



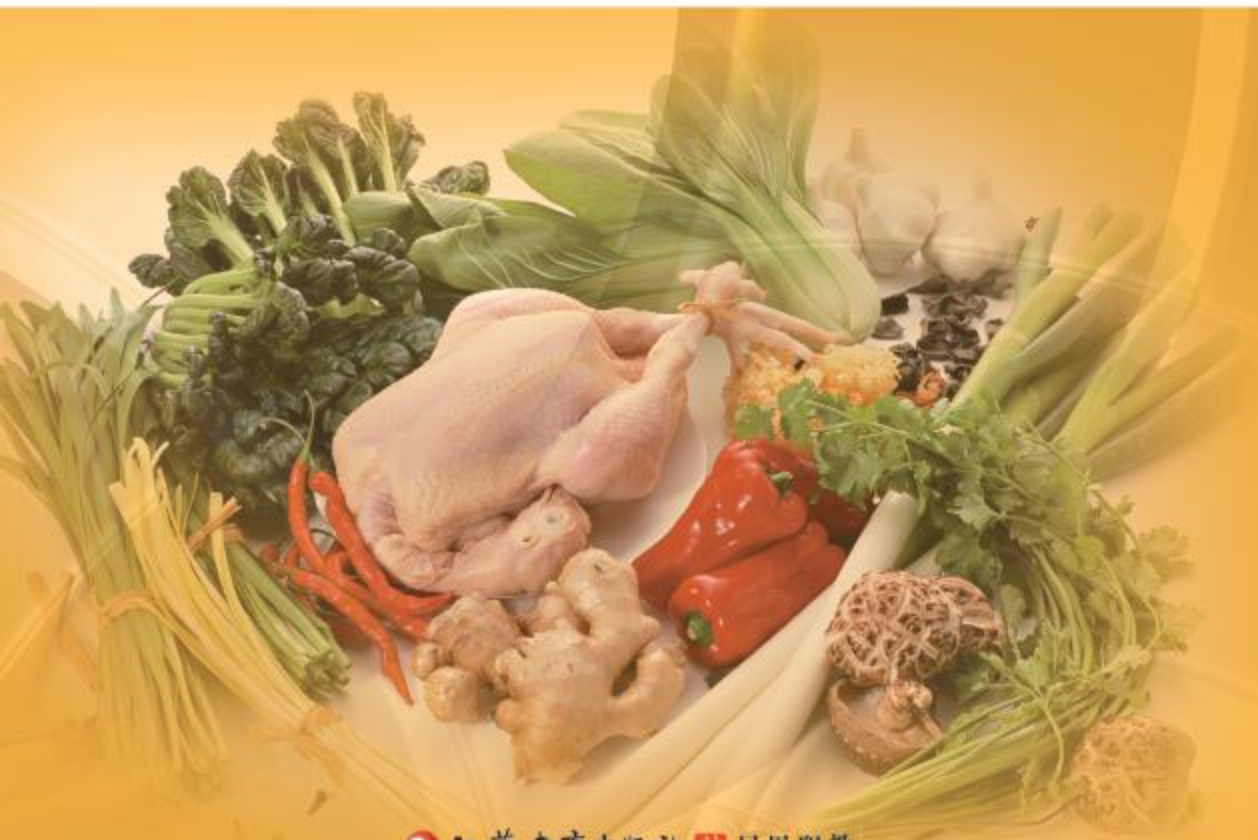
“十二五”职业教育国家规划教材
经全国职业教育教材审定委员会审定

职业教育中餐烹饪专业规划教材

烹饪原料加工技术

PENGRÉN YUANLIÀO
JIAGONG JISHU

○主编 王晓春



江苏教育出版社 凤凰职教



“十二五”职业教育国家规划教材
经全国职业教育教材审定委员会审定

职业教育中餐烹饪专业规划教材

烹饪原料加工技术

**PENGRÉN YUANLIÀO
JIAGONG JISHU**

○主编 王晓春



● 江苏教育出版社 ● 凤凰职教

图书在版编目(CIP)数据

烹饪原料加工技术 / 王晓春主编. —南京: 江苏教育出版社, 2013. 7(2024. 7 重印)

ISBN 978-7-5499-2941-2

I. ①烹… II. ①王… III. ①烹饪—原料—加工
IV. ①TS972.111

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 120670 号

职业教育中餐烹饪专业规划教材
书 名 烹饪原料加工技术

主 编 王晓春
副 主 编 陈晓晓 张林超
责任编辑 李丰园
出版发行 江苏教育出版社
地 址 南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009
出 品 江苏凤凰职业教育图书有限公司
网 址 <http://www.fhmooc.com>
印 刷 三河市鑫鑫科达彩色印刷包装有限公司
厂 址 河北廊坊市三河市李旗庄崔家窑
电 话 0316-3456566
开 本 787 毫米×1 092 毫米 1/16
印 张 10.75
版 次 2017 年 2 月第 3 版 2024 年 7 月第 11 次印刷
标准书号 ISBN 978-7-5499-2941-2
定 价 25.50 元
批发电话 025-83677909
盗版举报 025-83658893

