

2015 No.09

[烹调知识·名厨]

COOKING KNOWLEDGE
中国烹饪协会名厨委员会会刊

总第501期
ISSN 1004-5783
CN 14-1087/TS

Greatchef

FEATURE 专题

FROM 0-100%
食物生熟度的
N种精彩



厨师娱乐休闲方式大调查
味道可的相爱相杀
一人食，食物与自我的专属亲密

SPECIAL REPORT 特号

外卖叫卖大卖
如何成全一家高品质
餐饮外卖?

COVER 封面人物

Rob
CUNNINGHAM
单车主厨
漫游记

RMB: 30元

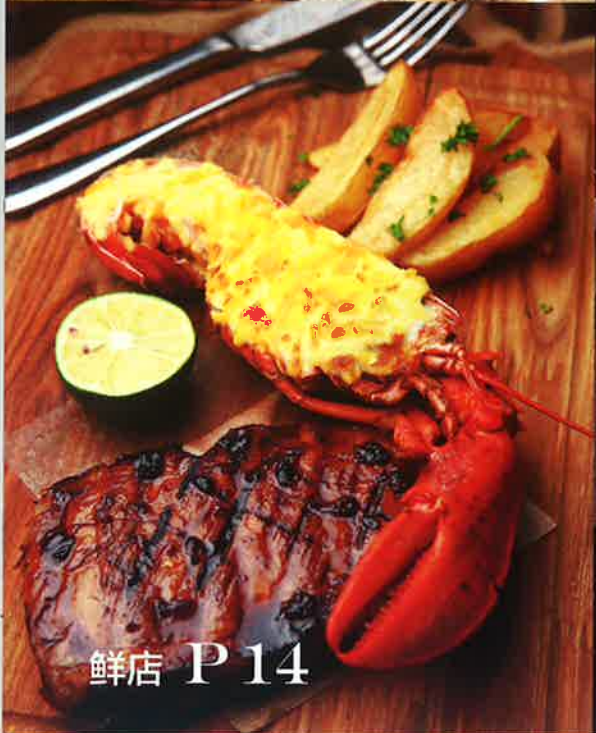
ISSN 1004-5783



9 771004 578154

www.greatchef.com.cn

味



鲜店 P14



专题 P48

CONTENTS 目录

玩味

- P06 日历
- P07 食集
醋 = 酸葡萄酒?
- P08 究竟
味道间的相爱相杀
- P10 跨界
每日被“偷”走
> 十份的餐厅菜单
- P12 新锐
江文字 Sanji,

料理是能让人感到幸福的东西

鲜店

知味

- P18 发声
重庆小面, 缺一名“带头大哥”?
- P20 卖座
Alfie's Beijing,
在北京爱上伦敦

特号

外卖 叫卖 大卖
如何成全一家高品质餐饮外卖

人物

苏松府 80 后创业铁三角

数据

厨师娱乐休闲方式大调查,
今天你玩了吗?

团队肖像

北京万豪酒店,
最强 10 人厨房团队

食物生熟
FROM
0-100%

厨



主厨

The chef

法籍主厨说： 选择食材及最合适的 烹饪方式是一门艺术

David Chauveau
上海外滩三号
POP 美式餐厅主厨

POP 餐厅菜品由法籍主厨 David Chauveau 亲自设计。在欧洲、美国、与亚洲拥有 20 多年餐饮经验的他经常为宾客献上美国经典美食、烧烤肉类与海鲜菜品。

Executive chef said

“对于我来讲食材分为三个阶段：生食，烹饪过的食材，烹饪过度的食材。几分熟的概念只适用在肉类上，例如牛排，羊排等。”

POP
David Chauveau
Executive Chef

David Chaureau 主厨观点

1. 选择食材和对应它的烹饪方式是一门艺术，需要对食材本身的特性十分的了解，一般来说生吃的食材很大程度上会保留食材的原始口感和食材本身的营养成分。生食所含的水分一定相对与熟食要高。但是同样地相较于食用熟食，食用生食的潜在细菌感染率也会相对较高。所以在食材的选择上坚持选用最新鲜的优质食材来减低病菌的出现。同时我们尽量避免把生食和熟食的肉类混淆，这样可以最大程度地减少细菌的交叉感染。

2. 其次就是要注意在同时要缩短食材在运输和制作过程中的时间来维持食材的最鲜活的口感。比如生蚝，我们一定会选取新鲜运至的生蚝，当场现开启，新鲜食用。比如牛肉，我们会尽量选择当天新鲜的牛肉减少在运输和储存过程中的时间，选择牛肉的时候一定是选择鲜红的牛肉。

3. 举例：我们在进生蚝的时候一定选择紧闭的生蚝，而丢弃打开的生蚝，因为生蚝打开了也就是不新鲜的生蚝。食用生蚝最好是现开生蚝，这样的生蚝含最多的水分，原汁原味，带有海的味道。随后人们食用生蚝的时候用柠檬和醋，起初也不是为了口感的改善而是为了杀菌的需要。

4. 再后来人们发现用各种食材和生蚝融合能创造出一种新的感受。例如我们的焙烤洛克菲勒生蚝。用多种香料和黄油混合带给生蚝与众不同的浓郁口感。

5. 不同的顾客偏爱不同的口感，喜欢食材本身希望感受食材原始口感的顾客会偏向于生食的选择，当然就如刚才说过有细菌的几率也会高于熟食。也有顾客会偏向于熟食，喜欢经过烹饪后赋予食材的其它味道以及这种不同混合味道所构成的美妙变化和带来的全新感受。



推荐 1 道包含多种不同成熟度的食材菜品

芦笋，豆薯，甘薯色拉

我们用生芦笋，同时我们也用经过少许烹饪后的芦笋相混搭，甘薯也是经过烹饪的。如果只有用这些没有烹饪生吃的食材或者是只是用烹饪过的食材，口感会很单一。把生和熟的食材混合搭配能增加这道美食的口感层次，即使同一种食材比如芦笋，生食和熟食的搭配，口感的不同，使得这道菜妙趣横生。



推荐 1 道生食菜品

现开生蚝

Gillardeau oyster n*2, 3/6 pieces 吉拉多 2 号生蚝 3/6 只

Broiled Rockefeller oysters, 3/6 pieces 焙烤洛克菲勒生蚝 3/6 只