

<<中国南北名菜谱>>

图书基本信息

书名：<<中国南北名菜谱>>

13位ISBN编号：9787508242200

10位ISBN编号：7508242203

出版时间：2006-12

出版时间：金盾

作者：中国人民解放军空军后勤部军需物资油料部 编

页数：590

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>

<<中国南北名菜谱>>

前言

当我看到这本《中国南北名菜谱》修订本书稿的时候才意识到，《中国南北名菜谱》从它问世到现在已经度过了整整20年的时光。

这20年来，我国的经济发展日新月异，人民群众的生活水平不断提高，尤其是饮食生活水平，在步入小康社会的基础上，人们越来越注重饮食生活的质量，不仅讲求烹饪技术和饭菜的口味，更追求科学合理的膳食营养，对饮食生活的追求与20年前相比有了明显的差异。

在我看完这本书的内容后发现，修订后的这本《中国南北名菜谱》与最初出版的书相比，无论是在结构上还是在内容上，都有了明显的区别，突出表现在两个方面：一是把中国南北名菜的内容进行了充实，由过去的四大名菜系列扩大到了八大名菜系列，使“南北名菜”的内容更加丰富；二是在书中增加了“饮食宜忌”的章节内容，可以让读者在选取和搭配食物原料时有所参考，可以说是为这本书增添了新的内容。

更让我感到高兴的是，这本重新修订的《中国南北名菜谱》是由一批具有丰富实践经验的全国烹饪大师、烹饪名师执笔撰写，使这本书的权威性、实用性、可靠性有所提高，更能让读者高兴地阅读，放心地模仿。

我相信，这本修订后的《中国南北名菜谱》的出版发行，必将对丰富广大读者的饮食生活乐趣、提高饮食生活质量产生较强的推动作用。

<<中国南北名菜谱>>

内容概要

中国饮食文化源远流长，博大精深。

“八大菜系”为中国饮食文化之精华，历史悠久，闻名中外。

本书由中国人民解放军空军后勤部军需部门组织“八大菜系”顶尖级名厨编写、修订，为正宗川菜、鲁菜、粤菜、苏菜、浙菜、闽菜、湘菜、徽菜之专著。

本书根据“传承中国烹饪之技艺”的原则和现代烹调技术的发展及人们的营养需求，详细介绍烹调基本知识、操作技术和饮食宜忌；根据“荟萃南北名菜之精华”的原则精选“八大菜系”920多种名菜，具体介绍每种菜肴的原料配比、操作方法、风味特点及名菜典故，并配有64幅精美彩图和19幅插图。一书在手，可以轻松学会制作中国。

“八大菜系”各种色、香、味、形俱佳且营养丰富的地道名菜，为您的生活增添美的享受。

本书内容丰富，图文并茂，通俗易懂，具有较强的科学性、知识性、实用性、趣味性。适合广大家庭、饭店使用，亦可供餐饮业人员和有关院校、职业培训班作为专业培训教材。

<<中国南北名菜谱>>

书籍目录

第一编 烹调基础知识与操作技术 第一章 绪论 第二章 烹调原料初加工 第一节 烹调原料的分类 第二节 常用鲜活原料的初步加工 第三节 干货原料的初步加工 第四节 分档取料与整料出骨 第三章 烹调基本操作 第一节 刀工 第二节 配菜 第三节 火候 第四节 勺工技艺 第五节 调味 第六节 制汤 第七节 原料初步熟处理 第八节 上浆、持糊、勾芡 第九节 装盘 第四章 热菜烹调方法 第一节 炸、熘、炒、爆、烹 第二节 烧、炖、烩、煮、焖、(火靠) 第三节 煨、氽、熬、涮 第四节 煎、贴、*、扒 第五节 蒸、瓢、烤、焗 第六节 拔丝、蜜汁、挂霜 第五章 凉菜制作方法 第一节 凉菜的烹调 第二节 花色冷拼 第六章 食品雕刻 第一节 食品雕刻常用原料 第二节 食品雕刻的工具 第三节 食品雕刻的种类 第四节 食品雕刻的步骤 第五节 食品雕刻的刀法 第六节 雕刻作品的保管方法 第七章 饮食宜忌 第一节 饮食宜忌的科学原理 第二节 常见疾病饮食忌口 第三节 常见相克食物 第二篇 南北名菜制作 一 川菜 二 鲁菜 三 粤菜 四 苏菜 五 浙菜 六 闽菜 七 湘菜 八 徽菜