如发现质量问题, 请联系我们。

【内容质量】电话: 025-83658873 邮箱: sunyi@ppm.cn

【印装质量】电话: 025-83677905

编 委 会

顾 问：沈 健 陈海燕 杨湘宁 孙真福
策 划：尹伟民 刘克勇 杨志霞 徐 宁 王巧林
主 任：杨 新
副主任：张荣胜 王国海 曹华祝 徐 忠 吴 魏
委 员：王稼伟 谢心鹏 陈志平 孙伟宏 甘志雄
许振华 张 波 张希成 马 松 吕成鹰
周 俊 王志强 潘晓群 张兵营 杨晓华
姜 峻 徐志方 黄学勇 王亮伟 杨建良
金玉书 缪世春 黄少基 陈乃军 李太云
邓立新 赵建康 芮新海 刘 波 秦榛蓁
缪正宏 王生宁 巫伟钢 孙秀华 王巍平
虞静东 季 军 黄 晨 葛伯炎 戴建坤
金同实 王胜发 王 伟 张圣琪 臧其林
庞志勤 刘 勇 黄熙宗 钱文玉 王慕启
徐祥华 陈大斌 冷耀明

总序

这套系列教材无论在体例设计与逻辑架构上,还是在内容构成与呈现形式上,皆是务实与创造并重、规范与创新兼备,显示着编写者宽阔的视野和开阔的思路,予人耳目一新之感。在共建共享的合作机制下,编写人员克服“繁、难、散、旧”等传统教材编写过程中容易出现的通病,着力于“实”,尝试于“新”,指向于“活”。内容选择紧扣产业发展与企业用工需求,内容呈现方式也更加灵活。不仅给教师使用时提供了发挥与创造的空间,也让这套教材更具柔性,为教学活动提供了更为广阔自由的空间。同时,该系列教材还体现了专业与专业之间的叠加整合,甚至是异构融合。在系列化的整体架构下,相关专业之间可以顾盼呼应、相互支撑,从而在各自独立成书的基础上形成系列化、集成化、规模化的总体效应。

教材的设计编写要为提高教育教学质量服务。我们基于工作过程开发的以典型工作任务或案例为主体的项目化教材充分体现了“专业与产业对接、课程内容与职业标准对接、教学过程与生产对接”,教师要以开放的思维和姿态,充分利用教材中反映产业升级和技术进步的知识元素,调动学生内在的学习动力和发展潜力,引导学生在实践中学习,在学习中实践。此外,该系列教材中亦有许多与德育相关的教学资源。教师在教学中要引导学生树立正确的人生观、世界观、价值观,提高学生的道德水平和科学文化素养,让学校的课堂不仅是促进学生成才的平台,同样也是引领学生成人的园地。

我们相信,这套教材通过广大师生的创造性使用,一定会展现出自身的个性化魅力,有力促进示范校建设迈向更高的发展层次。同时,我们也真切地希望大家在使用中能及时反馈意见、提出建议,从而保证这套系列教材日臻完善。

编委会

前 言

烹饪专业精品课程建设是推动课程改革向纵深发展的具体措施,是加强现阶段烹饪教育内涵建设和保证烹饪人才培养质量的重要环节。“烹饪原料加工技术”是烹饪专业的基础课程,是烹饪工艺的重要组成部分,在菜肴制作过程中占有极其重要的地位。近年来由于各方面的原因,“烹饪原料加工技术”的教学内容、教学方法仍相对滞后。本书是根据精品课程建设的具体要求编写,注重对学生技能的培养。本书主要适合中职和高职烹饪专业的学生使用,也可作为烹饪行业从业人员的培训教材。本书主要编写特点如下:

第一,注重烹饪专业的教学特点,着力使教材在内容上既有适度的理论知识又注重实训操作,充分体现了职业性、实践性和开放性的要求。

第二,强调能力,突出实用。本书配有大量插图,增强了教材的趣味性和实用性。每次实训操作都配有实习训练评价标准,使学生对自己实训过程及结果有一个客观的评价。实训后“想一想”可以巩固所学的理论知识,也有利于提高学员的实际操作能力。

第三,本门课程是一门综合性专业课程,对学生职业能力的培养和职业素质的养成起重要作用,与同期开设的“烹饪原料知识”“烹饪概论”课程配合适当,与后期的各门专业课程也都能很好地衔接。

本书历时一年多完成,由茅建民担任主审,王晓春担任主编,陈晓晓、张林超任副主编。项目一中的任务一由牛林娜编写,任务二由谷小波编写,任务三由丁铁编写;项目二由钱程编写;项目三中的任务一、二由李宏亮编写,任务三、四、五、六由王晓春编写,任务七、八由陈晓晓编写;项目四由魏元元编写;项目五、六、七由张林超编写;书中手工绘图由王晓娜制作;摄影及图片剪辑由颜飞制作。全书由王晓春总纂。

“烹饪原料加工技术”作为精品课程的建设也只是处于初探阶段,还需要得到教育专家们的斧正。由于烹饪原料加工技术的迅速发展,各种加工技术的不断更新、不断完善,加之编者水平和经验有限,书中难免有错误和不妥之处,敬请读者批评指正。

编 者

目 录

项目一 烹饪原料加工的工具、设备及运用	1
任务一 认识常见烹饪刀具	1
任务二 磨刀	10
任务三 砧板与其他设备的使用方法	14
项目二 鲜活原料初步加工	20
任务一 新鲜植物原料的初步加工	20
任务二 水生动物的初步加工	25
任务三 陆生动物的初步加工	30
项目三 刀工	34
任务一 刀工的操作手法	34
任务二 直刀法训练	39
任务三 平刀法训练	51
任务四 斜刀法训练	57
任务五 剖刀法训练	62
任务六 其他刀法训练	67
任务七 基本料形加工	73
任务八 花刀工艺形	82
项目四 出肉加工、分档取料与整料去骨	97
任务一 出肉加工	97
任务二 分档取料	103
任务三 整料去骨	112
项目五 干货原料涨发工艺	120
任务一 水发干货原料	120
任务二 油发干货原料	127
任务三 碱发干货原料	130
任务四 盐发、火发干货原料	132

