

涓 杓漢兼姘緇 - 涓 涑鏃 工 逢 鑑 伴 杓 鏃 朵 簏 - 鍏 儿 棉 錦 序 汉 緇 惧 施 洪 中 侯 厨房中各种调味料的作用

美食

浣涓

鎼 賤 緇 浜 庸 緇 2006/12/25 17:47

(一) 液体味料

酱油：可使菜肴入味，更能增加食物的色泽。适合红烧及制作卤味。

蚝油：蚝油本身很咸，可以糖稍微中和其咸度。

沙拉油：常见的烹调用油，亦可用于烹制糕点。

麻油（香油）：菜肴起锅前淋上，可增香味。腌制食物时，亦可加入以增添香味。

米酒：烹调鱼、肉类时添加少许的酒，可去腥味。

辣椒酱：红辣椒磨成的酱，呈赤红色黏稠状，又称辣酱。可增添辣味，并增加菜肴色泽。

甜面酱：本身味咸。用油以小火炒过可去酱酸味。亦可用水调稀，并加少许糖调味，风味更佳。

辣豆瓣酱：以豆瓣酱调味之菜肴，无需加入太多酱油，以免成品过咸。以油爆过色泽及味道较好。

芝麻酱：本身较干。可以冷水或冷高汤调稀。

蕃茄酱：常用于茄汁、糖醋等菜肴，并可增加菜肴色泽。

醋：乌醋不宜久煮，于起锅前加入即可，以免香味散去。白醋略煮可使酸味较淡。

鲍鱼酱：采用天然鲍鱼精浓缩制造而成，适用于：煎、煮、炒、炸、卤等等

XO酱：大部份主要是由诸多海鲜精华浓缩而成，适用于各项海鲜料理。

(二) 固体味料

盐（低钠盐）：烹调时最重要的味料。其渗透力强，适合腌制食物，但需注意腌制时间与量。

糖：红烧及卤菜中加入少许糖，可增添菜肴风味及色泽。

味精：可增添食物之鲜味。尤其加入汤类共煮最适合。

发粉：加入面糊中，可增加成品之膨胀感。

面粉：分为高、中、低筋三种。制作面糊时以中筋面粉为区。用于沾粉油炸时则具著色功能。

甘薯粉：多用于油炸物之沾粉。亦可作为芡粉。

生粉：为芡粉之一种，使用时先使其溶于水再勾芡，可使汤汁浓稠。此外，用于油炸物的沾粉时可增加脆感。用于上浆时，则可使食物保持滑嫩。

小苏打粉：以适量小苏打腌浸肉类，可使肉质较松滑嫩。

豆豉：干豆豉用前以水泡软，再切碎使用。湿豆豉只要洗净即可使用。

(三) 辛香料

葱：常用于爆香、去腥。

姜：可去腥、除臭，并提高菜肴风味。

辣椒：可使菜肴增加辣味，并使菜肴色彩鲜艳。

蒜头：常用之爆香料，可搭配菜色切片或切碎。

花椒：亦称川椒，常用来红烧及卤。花椒粒炒香後磨成的粉末即为花椒粉，若加入炒黄的盐则成为花椒盐，常用于油炸食物沾食之用。

胡椒：辛辣中带有芳香，可去腥及增添香味。白胡椒较温和，黑胡椒味则较重。

八角：又称大茴香，常用于红烧及卤。香气极浓，宜酌量使用。

干辣椒：可去腻、膻味。将籽去除，以油爆炒时，需注意火候，不宜炒焦。

红葱头：可增香。切碎爆香时，应注意火候，若炒得过焦，则会有苦味。

五香粉：五香粉包含桂皮、大茴香、花椒、丁香、甘香、陈皮等香料，味浓，宜酌量使用。

鱼露：鱼露除咸味外，还带有鱼类的鲜味。故潮州菜烹制菜肴，厨师多喜欢用鱼露，而不用食盐。鱼露于清代中叶始创于澄海县。制作的主要原料大多为公鱼和食盐。先将公鱼拌入食盐腌制，经一年以上时间至公鱼腐化，再加进盐水进行水浴保温约15天便成鲑，再经过一个星期浸渍，滤去渣质便成色呈猪红色的味道鲜美香醇的鱼露。