<<中国南北名菜谱>>

章节摘录

插图：烹调技术是专门研究菜肴的原料性质、用途、刀工、烹制、调味方法和菜肴的色、香、味、形、器，以及如何保护和提高食物营养价值的一门专业技术。

烹，就是对原料加热，使之成熟；调，就是调和滋味。

烹调就是烹和调的结合。

通俗地讲，烹调技术就是制作菜肴的技术。

烹调技术涉及的范围很广，与植物学、动物学、化学、物理学、美学和营养学、食品商品学、食品卫生学等学科知识都有密切联系，并由这些学科知识中的相关内容构成了这门专业技术的理论基础。

烹调对菜肴的色、香、味、形及营养具有决定性的作用。

各种菜肴原料经过烹调，可以杀菌消毒，有利于人体健康；可以使原料中的养料分解，便于人体消化吸收；可以除去原料中的异味，确定口味，增进美味，诱人食欲；可以使菜肴色泽鲜艳，形状美观，给人以美的享受。

我国的烹调技术历史悠久，源远流长，是几千年来广大人民群众辛勤劳动和智慧的结晶，是我国宝贵的文化遗产。

烹调技术是随着社会的发展、生产力的不断提高而发展起来的。

我们的祖先在从猿进化成为原始人以前，只是以采集野生植物和捕捉野兽为食，过着“活剥生吞，茹毛饮血”的生活。

自从发现了火，人类才逐渐由生食变为熟食，脱离了一般动物的生活方式。

由此可见，“烹”，起源于火的利用。

又过了若干年，人类发现食用有盐的熟食时，滋味特别鲜美，进而发明了提取食盐的方法，从此调味也就开始了。

所以说，“调”起源于盐的利用。

烹调的发明，是人类进化的一个重要标志，是人类发展史上的一个里程碑。

随着人类社会的不断发展，人们开始从单一的熟食逐渐地对味道和形式引起了重视，从而不断改进烹调方法。

早在我国的夏、商、周三代，烹调技术有了相当发展，食具之精美也达到一定的艺术水平。

此外，根据季节的不同，当时还总结出春多酸、夏多苦、秋多辛、冬多咸的调味规律。

到了战国时代，在火候与调味上已有相当研究，并提出了火候与调味是烹调的两大关键；同时还总结出：急火、旺火、慢火必须正确运用，酸、甜、苦、辣、咸必须适当调和，才能达到去掉原料中的异味、保持和突出原料美味的目的。

唐、宋时期，社会经济、文化的发展以及与亚洲各国通商往来关系的建立，促使烹调技术又有了新的发展。

这个时期的一个主要变化就是革新了炉灶，由一炉一眼改成了一炉多眼；同时还注意了调味和老、嫩、酥、脆的火候，对食物的色、香、味、形也更加重视和讲究，并有了专门的饮食书籍。

到清代，烹调技术更为发达，所谓的“满汉全席”，就是当时的代表作。

我国烹调技术的发展，是随着人类社会的发展而发展的，而且经历了漫长的历史过程。

在这漫长的历史过程中，先后经历了火燔熟食时代、陶器烹饪时代、青铜器烹饪时代、铁器烹饪时代等，这些时代的形成和演变，是受到了各自所处的社会历史时期的政治、经济、文化以及社会生产水平等因素的直接影响。

同时，由于受气候、物产和历史条件、饮食习俗等因素的影响，中国烹调技术在一些地区还形成了以地方风味为突出特色的不同体系、流派，即人们所说的“菜系”，如所谓的“四大菜系”、“八大菜系”等。

