

<<粤厨宝典>>

图书基本信息

书名：<<粤厨宝典>>

13位ISBN编号：9787536244450

10位ISBN编号：7536244452

出版时间：2011-4

出版时间：岭南美术出版社

作者：潘英俊

页数：465

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;粤厨宝典&gt;&gt;

## 前言

中国，历史悠久，文化灿烂，其精巧、先进的烹饪技艺，毋庸置疑是中华民族文化的艳花奇葩。幅员广阔的国土，风俗民情的差异，见有“南甜、北咸、东酸、西辣”的美妙滋感，产生各具特色的佳肴及风味，悠然萌发有鲁、苏、川、粤、浙、徽、闽、湘、京、沪、辽、陕、鄂、豫“十四大菜系”和鲁、苏、川、粤、浙、徽、闽、湘“八大菜系”之称谓的地方烹饪特色。

而最具内涵，则如前人所述的“四大菜系”——鲁菜、苏菜、川菜和粤菜。

鲁菜源于山东，代表着礼仪文化，儒学滥觞；苏菜源于江苏，代表着皇城气派，六朝古都；川菜源于四川，代表意味奇出，天府之国；粤菜源于广东，代表着杂而精巧，岭南丰茂。

短短数语，无法表达“四大菜系”深厚的文化底蕴，而粤菜显然就是这百花园中最绚丽夺目的珍卉。自来有民谚云“生在苏州，住在杭州，食在广州，死在柳州”，更将粤菜之“美食天堂”，形容得无与伦比。

自秦汉以来，有着“仙羊衔五谷而降”传说的广州一直成为岭南经济、政治、文化、交通中心。

自盛唐始，广州作为“海上丝绸之路”的东方主埠，千帆竞发，万商云集，“连天浪静长鲸息，映日船多宝舶来”，盛誉远播五洲，经久弥盛。

之后，更有“千门日照珍珠市，万瓦烟生碧玉城，山海是为中国藏，梯航尤见外夷情”，以及“敢夸豪富傲北商”的种种赞誉，造就了广州成为南中国一颗璀璨的明珠。

正所谓“一方水土养一方人”，广州如上所述，“商”味尤浓，除此之外，这里的人，对于吃，还有着无限的钟情及孜孜的追求，其“食”味更浓。

这里地处亚热带，濒临南海，四季常青，物产富饶，可供食用的动植物品类繁多，蔬果丰盛，四季常鲜，给烹饪提供了广阔的空间，形成了奇特、怪异的岭南饮食文化，令古时的中原人颇感匪夷所思。

南宋周去非的《岭外代答》中“深广及溪峒人，不问鸟兽虫蛇，无不食之”的记载即可窥见。

唐代诗人韩愈的《初南食贻之十八协律》证实了早在粤菜未成形时，“南味”及“南烹”在中原人心中的地位，同时亦证实当今广东人“天上除飞机，地下除板凳，什么都吃”的历史性：“鲿实如惠文（《地理志》：鲿形如惠文冠），骨眼相负行（《岭南录异》：鲿眼在背，雌负雄而行）。

蚝相黏为山（《岭南录异》：蚝即牡蛎也。

初生海边，如拳石，四面渐长，高一二丈，峻岩如山），百十各自生。

蒲鱼尾如蛇，口眼不相萦。

蛤即是虾蟆，同实浪异名。

章举（即章鱼）马甲术（即江珧柱），斗以怪白呈。

其余数十种，莫不可叹惊。

我来御魑魅，自宜味南烹。

调以咸与酸，莲（《五音集韵》：用菜杂肉为羹也）以椒与橙。

腥臊始发越，咀吞面汗驿。

惟蛇旧所识，实惮口眼狞。

开笼听其去，郁屈尚不平。

卖尔非我罪，不屠岂非情。

不祈灵珠报，幸无嫌怨并。

聊歌以记之，又以告同行。

“异馔”“南味”“南烹”，诚然未受过正统烹饪理论的洗礼，但没有自己的特点，也就可能没有今天的卓越成就。

粤菜，据史家考据，起于宋末。

宋代有着“夜市直至三更尽，才五更又复开张”的繁华景象，助就了饮食、烹饪空前的迅猛发展。

蒙古大军强势南下，宋室赵昀皇朝败落，王公贵胄及其家厨们因而散居广东。

也正是他们，将当时中原先进的烹饪技术辗转留传至广东。

令人叹为观止的是，当时仍有“南蛮”色彩的广府菜，却因而如虎添翼，迅速构筑起独有体系的“粤菜”，并随即与早有盛名的山东鲁菜、江苏苏菜和四川川菜等菜系，扛起中国烹饪大鼎，这当是天分