项目六 蒺子加工	135
任务一 粗茸蒺子的加工	135
任务二 细茸蒺子的加工	139
项目七 热菜的配菜	144
任务一 配一般热菜	144
任务二 配花色热菜	149
参考文献	160

项目一 烹饪原料加工的工具、设备及运用



项目介绍

烹饪原料加工的工具是指烹饪原料加工过程中所使用的器具,主要有各种刀具、模具、砧板、铁钎、打蛋器等,设备主要有不锈钢工作台、不锈钢水池、冷藏箱、绞肉机、切片机等。本项目主要介绍刀具、砧板、磨刀石的种类以及如何选择、使用、保养等方面知识。刀工用具在烹饪原料加工过程中起着主导作用,而各种类型的刀具、磨刀石、砧板如何正确使用,都将影响到菜肴的外形和质量。因此,刀具的磨砺方法、保养方法、砧板的选择和使用等都是一个烹饪工作者必须掌握的基本知识。

任务一 认识常见烹饪刀具



任务描述

刀具是烹饪原料加工用具中最重要的工具,初学者必须要了解有关刀具的种类、用途以及规格型号,为以后能正确运用各种刀具加工烹饪原料打下良好的基础。



任务目标

1. 使学生熟知常用刀具的种类、用途及规格型号为以后正确运用各种刀具加工烹饪原料打下良好的基础。
2. 掌握常见刀具的品质鉴别及保养方法。



任务实施

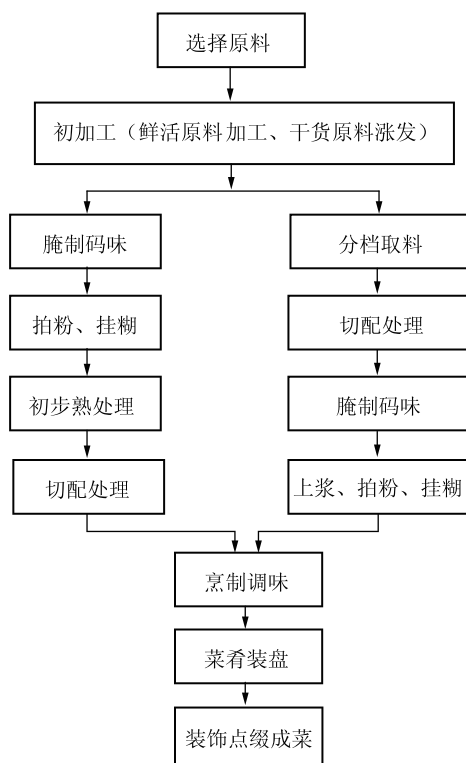
【知识准备】

我国烹饪具有悠久的历史 and 灿烂的文化,其内涵丰富、技艺精湛、源远流长,是中华文化的宝贵遗产之一。烹饪原料加工技术是中国烹饪的重要组成部分,经过长期的发展和历代烹饪工作者的不断实践、不断创新,水平也越来越高。现在虽然有许多烹饪原料加工设备在厨房中使用,但还不能完全代替手工操作,很多精湛的加工技术还是要靠烹饪工作者手工完成。因此,烹调师必须要熟练掌握各种烹饪原料的加工方法。

一、烹饪原料加工技术与烹调的关系

所谓烹饪原料加工技术是指对烹饪原料在烹调前所采取的各种加工处理技术及合理配制的总称。烹饪原料加工技术主要包括：鲜活原料的加工、干货原料涨发、分档取料、出肉加工、整料去骨、刀工技法、配菜等工序。

所谓烹调是指将加工整理的烹饪原料通过加热和调味制成菜肴的过程。在中餐烹饪中，由于每种菜肴所用的烹调方法不同，制作工艺也各不相同，但不管用什么烹调方法制作菜肴，其烹饪原料都要先用各种方法加工后才能烹调成菜。烹饪原料加工技术与烹调的具体工艺流程如下图所示：



二、烹饪原料加工处理的作用

一般来说原料加工的目的是为烹调提供所需的成形原料，但对菜肴的色、香、味、形、质以及营养等方面也起着一定的作用。主要作用如下：

（一）清除污秽异物，使烹饪原料符合食品卫生要求

无论是鲜活原料还是干货原料，绝大多数都不符合卫生标准，不能直接用于制作菜肴，都需要经过整理、洗涤、初加工、涨发等工序进行加工。加工时要将所有污物和杂质都清除干净，使其达到卫生标准。特别是一些生食的原料更要清洗干净，如黄瓜、生菜、心里美萝卜

卜、各种水果等。

（二）使菜肴易于成熟，便于入味

烹饪原料种类繁多，质地和形状各不相同。形状较大的整只的原料在烹调时不易成熟，调料在短时间内也不易渗透进原料内部，成菜后食用也很不方便。通常都要把整只的、大块的原料改成小块的原料才易于烹调入味。

（三）合理用料，控制成本

很多动物原料都是经过初步加工、分档取料和刀工处理才能用于烹制菜肴。我们知道，不同菜肴对烹饪原料的选用也有不同规格要求，所以只有根据不同原料的性质运用不同的加工方法，才能合理用料。对各种可食部分，不能随意放在一起烹调，尽可能根据其品质、特点分类烹制，这样做出的菜既有特色，又降低了菜肴成本，如一只5斤重的鸡，可以做成“红烧鸡块”“银芽鸡丝”“炒鸡杂”“宫保鸡丁”等菜肴。