虽然人们对菜系的说法不尽相同，但“八大菜系”却是举国公认的传统名菜派系，这“八大菜系”烹调技术的地区特色确实是客观存在，这足以说明中国烹调技术在其发展演变过程中，特色在不断增加，内涵在不断丰富。

这些地区特色风味的形成和发展，能互相促进和影响，并且促进了中国烹调技术总体水平的提高。

<<中国南北名菜谱>>

经过漫长的发展过程，中国烹调技艺融会了祖国灿烂的民族文化，同时也不断吸收域外饮食文化中有益的“营养”，逐步形成了以汉族烹调技艺为主体、集中各民族烹调技艺之精华的中国特色。

一、取材广泛，用料讲究中国幅员辽阔，物产丰富，为中国烹调技艺的发展提供了厚实的原料基础。自中国烹调技艺出现之日起，用于烹调的原料范围不断扩大，内容不断丰富。

到今天为止，在我国的烹调原料中，既有天然野生的禽、兽、虫、鱼和野菜、野果，又有人工种养的谷蔬瓜果、家畜家禽；无论是植物的根茎叶果，还是动物的头尾脚爪、皮肉脏血、蛋奶窝巢，都被引其入馔，制成美味佳肴。

可以说天上飞的，地上走的，土里藏的，田中长的，水中产的，只要可食且有营养价值，无所不食，无所不烹。

取材之广，堪称世界烹调之最。

中国烹调原料取材广泛，这仅仅是反映了中国烹调用料的一个方面，而用料讲究则是其另一方面特点。

自古以来，我国的厨师在制作菜肴时，对原料的选择、使用非常讲究。

所用原料，不仅要求大小适宜、老嫩适度、力求活鲜，而且对有些原料的品种、产地也有严格要求。

如制作“北京烤鸭”，所用原料必须是北京填鸭，并对其大小、老嫩、生长期都有规定。

再如杭州名菜“西湖醋鱼”，所用之鱼必须是西子湖出产的鲜鱼，且要先经过饿养后方可使用。

至于选用菜蔬之类，更是讲究逢季烹鲜，或用其茎，或用其根，或用其叶，或用其花果，都是根据菜肴的质量要求，分类取料，或是根据原料的性质，烹制相应的菜肴，做到量材使用，物尽其用。

二、刀工精细刀工是膳食制作过程中的一个重要环节。

我国厨师对刀工非常讲究，并在长期的实践中总结出了不少的刀法。

运用这些刀法，能把原料加工成各种丁、丝、片、块、粒、茸、末、段和各种花色形状，如麦穗花、荔枝花等，使原料不仅便于烹制和食用，而且还能达到外形美观，增加美感。

这一点，令许多国际同行叹为观止，有时竟对中国厨师能用一把菜刀切出如此多变的形状而感到不解。

三、配料巧妙中国烹调重视原料的配合，尤其是菜肴的制作中，不仅注意单盘菜肴的主料、辅料及调料间的配合，更注意一餐饭菜，一席酒菜的巧妙配合，还注意时间季节、地点场合、人员气氛等因素。

比如用同样的开支标准，由于配料之不同，既能让食量偏大者吃饱吃好，又能让品味食客们吃得满意。

巧妙的配合，能使制成的膳食不仅味道可口，而且在颜色上或浓或淡，或雅或俗；在形状上千姿百态；在质地上或软或脆，或酥或烂，变化多端，无论是吃还是看，都能令人满意。

<<中国南北名菜谱>>

编辑推荐

《中国南北名菜谱(第4次修订版)》：第二届全国图书金钥匙纪念奖首届当代军人喜爱的军版图书三等奖
《中国南北名菜谱(第4次修订版)》总印数已达126万册以上组织烹饪名师编著荟萃八大菜系精华传授名菜烹饪技艺为百姓生活添色彩

<<中国南北名菜谱>>

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>