## &lt;&lt;粤厨宝典&gt;&gt;

与机遇。

迨至清代，尤其是“康乾盛世”之后，中国烹饪、饮食的发展迸发了勃勃生机。

傲古骄今的粤菜，更注入了“北菜南渐，古为今用，洋为中用，兼收并蓄”的风格，成为促成“食在广州”的中流砥柱。

而此时各地出现了许多记载当时饮食文化盛况的典籍，如江浙有朱彝尊《食宪鸿秘》、顾仲《养小录》、曹庭栋《粥谱》、袁枚《随园食单》、李化楠《醒园录》、谢墉《食味杂咏》和佚名的《调鼎集》，山东有郝懿行《记海错》和佚名的《全羊如意本》《如意全猪件》，四川有曾懿《中馈录》，等等。

令人遗憾的是，居“食在广州”之地，而并非后起之秀的粤菜，其饮食渊源、烹饪技法、菜式制作等的有关文献，却只有一鳞半爪，这不得不让人失落和唏嘘。20世纪80年代，中国实行对外开放，在短短二十多年间，国民生产总值的增长速度举世瞩目。

此时，已绝非孙中山先生在《建国方略》中所言的“惟饮食一道之进步，至今尚为文明各国所不及”那种地步。

广州饮食业迅速发展，加上毗邻港澳，粤菜有了得天独厚的发展条件，更加蜚声海内外。

时下，广州市政府正将“粤菜、粤剧、粤曲”捆绑申报“世界历史遗产”以及“非物质文化遗产”，为更好地推广粤菜和弥补历史缺失粤菜典籍的遗憾，在广东省食品行业协会餐饮专业委员会理事长梁炳老先生热心倡议下，历时十年，以粤菜、粤厨为背景资料的烹饪丛书《粤厨宝典》终于面世了。

《粤厨宝典》丛书分为《候饷篇》《砧板篇》《味部篇》《食材篇》《点心篇》《菜肴篇》《宴会篇》及《厨园篇》等册，图文并茂，趣味横生，书中绝非仅是单纯讲述菜式的制作，既有古今菜式的延续，又有南北制作的对照，而且还把烹调的关键逐一归纳及对比，有些部分更是历来秘而不宣的配方，是目前不可多得的既有实用性又有资料性的工具书。

今天的粤菜可谓突飞猛进，烹调的手法，原料的选择，口味的调配，与过去相比已不可同日而语，我们无畏困难，数易其稿，尽可能全面地整理一些实用性、普遍性较强，以及适合粤菜制作的南北烹调理论资料，为繁荣广东饮食文化，丰富广东文化大省的内涵作出绵薄贡献。

正是：粤厨技艺创美食天地，宝典文章承岭表精华。

《粤厨宝典》丛书可供烹饪工作者及烹饪爱好者在实践中参考。

由于我们水平有限，还存在知识面和技术面的种种局限，加上时日仓促，如有不完善和错漏之处，望请指教。

《粤厨宝典》全体策划同仁恳切地希望广大的读者，尤其资深的老前辈们多多提出宝贵见解和意见，以便将粤菜的技艺继续发扬光大。

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”