（四）原料合理搭配，提高菜品的营养价值

人们食用菜肴的主要目的是为了摄取营养素，不同的原料加工出的菜肴其营养价值也各不相同。即使是同一属性的原料，各种营养素的含量也不尽相同。而人体对营养素的需求不是所有人完全一样的，如果某种营养素被人体吸收过多或严重缺乏对人体都没有好处。所以在菜肴制作中，各种营养素的搭配应力求做到合理而全面。特别是整套菜点，更需要考虑营养合理配制，使不同营养素互相补充，以提高整套菜点的营养价值。有的原料中所含的成分，在与其他原料中所含的成分相遇时会产生不宜被人体所吸收的物质，这就要求我们在配菜时一定要避免这两种原料搭配在一起，如菠菜就不宜与豆腐放在一起烹制。

（五）使菜肴品种多样化

烹饪原料运用不同的刀法加工，是形成菜肴多样化的重要途径。如一条3斤重的鱼不经刀工美化处理，一般只能做成“红烧鱼”，但是经过刀工美化或分档取料就能做成很多菜肴，如“糖醋鱼”“松鼠鱼”“荔枝鱼”“炒鱼片”“炒鱼丝”“炒鱼丁”“烧头尾”“红烧划水”“菊花青鱼”等。将不同种类的原料互相配合，也可形成花样繁多的菜肴，如肉丝配青椒丝，即成“青椒炒肉丝”；配竹笋丝，即成“竹笋炒肉丝”；配雪里蕻，即成“雪里蕻炒肉丝”等。诸如此类，可见通过刀工和配菜等加工技术能创制出很多新的菜肴来。

三、学习烹饪原料加工技术的基本要求

烹饪原料加工技术这门学科具有劳动强度大、技术含量高的特点。要想学好烹饪原料加工技术应按以下几点要求去做：

第一，要热爱烹饪事业，做到干一行爱一行。

第二，在学习和工作中要做到不怕脏、不怕累，任劳任怨地做好各项工作。要勤学苦练，力求能在最短的时间内掌握各种加工技术。

第三，应经常锻炼身体，使自己具有健康的体魄及持久的臂力和腕力，这对于提高原料加工技术有着重要的意义。

第四，要了解烹饪原料的性状，能准确鉴别原料优劣，熟知各种原料的成分，从而在配菜中能灵活运用。

第五，在操作练习中，要养成良好的行为习惯和正确的操作姿势，这样既能方便操作，又

有利于提高工作效率,还能减少疲劳,有利于身体健康。

第六,在熟练掌握各种加工技术的基础上,要敢于创新,不断提高,大胆地运用新科技、新设备,要有不断超越的思想理念。

四、刀具的种类

中式烹饪使用的刀具种类繁多,即使是同一种用途的刀具其外形、重量在各个地方也不尽相同。除一些特殊的刀具外,大多数刀具的形状都比较相似,主要由刀柄(刀把)、刀背、刀膛(刀身)、刀刃(刀锋)、刀跟、刀尖等部分组成(如图 1-1-1 所示)。烹饪刀具分类方法较多,一般有三种分法:第一是按刀的材质及制作工艺分为民间小火炉锻打的铁刀和现代机器压制的不锈钢刀(如图 1-1-2 所示);第二种是按刀的形状分为方头刀、圆头刀和圆尾刀(如图 1-1-3 所示);第三种是按刀的用途分为切刀、片刀、前切后斩刀、砍刀以及其他类刀。

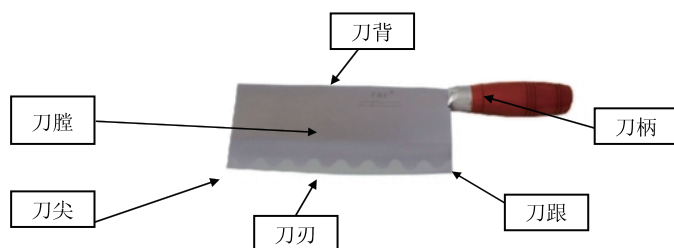


图 1-1-1



图 1-1-2



图 1-1-3

(一) 切刀

切刀的重量约 500~750 克,长约 20 cm,宽约 10 cm。刀脊稍厚,刀口较薄,刀刃锋利(如图 1-1-4 所示)。规格有大、中、小三种型号。



图 1-1-4

切刀广泛应用于动、植物原料的切片、丝、丁、条、块、粒等加工活动中。小型切刀也可以当片刀使用。

(二) 片刀

片刀重 500 克以下,长约 22 cm,宽约 8 cm。刀轻而体薄,刀刃锋利(如图 1-1-5 所示)。规格有大、中、小三种型号。



图 1-1-5

片刀主要适应于无骨类原料的批和切,以及脆嫩植物原料切片、丝的加工。这类刀不能切带骨和坚硬的原料。

(三) 前切后斩刀

前切后斩刀重约 750~1 000 克,长 20 cm 左右,宽 11 cm 左右。刀刃中前端近似切刀,刀刃的后端较厚近似于砍刀的前端(如图 1-1-6 所示)。它综合了切刀与砍刀的功能,运用范围较广,前面可以用来片、切,后面适用于斩、剁,但不能斩剁猪、羊等腿骨,只能斩剁小型带骨的原料,如鸡、鸭、鹅、鱼(1 000 克以下)等。规格有大、中、小三种型号。



