录



16	彩椒扇贝
18	锦绣拉皮
20	扒彩肚翠花虫
21	扒千层怀胎海参
22	石榴灌汤包
24	雪饺鲜鲍
26	豉汁全蟹菜卷
28	日式原鲍
30	葵花鲍鱼
31	冰糖银杏明骨
32	芥兰菊香鱼丝
34	油爆螺片
36	松仁鸽脯
38	石锅全家福
39	扒蟹黄鱼翅
40	泰式虾托

锅烧鸭	42
换心乌仔	44
鸭雪酥虾	45
凤尾大肠	46
金球葫芦豆腐	48
油浸红鲑鱼	50
锅煽鱼肚	
锅 鱼肚	52
虾子梅花参	53
金丝鳕鱼球	54
蜜汁元宝瓜	56
鹅肝蟹盒	58
五蔬燕菜	59
菊花豆腐汤	60
金蟹琵琶翅	62
扒酿蹄筋	64
水晶虾球	65
绣球鱼翅	66
芙蓉脆蜚螺花	68





70	莲蓬菊花蛋
72	九转大肠
73	翡翠鱼骨小豆腐
74	柱候山药虾饼
76	干贝扒白菜
77	糟熘三白
78	醋熘鱼扇
80	酥双卷
82	沙拉时蔬
83	氽西施舌
84	三鲜豆腐盆
86	荷香海参
88	锦绣西施舌
90	清炒墨鱼花
91	翡翠米汤鱼
92	纸锅鲜贝丸
94	菊瓜血燕
95	寿桃芙蓉蟹

彩椒扇贝



用料

主料：鲜贝柱 300 克

配料：青椒、红彩椒、黄彩椒、葱、姜、蒜

调料：色拉油、盐、味精、白糖、胡椒粉、米酒、湿淀粉、葱油、高汤

制作步骤

鲜贝柱洗净，挤干水分，上浆腌制备用。三种彩椒分别切成丁，葱、姜、蒜切片。

净锅下油烧至四成热，下入鲜贝和三种彩椒丁滑油，倒出沥油备用。

锅留底油，葱姜蒜片炝锅，加少许高汤和调料调味，勾少许芡，下入滑好的原料，淋葱油翻匀即可。

制作关键

- 鲜贝柱上浆腌制时一定要压干水分。
- 炒制时芡汁不宜太多。



色泽艳丽，咸鲜脆嫩。



造型美观大方，咸鲜酸辣。



锦绣拉皮



用料

主料：拉皮 300 克

配料：肉丝、洋葱丝、香菜丝、胡萝卜丝、木耳丝、
蛋皮丝、心里美丝、黄瓜丝

调料：盐、味精、料酒、老抽、香油、色拉油、芥
末汁、蒜泥汁、高汤

制作步骤

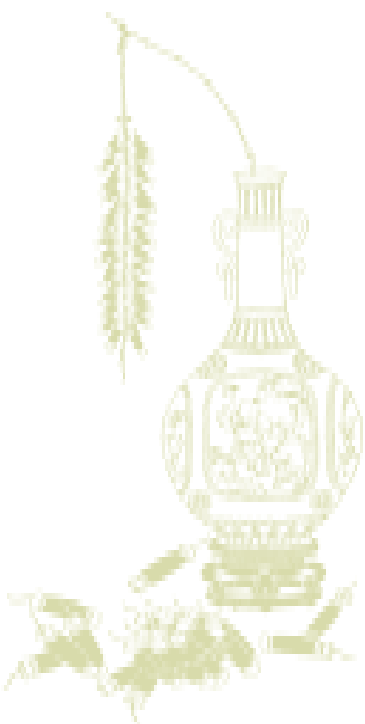
拉皮切 1 厘米宽条，堆在盘中间。香菜丝、胡萝卜丝、木耳丝、蛋皮丝、心里美丝、黄瓜丝对称均等地堆放在拉皮周围。