愿饮食同业人士共勉，并祈愿抛砖引玉！

## <<粤厨宝典>>

### 内容概要

《粤厨宝典》是以一大系列集独具特色的配方和制作，为酒楼食肆的厨师、配菜师以及广大的烹饪爱好者提供可资引用的范式。

<<粤厨宝典>>

书籍目录

前言  
厨艺七十二技  
楼面佐料录  
厨房沽清表  
厨园篇  
水烹章  
火烹章  
汽烹章  
油烹章  
气烹章  
主题索引  
后记

## &lt;&lt;粤厨宝典&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：距今2200多年前的先秦古籍《吕氏春秋·本味》有云：“凡味之本，水最为始。

”尽管我们相信以火作为传介质烹饪的方法要比以水作为传介质烹饪的方法要早得多，但是，我们还是坚持以《水烹章》作为本篇的开首。

在本章之中，我们罗列了30个以水作传介质的方法。

该怎样理解这30个方法呢？

作为烹饪的传介质，水所能赋予的温度终归有限，要怎样利用其有限的温度演绎出无限的效果，完全体现厨师的智慧。

所以，即使“水烹法”有30项之多，但它们都各有前因，各有其趣。

《吕氏春秋·本味》亦云：“夫三群之虫，水居者腥，肉腥者臊，草食者膻，恶臭犹美。

”作者坚信水能将水居者的腥，肉腥者的臊以及草食者的膻一一驱除，从而将肉食的美味彰显出来。

这不，在我们罗列的方法之中，就有“漂”“飞”“焠”“滚”以及“煨”等法则，通过不同的用水方式扬长避短。

所谓的“漂”——即粤菜厨师口中的“啤水”。

虽是非加热类的方法，但在某种意义上，它不宜与烹饪法并列。

然而，它的地位在粤菜烹饪之中举足轻重。

肉食需要去除杂味、杂色、肥腻，蔬果增加爽脆，就要靠它助上一臂之力。

“飞”的地位亦不能低估。

不说不知道，就“飞”的存留曾有过一段无知的争论。

殊不知，“飞”这种粤菜特色的加工法，曾与“漂”及“焠”一道组成除膻去臊的“三剑侠”。

个中巧妙只有左右食客“皇帝脔（舌）”的粤菜厨师才深明真谛。

“水烹法”远非除膻去臊那么简单。

转念一想，通过水作传介质，就可将浓重的味道赋予到另一种味道浅薄的食物中去，这就是粤菜的“焠”。

有趣的是，回顾烹饪法的历史时，我们总能找出片段为今所用。

“水烹法”的成员亦无例外。

踏入新世纪，食肆各自为店已不适合时代的发展。

中国烹饪能否像西餐一样建立连锁经营已经提到了议事日程上来。

连锁经营的核心就是建立中央配送。

然而，将嫩滑多汁的熟食配送到分店又不需过多操作的菜品成为中央配送的一块绊脚石。

嘻！

回顾烹饪法的历史，不禁发现“水烹法”中的“醞”“醉”“糟”的片段竟然可以将绊脚石搬到一边。

“醞”，已经睽违多时的烹饪法，以致没有多少人知道有这么一个烹饪法。

可它竟是“巴氏杀菌法”（Pasteurization）的鼻祖。

嫩滑多汁的肉食只要通过“醞”去加工，就可以在常温的状态下源源不断地配送出去。

“醉”与“糟”既然被列为“水烹法”成员，自然是烹饪的方法。

如果是这样想，亦未尝不可。

不过，有没有想到它们的一个片段竟给我们提供了杀菌、保鲜的方法，肉食经“醉”“糟”去加工，同样可以在常温状态下将嫩滑多汁的熟食配送出去。

更让人啧啧称奇的是，如果将“醉”“糟”视为腌制方法，它们又彰显出另一个特性——低温蛋白熟化，得出了“溏”——极度嫩化的效果。

如果说到汤，“水烹法”自然是能手，在粤菜烹饪之中派生出“清汤”“上汤”和“老火汤”，常让外地人赞叹不已。

“清汤”用“滚”，急火速成。

“上汤”用“熬”，慢火慢成。

<<粤厨宝典>>

“老火汤”用“煲”，急火慢成，将水与火的结合演绎得淋漓尽致。

## 后记

其实，早在筹备编写《粤厨宝典·候镬篇》的时候，这部《粤厨宝典·厨园篇》已在脑海酝酿。屈指一算已有十一年之久。

按照最初的计划，《厨园篇》是在《粤厨宝典》其他篇章完成之后才推出。

然而，自《粤厨宝典·候镬篇》面世，就有很多读者通过电话、短信、电邮等方式查询本篇的状况。

随着《粤厨宝典·砧板篇》《粤厨宝典·味部篇》相继面世，热心读者查询的密度越来越高。

于是，在编写完《粤厨宝典·食材篇·香料章》之后，决定变更计划的次序，再花了一年多的时间，将十一年来在脑海酝酿的烹饪技法的来龙去脉、历史沿革、技法要髓都付诸文字。

中国烹饪犹如繁星闪烁的天空，凭借本篇的篇幅恐怕无甚能力将天空美丽的星云逐一展现。

我们只能让自己变成青蛙，跳入粤菜烹饪的井中，再从井底仰望天空，尽可能地将井中能看到的星云描画出来。

我们亦希望跳入的是一口大井，能仰望得到更多美丽的星云。

本篇的烹饪技法完全是站在粤菜烹饪的角度去搜集、去编写。

但我们绝非井底之蛙，只顾看着一口井上的星云，至少也懂得跳到其他的井中去欣赏各大菜系井上的星云，从而将所有井中看到的星云描绘出来并连成一幅完整的星云图。

愿读者凭借这幅星云图能够尽情欣赏中国烹饪五彩斑斓的天空！

由于编写角度还存在知识面、技术面以及前瞻性的局限，错误和缺点难以避免，《粤厨宝典》恳切地希望广大的读者特别是行内资深的前辈们多提宝贵见解和意见，以祈将粤菜的技艺及岭南的饮食文化发扬光大。

<<粤厨宝典>>

编辑推荐

《粤厨宝典:厨园篇》是由岭南美术出版社出版的。

<<粤厨宝典>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>