图 1-1-6

(四) 砍刀

砍刀重 1 000 克以上,长约 18 cm,宽约 12 cm,刀身宽、刀刃不太锋利(如图 1-1-7 所

示)。主要用于加工带骨和质地坚硬的原料,如猪蹄、猪腿骨等。



图 1-1-7

(五) 其他类刀

1. 刮刀(如图 1-1-8 所示):主要用于鱼的除鳞,刮除肉皮上的污垢等。



图 1-1-8



图 1-1-9

2. 镊子刀(如图 1-1-9 所示):主要有两种用途,一头刀刃部位可用于削、剜、刮,另一头可用于夹猪毛、鹅毛、鸭毛、鸡毛等。

3. 专用烤鸭片刀(如图 1-1-10 所示):主要用于烤鸭、烤鹅的片制。



图 1-1-10

4. 剪刀(如图 1-1-11 所示):适用于剪干红椒、虾须、虾脚、虾头、湿粉丝、鸡肠、鸭肠、鹅肠、豆荚等。



图 1-1-11

5. 剔肉刀(如图 1-1-12 所示):刀身窄而长,刀刃锋利,主要用于分档取料中的剔肉。



图 1-1-12

6. 刨皮刀(如图 1-1-13 所示):主要用于刨土豆、山药、茨菇、萝卜、冬瓜、黄瓜等原料的外皮。

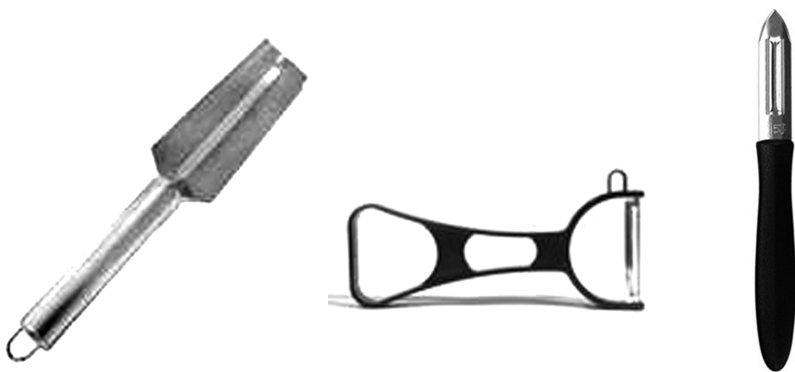


图 1-1-13

7. 出骨刀(如图 1-1-14 所示):主要用于鱼类的整料出骨。



图 1-1-14



图 1-1-15

8. 肉锤(如图 1-1-15 所示):主要用于各种肉排、肉泥、鱼茸等的制作。

五、常见刀具的品质鉴别及保养

(一) 常见刀具的品质鉴别

作为一个合格的烹饪工作者,在加工原料时都必须要有优良的刀具,才能发挥出自己的刀工技能,从而能保证菜肴的外形及质量。一般情况下刀具的优劣,应从以下两方面来鉴别。

第一,从刀具的外形看,好的刀具刀背和刀刃均无弯曲现象,刀身平直,无凹凸现象,刀刃无夹层(也叫夹灰),磨砺时无卷口。

第二,刀具用料的材质,主要是指制作刀具所用的钢材质量以及打制退火时火候是否恰当。通过敲打,听声音可以鉴别出刀具的优劣,同一种刀敲打后,发出的声音以清脆为佳,余音越长越好。

(二) 常见刀具的保养

刀具使用寿命的长短一般取决于以下两方面因素。

一方面是在操作中使用方法的正确与否。刀具在使用中,要爱护刀刃。各种刀具要根据其性能正确使用,不能乱用,如片刀不宜斩,切刀不宜砍。对于特殊刀具更要专刀专用,不能随便用于其他切配。在用双刀斩原料时,要注意抬刀的高度及方向,以免发生一把刀的刀刃斩到另一刀的刀背的现象。斩砍原料时如刀刃镶在较硬的原料中,一定不能将刀两面晃动,只能上下晃动,以免伤及刀刃。

另一方面就是刀具的保养是否得当。好刀具如保养不善,就会降低或失去其使用价值。为了延长刀具的使用寿命,刀具在保养时应做到以下几个方面。

1. 刀具使用后应及时用水将刀清洗干净,并用干布擦干刀两面的水分。用过的刀如长时间不用或遇到潮湿的季节,应在刀身两面涂上一层烹调油,以防止因生锈而失去光泽和锋利度。

2. 刀工操作完成后要将刀及菜墩周围清理干净,刀应放在菜墩的中央,刀刃朝前,刀背朝后(如图 1-1-16 所示)。切勿随意乱放(如图 1-1-17a、b、c 所示),这样放刀容易掉落,存在很大安全隐患。也不要将刀斩在菜墩上(如图 1-1-18a、b 所示),这样做会损伤刀尖和刀刃,也容易斩坏菜墩,有条件的酒店可以将刀放在刀架上或放在固定的位置。



图 1-1-16



图 1-1-17a



图 1-1-17b

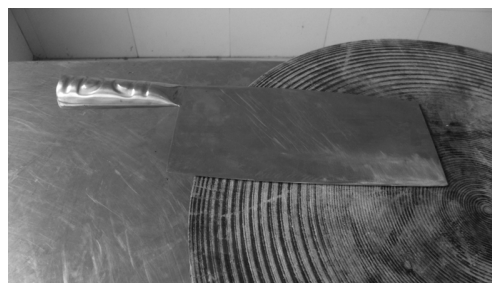


图 1-1-17c



图 1-1-18a



图 1-1-18b

3. 使用过的刀具如需带到较远地方,应仔细地将刀具用布包裹好,放入箱包中并固定好,防止刀刃在运输或携带过程中受损,也要防止刀刃碰坏其他物品,更要防止刀刃、刀尖碰伤自己或他人。

