

<<厨师实习菜谱>>

图书基本信息

书名：<<厨师实习菜谱>>

13位ISBN编号：9787802211025

10位ISBN编号：7802211026

出版时间：2006-7

出版时间：中国时代经济出版社

作者：张仁庆

页数：164

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>

## <<厨师实习菜谱>>

### 内容概要

中国是餐饮业发达的国家，饮食烹调是人们每天生活中都离不开的事情，同时，烹调技术又是最容易学习、最容易掌握的技术，也是最有市场的实用技术。

俗话说：“三年大旱，饿不着厨师。”

这是说不管有什么自然灾害，近水楼台先得月，厨师是不会挨饿的。

改革开放以来，我国的餐饮业得到了长足的发展，据统计，2005年全国餐饮业的营业收入8800亿元人民币。

因此讲，餐饮业的阳光工程、阳光产业、前途无量。

餐饮业开店十分容易，从1~2人到1000~2000人都可能。

一两人的夫妻店、大的酒楼宾馆，都是餐饮业的焦点。

学会了烹调技术，终身受益、全家受益，因为它是生活中的重要部分。

此书是以技术培训为主导的专业教材，烹饪教学分两大部分，一部分是应知（理论知识），另一部分是应会（技术操作）。

只要将应分部分（以实际操作为主）通读，记住书中的技术要点，就能对烹饪调技术方面有一个系统的掌握，再经过实践，就能使理论与实践相结合转化为生产力，产生出丰硕的成果。

## &lt;&lt;厨师实习菜谱&gt;&gt;

## 作者简介

张仁庆 1955年3月出生于山东烟台，毕业于山东师范大学中文系。

现任中国人口文化促进会会员、中国社会经济文化交流协会理事、中国食文化中心主任、中国烹饪协会会员、《中国厨师名人录》主编、《中国食文化丛书》主编、《中国名厨》主编、奇山集团总经理、台湾《美食天下》杂志社大陆分社社长等。

他致力于中国食文化的研究和烹饪教学工作。

先后编辑出版了《实用科技信息汇编》、《中国名菜30例续编》、《家庭烹饪》、《调味与拌馅》、《中老年养生菜谱》、《北京烤鸭和鸭菜烹调》、《名厨献艺》、《中国迷宗菜》、《中国名菜荟萃》、《烟台家常菜谱》、《中国名师菜典》等食文化书刊六十余本。

并策划录制了《中国冷拼》、《西点精萃》、《鲁菜精选》、《鸡尾酒的调制》、《宫廷御膳》等二十多部VCD和电视教学片。

他的事迹曾在中央电视台、中央人民广播电台、《中国青年报》、《中华儿女》、《中华英才》、《中国食品报》等四十余家新闻媒体上做过介绍。

199

## &lt;&lt;厨师实习菜谱&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 实习冷拼冷菜类一、泡菜二、炆腰花三、香干蒿菜四、姜汁莴笋五、海米拌芹菜六、拌笋干七、杭州酥鱼八、伉州卤鸭九、蜜汁仔排十、萝卜干毛豆十一、怪味鸡十二、醉鸡第二章 实习肉类热菜一、京酱肉丝二、辣子肉丁三、干菜扣肉四、回锅肉五、爆炒腰花六、清炸里脊七、木犀肉八、糖醋排肉九、钱江肉丝十、香干内丝十一、咕噜肉十二、软炸里脊十三、鱼香肉丝十四、蒜爆里脊十五、东坡肉十六、炸烹里脊十七、清炖狮子头十八、葱爆两样第三章 实习水产类热菜一、芙蓉鱼片二、鱼头豆腐三、葱油鳊鱼四、雪菜黄鱼汤五、炒鱼片六、西湖醋鱼七、宋嫂鱼羹八、银鱼羹九、茄汁鱼片十、清汤鱼丸十一、红烧鳊段十二、清蒸甲鱼十三、清蒸鱼块十四、桂花鱼条十五、香炸鱼排十六、鱼头浓汤十七、剁椒鱼头十八、三丝鱼卷十九、彩色鱼丝二十、生爆鳝片二十一、炒墨鱼丝二十二、爆墨鱼卷二十三、红烧鱼块二十四、炒醋鱼块二十五、炒虾仁二十六、蛤蜊蒸蛋第四章 实习禽类热菜一、腰果鸡丁二、软炸仔鸡三、小煎鸡米四、辣子鸡丁五、宫爆鸡丁六、油淋仔鸡七、白鲞扣鸡八、清炖鸡九、氽鸡丸子十、翡翠鸡茸羹十一、清炸仔鸡十二、炒什件十三、爆鸡肫十四、香椿炒蛋十五、肉丝跑蛋十六、银鱼炒蛋第五章 实习素菜类热菜一、麻辣豆腐二、家常豆腐三、肉丝豆腐四、油焖春笋五、酱爆茄子六、饭焗茄子七、雪菜炒鞭笋八、双菇扒菜心九、韭菜炒春笋十、椒盐土豆饼十一、炒地三鲜十二、酸辣上豆丝十三、毛豆煎臭豆腐十四、软炸花菜十五、八宝豆腐第六章 实习综合类热菜一、炒三鲜二、干炸响铃三、拔丝蜜橘四、烂糊肉丝后记