肉丝滑油，同洋葱丝炒制，加少许高汤、调料调色后盛入小碗中。

摆好的拉皮跟炒好的肉丝、芥末汁、蒜泥汁上桌，将它们浇在拉皮上拌匀即可。

制作关键

- 切制原料的刀工要精细。
- 调味汁的口味要浓郁。





色泽鲜艳，口感咸鲜浓郁。

扒彩肚翠花盅

用料

主料：水发鱼肚 400 克、明骨 250 克

配料：鸡泥、黄瓜、香菜末、火腿末、木耳末、黄蛋糕末、冬笋末

调料：上汤、盐、味精、白糖、湿淀粉、明油、葱油



制作步骤

鱼肚改成长方块，均匀抹上一层鸡泥，然后将五彩末间隔均等地酿在鱼肚上成五彩鱼肚，入笼蒸熟备用。

黄瓜刻成翠花盅，焯水后摆在盘中间。

明骨改刀成块，加上汤煨好，盛入翠花盅内，边上围上五彩鱼肚。

锅中加上汤调味勾芡，将葱油浇在鱼肚和明骨上，然后再淋少许明油即可。

制作关键

- 彩肚制作要精细，鸡泥要软嫩。
- 明骨要发好、煨透。

扒千层怀胎海参



用料

主料：自发刺参 10 只、制熟入味的带皮五花肉 1 碗

配料：大虾、鱼泥、西兰花

调料：盐、味精、鸡粉、白糖、老抽、上汤、湿淀粉、葱油

制作步骤

海参剖开去内脏，将大虾取肉，均等地分成 10 份，然后酿入海参内，外面抹上一层鱼泥，入笼蒸熟备用。

五花肉切成薄片装碗，加入调料蒸至入味，扣在盘中。西兰花炒制好后，围在肉的一周，边上围上蒸熟的海参。

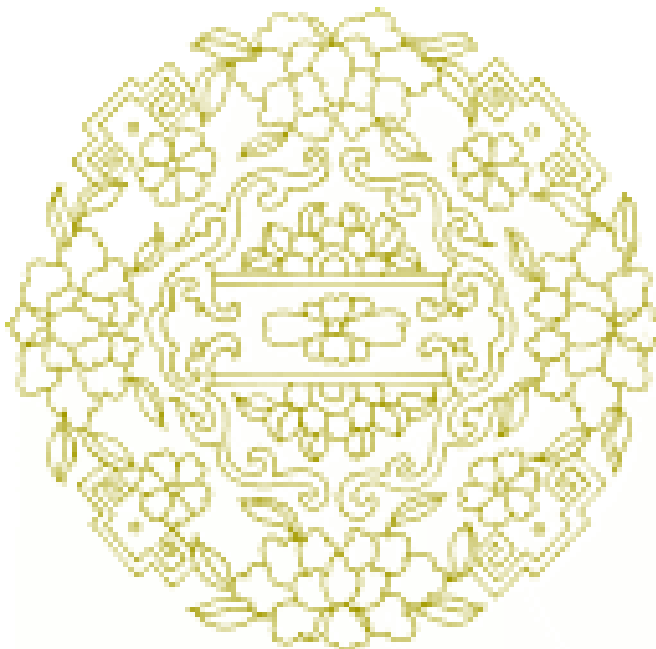
锅中勾两种汁，红汁浇在千层肉上，白汁浇在海参上即可。

制作关键

- 海参发制要到位。
- 千层肉做工要精细。



做工精细大方，入口咸鲜香嫩。



石榴灌汤包

用料

主料：海参 200 克、大虾 3 只、鸡脯肉 150 克

配料：蛋白皮、皮冻、香菜梗、红鱼子酱

调料：上汤、盐、味精、胡椒粉、鸡粉、葱姜汁、
料酒、香油、葱油、湿淀粉



制作步骤

大虾取肉切粒，海参、鸡脯肉均切粒，加葱姜汁、盐、味精等调味成三鲜馅。

皮冻切丁，蛋白皮修成一样大小的圆片，放入三鲜馅和皮冻，用香菜梗扎成石榴包，逐个做好，入笼蒸熟备用。

锅中加上汤，加调料调味，勾芡，将葱油浇在装盘的石榴包上，再放上鱼子酱即可。

制作关键

- 蛋白皮不宜修得太薄。
- 皮冻量要足，味要鲜浓。
- 蒸制火候不宜过大。

口味咸鲜，馅味浓郁。