【典型示范】

认识常见刀具并熟知其规格及用途

设备及用具:

切刀、片刀、前切后斩刀、砍刀、刮刀、镊子刀、剪刀、剔肉刀、刨皮刀、出骨刀等各 1 把。

示范过程:

1. 先让学生把自己熟悉的刀具找出来并说明其用途。
2. 对一些不常见的刀具由教师分别告知其名称、型号及其用途。
3. 让每位学生到刀具前说出每种刀具的名称、用途及规格型号,如有学生说的不正确

再由其他学生或教师进行纠正。

注意事项：

1. 学生拿刀观察认知时一定要注意安全，刀绝对不准许对着人和物进行比画动作。
2. 学生拿刀要稳，动作要轻。
3. 学生拿刀不得随意走动，刀具更不要随意乱放。
4. 两刀不得随意碰撞与敲击。



任务评价

表 1-1 刀具认知评价表

项目	分数	指标				安全卫生	合计
		说出刀具的名称	说出刀具的型号	说出刀具的重量	说出刀具的用途		
标准分		30	15	15	30	10	100
小组评分							
自己评分							
教师评分							



练习实践

1. 刀是不是越重越好？
2. 切刀是否可以当片刀使用？为什么？
3. 切刀是否可以当砍刀使用？为什么？

任务二 磨刀



任务描述

磨刀就是将刀具放在磨刀石上磨锋利，不同用途的刀具所用的磨刀石的种类及磨刀的方法各不相同。刀的锋利程度直接影响到烹饪原料刀工成形的质量。



任务目标

1. 掌握磨刀的方法及其操作要领。
2. 熟知刀刃是否锋利的几种检验方法。
3. 学生将刀磨好为今后的刀法训练做好准备。



任务实施

【知识准备】

一、磨刀石的种类

通常将磨刀石分为天然磨刀石和人造磨刀石两大类。

1. 天然磨刀石。是由砂岩切割加工而成的。砂岩是一种沉积岩,是由石粒经过水冲蚀沉积于河床上,经千百年的堆积而成,主要成分包括石英 65%以上、黏土 10%左右、针铁砂 13%左右及其他物质 10%以上。这种砂岩经过人工开采出来,再雕凿成长方体就成了磨刀石。根据砂粒的粗细分为粗磨刀石和细磨刀石。粗磨刀石的主要成分是黄砂,颗粒较粗,质地较硬。细磨刀石的主要成分是青砂,颗粒细腻,质地细软,硬度适中。

2. 人造磨刀石(如图 1-2-1 所示)。是采用金刚砂、立方氮化硼磨料、刚玉、碳化硅等磨料和结合剂制成的。合成的人造磨刀石又称油石,也分为粗磨刀石和细磨刀石。也有将粗细磨刀石结合在一起的磨刀石,即一面是粗磨刀石,一面是细磨刀石(如图 1-2-2 所示)。

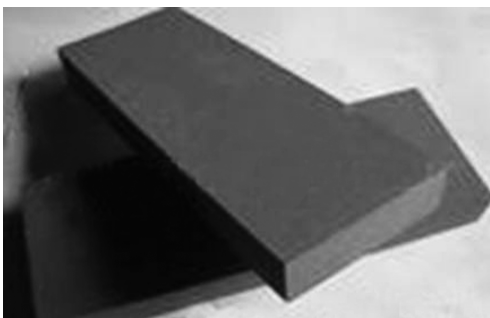


图 1-2-1



图 1-2-2

粗磨刀石由于质地粗糙较硬,适合于新刀开口或有缺损刀具的初步磨砺。细磨刀石由于质地细软,硬度适中,主要适用于打磨刀刃。

二、磨刀技术

为了保证菜肴成形质量,提高切配效率,就必须使用锋利的刀具,要使刀刃保持锋利,就必须经常磨刀。磨刀不仅要有好的磨刀石,更要掌握正确的磨刀方法。

(一) 磨刀前的准备工作

1. 准备与刀品种相适应的磨刀石一块,放在水中浸透。
2. 将磨刀石放在易于磨刀的工作台或长凳上,高度在 90 cm 左右。
3. 在磨刀石旁准备好一盆水(为了方便也可将磨刀位置放在靠近自来水的地方)。
4. 将刀面上的油污擦洗干净以免打滑。
5. 磨刀前再将刀检验一下,确定刀需磨砺的重点位置及磨刀方法。

（二）磨刀的方法

1. 两脚一前一后面对磨刀石站立,前腿略弯,后腿略绷直,胸部略向前倾,重心前移(如图 1-2-3 所示)。



图 1-2-3



图 1-2-4

2. 右手握住刀柄,左手握住刀背前端直角位置。将刀身端平,刀力朝外,以刀刃与刀身之间为支点,刀膛与磨刀石呈 3~5 度夹角(如图 1-2-4 所示)。

3. 将刀和磨刀石上淋些清水,两手用力向前平推至磨刀石前端,然后向后拉,如此反复磨砺。当磨出砂浆感觉发涩时,应及时淋水再继续磨砺。磨好一面后,再换手磨另一面。

（三）刀刃的检验

刀具是否磨好,一般有三种常见检验方法。

1. 将刀刃朝上放在眼前观察,如果刀刃看上去是一条笔直的黑线,就表明刀刃已锋利;如果是一条白线,就表明刀刃不锋利;如果有一段黑线和一段白线,则表明白线那段没有磨好,需要再磨。