## &lt;&lt;厨师实习菜谱&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘六、西湖醋鱼 烹调点评 此菜为浙江风味名菜，在杭州特别流行，也是杭州餐饮名店的看家菜，烹调技法为软熘，口味是甜酸味型。

原料配方 活鲤鱼1条(约800克)、姜末15克、白糖50克、绍酒20克、酱油60克、醋50克、湿淀粉60克

制作方法 将活鲤鱼饿养1~2天，促其排尽体内的杂质及泥土味，使鱼肉结实。刮鳞，剖腹，去鳃，去内脏，洗净。

把鱼身劈成雌雄两片(连背脊骨一边称雄，另一边称雌)，斩去牙齿，在雄片上从颌下4.5厘米处开始，每隔4.5厘米斜片剖一刀(刀深约3厘米)，刀口斜向头部(共剖5刀)，剖第三刀时，在腰鳍后处切断，使雄片分成两段，再在雌片脊背部厚肉处向腹部斜剖一刀(深约3~4厘米)，不要弄破鱼皮。

将炒锅置旺火上，舀入清水800克，烧沸后将整鱼放入锅内，皮朝上(水不能淹没鱼头，胸鳍翘起)，盖上锅盖，待锅内水再沸时，揭开盖，撇去浮沫，转动炒锅，继续用旺火烧煮，前后约烧3分钟，用筷子轻轻地扎鱼的雄片颌下部，如能扎入，即熟。

炒锅内留下300克汤水，余汤撇去，放入酱油、绍酒和姜末，即将鱼捞出，装在盘中，鱼皮朝上。

锅内汤汁中加入白糖、湿淀粉和醋，用手勺推搅成浓汁，见滚沸起泡，立即起锅，徐徐淋浇在鱼身上即可。

风味特点 鱼肉滑嫩，呈蟹肉味，酸甜适中，色泽红亮。

掌握要点 氽煮鱼时火力、时间要掌握好，切不可氽煮过头，否则肉会硬；勾芡时锅内汤汁不宜久沸，否则影响色泽的亮度；芡汁厚薄要均匀，最好一次勾成；此菜的蟹味特点主要产生于姜、醋、糖，因此姜不可太少，不少于15克。

P65插图

## <<厨师实习菜谱>>

### 编辑推荐

最权威、最实用、最新颖、最全面、最系统的全国第一套顶级厨师培训教材。  
学会了烹调技术，终身受益、全家受益，因为它是生活中的重要部分。  
本书是以技术培训为主导的专业教材，烹饪教学分两大部分，一部分是应知（理论知识），另一部分是应会（技术操作）。  
只要将应会部分（以实际操作为主）通读，记住书中的技术要点，就能对烹调技术方面有一个系统的掌握，再经过实践，就能使理论与实践相结合转化为生产力，产生出丰硕的成果。  
本书让你在实习中学会制作各种冷拼、冷菜和热菜。

<<厨师实习菜谱>>

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>