2. 将大拇指分别放在刀刃前、中、后的部位上,轻轻一拉,如果全部都有涩感表明刀刃锋利;如果感觉光滑,表明刀刃没有磨好(不要顺着刀口拉,以免割伤手指)。

3. 将认为磨好的刀洗净,采用直刀法切生姜、胡萝卜等植物性原料,切时感觉阻力小,切出原料无毛口,表明刀已磨好。

（四）磨刀操作要领

1. 磨刀前一定要把磨刀石放在水中浸透。

2. 磨刀石要固定好,不能打滑。

3. 磨刀时用力要均匀一致,刀膛与磨石始终保持 3~5 度夹角,刀刃的前、中、后各部位都要均匀磨到,合格的刀具两面磨的次数基本相同。

4. 在磨制过程中应反复检查刀具磨砺的状况,并及时调整各部位磨砺次数,直到把刀磨好。

5. 刀不能干磨,更不能放在电动砂轮机上打磨(这样磨刀会退钢火)。

【视野拓展】**刀刃与力的关系**

刀具在没有磨好时能够看到刀刃处有一条白线,这条白线就是刀刃的锋口。白线越粗刀刃就越不锋利,不过随着刀刃用磨刀石不断磨砺,白线渐渐地会由粗变细,最后就看不到白线,而是变成一条黑线,这时我们一般就会认为刀刃是最锋利了。当刀刃锋利,刀具的厚薄适宜时,就很容易把原料分割开来。根据压力的计算公式:压力=力/受力面积,我们可以看出,当力用在刀刃上固定不变时,刀刃与烹饪原料接触的面积越小,产生的压力就越大,压力越大就越容易把烹饪原料切断,也就是说刀刃越锋利,切断原料就越省力。当然并不是说所有刀具都是越锋利越好,比如像砍刀,它主要是用来斩断带骨、带刺、冰冻的硬性原料,它就不能太锋利,太锋利反而会极易损伤刀刃而形成缺口,所以砍刀要厚重,刀刃要呈大尖劈角,这样才能有利于将原料砍断而又不伤刀;而切刀、片刀就要薄、轻,刀刃要很锋利,才能得心应手地将原料加工成各种形状。

【典型示范】**磨 切 刀****设备及用具:**

切刀 1 把、粗细两用磨刀石 1 块、抹布 1 块、清水 1 盆、长凳 1 条或案子 1 张。

示范过程:

1. 先将磨刀石放在水中浸透。
2. 将磨刀石放在长凳或案子上,粗磨石朝上。为防止打滑将抹布垫在磨刀石的下面,将一盆清水放在磨刀石旁边。
3. 面对磨刀石,两脚分开与肩同宽,或一前一后站立,前腿弯,后腿伸直。
4. 右手握住刀柄,左手握住刀背前端直角位置。
5. 将刀身端平,刀刃朝外,以刀刃与刀身之间为支点,刀膛与磨石呈 3~5 度角。
6. 两手用力向前将刀具平推至磨刀石前端,然后向后拉,如此反复磨砺,当磨出砂浆感觉发涩时,应及时淋水再继续磨砺。
7. 刀一面磨好后,再磨另一面。刀刃即将磨锋利时应再换细磨刀石磨。
8. 刀磨好后,将刀刃朝上迎着光亮,两眼俯视刀刃,刀刃上有一条黑线即可。也可以将拇指放在刀刃上横向轻拉,如有涩感就表示锋利了,如出现打滑就表示未磨好。
9. 刀磨好后用水将刀具、磨刀石、抹布、案板、地面清洗干净。

注意事项:

1. 磨刀前要把自己的刀具检查一下,如果是新刀要看有无明显质量问题,有问题应想法调换。
2. 磨刀前准备工作要充分。
3. 一定注意磨刀时刀膛与磨刀石的角度保持在 3~5 度,切不可忽高忽低。
4. 前推或后拉,用力讲究平稳,均匀一致。
5. 磨刀或验刀要注意安全,不要碰伤自己或他人。
6. 磨刀时刀的前、中、后各部位磨的次数要差不多,不然会出现中间高两头低(罗汉

肚)、两头高中间凹(月牙口)、刀刃不在一条直线(偏锋)等现象。

7. 用粗磨刀石磨出刀锋后一定要及时换细磨刀石磨,不然会出现毛口(卷口)。



任务评价

表 1-2 磨刀训练评价表

项目	分数	指标					
		磨刀手法 站立姿势	左右手配合 的协调性	运行方向 及力度	刀刃的形状 及锋利度	安全	合计
标准分		15	15	20	40	10	100
小组评分							
自己评分							
教师评分							



练习实践

1. 在磨刀中要注意哪些事项?
2. 磨刀时可以不用水磨吗?为什么?
3. 磨刀时为什么要先用粗磨刀石磨,后用细磨刀石磨?

任务三 砧板与其他设备的使用方法



任务描述

在烹饪原料的初步加工中能否熟练掌握砧板与其他设备的使用方法对烹饪原料加工成形的质量都会起到重要作用。所以初学者要认真学习,特别是用来加工烹饪原料的机器设备,如绞肉机、切片机、刨肉机等,一定要正确掌握他们的操作方法,特别是要牢记有关安全操作方面的注意事项,不能有半点马虎。



任务目标

1. 熟知砧板的使用与保养方法。
2. 正确掌握用来加工烹饪原料的机器设备的操作方法。
3. 牢记各种设备操作过程中应注意的事项。



任务实施

【知识准备】

一、砧板

砧板又称斩墩、墩子、菜墩子等,是指用刀对烹饪原料加工时的垫衬工具,砧板品质的优劣关系到烹饪原料加工成形的质量。

(一) 砧板的选择

砧板材质常见的有木质、竹子和塑料三种,形状主要有圆形和方形两种(如图 1-3-1、1-3-2 所示)。砧板以木质为好,一般选择柳木、银杏木、榆木、铁木等。做砧板的树木要无异味,木质不要太硬或太软,不要用死树木做砧板,要用活树木。银杏木砧板最好,其木质细腻,不伤刀又不易起屑,通透性好,不易腐烂,不易生霉,虫又不蛀。砧板以直径约 40 cm,高约 22 cm 为宜。

(二) 砧板的使用

砧板在使用时应经常变换使用位置,以保持墩面平整,否则墩面就会凹凸不平,刀工成形就不能达到要求。菜墩上不能有油污或水迹,防止原料滑动,导致伤人,同时还会影响饮食卫生。



图 1-3-1a



图 1-3-1b



图 1-3-1c



图 1-3-2

（三）砧板的保养

有不少砧板的实际使用寿命都很短,究其原因多数是保养不善造成的。砧板的保养应注意以下几点。

1. 新的木质砧板在使用前,一定要用盐水浸泡一天,再放在盐水中煮透,使木质收缩,避免砧板干裂变形。
2. 如砧板出现凹凸不平,应及时刨平,以免砧板表面受力不均而出现开裂现象。
3. 砧板每次用过后,要用水清洗干净,坚决杜绝在烈日下暴晒,以免干裂。
4. 砧板周围和底部要经常保持清洁,含水量也不能过大,防止生虫、生霉和腐烂变质。

二、其他常用设备及用途

（一）不锈钢工作台

用来放置砧板、原料等物品。(如图 1-3-3 所示)

（二）不锈钢水池

主要用来清洗烹饪原料、厨具、餐具等,也可直接用来加工水产品等鲜活原料。(如图 1-3-4 所示)



图 1-3-3



图 1-3-4

（三）冷藏柜

用来储藏鲜活烹饪原料或经初步熟处理的原料。(如图 1-3-5 所示)



图 1-3-5

(四) 绞肉机

主要用来将动、植物性原料加工成茸、泥、糊等形态。(如图 1-3-6 所示)

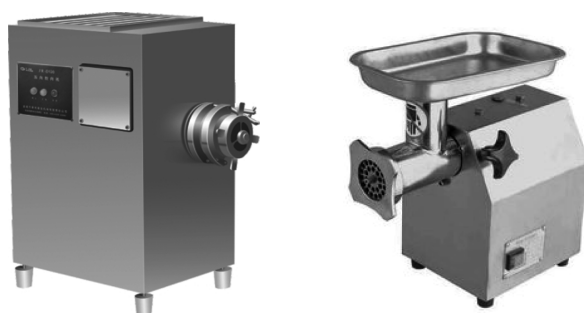


图 1-3-6

(五) 切片、切丝机

将烹饪原料加工成片、丝状。切片、切丝机包括肉丝、肉片机(如图 1-3-7 所示)和植物原料切片机(如图 1-3-8 所示)。



图 1-3-7



图 1-3-8

（六）刨肉机

将羊肉、牛肉、猪肉等动物性原料经冷冻后，用刨刀将肉刨成薄片，最适宜火锅店使用。（如图 1-3-9 所示）



图 1-3-9

【典型示范】

绞制肉糊

设备及用具：

绞肉机、80 cm 高的操作台、菜墩、切刀、盆、抹布。

原料：

猪肉 3 000 克，生姜 150 克，葱 150 克。

成形规格：

糊状。

示范过程：

1. 将猪肉、葱和姜分别整理清洗干净。
2. 把清洗干净的猪肉皮朝下放在菜墩上，用刀将肉皮取下（生肉皮不能放入绞肉机绞，如必须用，可以煮熟后再绞）。
3. 将净肉切成截面呈 1.5 cm 见方的长条状肉块。
4. 检查绞肉机各部件是否完好，把绞肉机内部和有关部件用温热水清洗干净，按程序装配好。
5. 连接电源，电机如运转正常，再把切好的肉放入绞制。投放肉块要适量，不要放得太多，必要时可用专用木棒轻轻压送。
6. 肉绞完后再放入葱姜绞，绞完后立即关闭电源，把绞肉机的有关部件拆下，用竹片轻刮残留肉末，再用温热水将绞肉机里外清洗干净，并用抹布擦干。

注意事项：

1. 绞肉前后都一定要用温热水认真清洗绞肉机的有关部件，确保卫生。
2. 一定要把肉中的骨头剔除干净，避免损坏绞肉机。
3. 肉块不能切的过大，往绞肉机中添加时不能过多，更不能金属物或其他木棒施以重压。

4. 如绞肉机在运转中电机有嗡嗡声,刀片可能被卡住,这时应立即停机检查,看看网板、刀片放置是否适当。如自己找不出原因,一定要找专业人员修理,不得随便开动机器。

5. 绞肉机若从网孔挤出不规则肉末状,则应更换刀片,不容许硬砸螺母,而使其强行工作。



任务评价

表 1-3 烹饪原料机器加工成形操作训练评价表

项目	指标	准备工作 (原料整理、 清洗改刀等)	操作规程	成品质量	卫生	安全	合计
	分数						
标准分		15	10	50	10	15	100
小组评分							
自己评分							
教师评分							



练习实践

冷冻的动物性原料可以放在绞肉机中加工吗?为什么?