第一图书网, tushu007.com

<<中式烹调师>>

图书基本信息

书名：<<中式烹调师>>

13位ISBN编号：9787536432833

10位ISBN编号：7536432836

出版时间：2008-4

出版时间：四川科技出版社

作者：四川职业鉴定中心

页数：269

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

前言

我们热忱地向川菜烹饪界的朋友们献上这本《中式烹调师（川菜）》。
中国四大菜系之一的川菜，是饮食文化园中璀灿的奇葩，芬芳中华，香逸全球。
古往今来，是川菜烹调师们的辛勤汗水，孕育浇灌出了川菜这朵奇葩。
没有无数川菜烹调师创造性的劳动，就没有驰名中外的川菜，就没有悠悠历史的川菜文化。
当前，在社会主义市场经济发展的新形势下，培训烹调师的职业技能，提高就业能力和工作能力，培养造就一支道德素质良好，技艺精湛的数以万计的中式（川菜）烹调师大军，是继承发展和宏扬创新川菜文化的必由之路。
大力开展职业技能培训，实施职业技能鉴定是造就这样一支劳动大军的根本途径。
编写烹调师职业技能培训和鉴定教材，并据以规范烹调师培训教学和建立科学的考核试题库，是一项紧迫的工作。
于是，在这样的背景下，《中式烹调师（川菜）》一书问世了。
它：　——适应市场经济对发展川菜文化的要求；　——适应规范川菜烹调师职业技能培训市场的需求；　——适应规范烹调师职业技能鉴定的需求；　——适应众多职业技能培训实体、鉴定实体和广大求学者、应试者的需求。
与过去使用的各种版本川菜培训图书相比，这是一本全新面貌的书。
它完全依据中华人民共和国劳动和社会保障部制定的国家职业标准《中式烹调师》对中式烹调师的应知应会考核要求，以及教学课时的节奏来编排章节内容，同时又突出川菜的特色。
在编写中，考虑到当前川菜培训教与学的实际，尽可能把握教学的系统性和实用性，取历年川菜培训教材之长，合培训与鉴定教材为一体，采用“积木型”体例，力求语言朴素、通俗，从而具有浓厚的四川色彩和教学特点。
由于部颁的职业技能标准与职业技能规范中，对各级烹调师的要求有许多相同、相关或联系紧密的内容，因此本书对于高级烹调师应知应会的生物、化学、营养卫生、美学等知识，以及高档干料涨发、食品雕刻等等更高的操作技能考核要求，我们在每章后的复习思考题中用+号标注表示。
各级川菜培训班可以依据大纲中对各级烹调师不同的要求来选用相应的内容进行教学。
在本书的编写过程中，得到了各级烹饪协会，许多川菜前辈和新秀，以及烹饪管理与教学、培训单位的热情支持、大力帮助，或参加撰写章节，或提供文字、图片，或推荐较受欢迎的川菜培训教学图书资料，或审阅书稿提出宝贵而中肯的意见，使本书得以编撰和多次增删修改，终于成书。
在此，编者要向所有倾注了热情和劳动的同行们、朋友们致以衷心的感谢！
由于川菜源远流长，烹调技艺长期口授手传，不同的地区不同的师承都各有自己的特色，若干理论和实际操作方法，乃至川菜称谓术语、行业习惯等等，迄今尚无一致的规范；更由于编写时间短促，作者们的经验与水平有限，这本书肯定还有这样那样的问题或缺陷。
但它毕竟是按新标准、新规范、新体例编写的第一本川菜烹调师教材，只有在教学使用中，不断实践，不断修订完善，不断统一规范。
相信在大家的帮助、批评和充实中，它将能植根于巴蜀土壤，最终花红叶茂。
深深感谢过去、现在和将来关心、支持、爱护这本书的朋友们！

第一图书网, tushu007.com

内容概要

在社会主义市场经济发展的新形势下，培训烹调师的职业技能，提高就业能力和工作能力，培养造就一支道德素质良好、技艺精湛的数以万计的中式（川菜）烹调师大军，是继承发展和弘扬创新川菜文化的必由之路。

本书完全依据中华人民共和国劳动与社会保障部颁发《中式烹调师》职业技能标准，对中式烹调师的应知应会考核要求，来编排章节内容，系统介绍川菜烹调发展概况，川菜烹调原料的种类、品质检验和保管、原料的初加工和精加工、干料涨发、刀工成型、烹调基本技术、川菜中热菜的常用味型和烹制方法、凉菜的常用味型与烹制方法、装盘拼摆、宴席设计，以及中式烹调师应知的营养卫生知识、饮食成本核算、厨房工具设备和安全生产知识。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

第一章 概论第二章 营养与卫生知识第三章 川菜烹调原料第四章 干料涨发第五章 原料的初加工第六章 刀工与原料成型第七章 原料的精加工第八章 烹调基础技术第九章 调味第十章 热菜烹调第十一章 凉菜烹调第十二章 川菜宴席第十三章 饮食成本核算第十四章 厨房设备及工具附录：国家职业标准《中式烹调师》

章节摘录

第二章 营养与卫生知识　　饮食的营养与卫生是从营养学和卫生学的角度来研究食品营养成份，按照人体的需要调配饮食，通过合理而卫生的烹调，维护人体健康。

各级烹调师都必须学习和掌握有关营养卫生一般理论和基础知识，并在实际操作中灵活运用，努力提高菜肴的食用价值，自觉贯彻国家有关饮食卫生规定，使菜肴不仅色、香、味、形俱佳，而且符合营养原则，达到卫生标准。

第一节食物中的营养素　　营养是人们摄取食物中的养分维持自身生长发育和更新组织的生理过程。食物内所含的能供给人体营养的有效成份，称为营养素。

营养素具有构成人体器官组织材料、促进生长发育、供给人体活动的能量、调节生理机能以维护身体健康的功能。

人体所需要的营养素主要有蛋白质、脂肪、碳水化合物、矿物质、维生素和水。

一、蛋白质　　蛋白质是复杂的有机化合物，是生命的基础，人的身体器官中大约有18%是蛋白质。

蛋白质由二十多种氨基酸组成，分为两大类：　　一类叫必须氨基酸：亮氨酸、异亮氨酸、赖氨酸、蛋氨酸、苯丙氨酸、苏氨酸、色氨酸、缬氨酸等八种，是人体自身不能合成或合成速度远不适应机体需要，而必须从每天的食物中供给的氨基酸。

含有全部必须氨基酸的蛋白质又称为完全蛋白质，其营养价值较高，主要存在于肉蛋乳等动物性食物中。

另一类是非必须氨基酸，人体能够自己从食物中其它养料转化合成。

缺少一种或几种必须氨基酸的蛋白质，称为不完全蛋白质，营养价值较低，主要存在于植物性食物中。

蛋白质的主要功用有：　　（1）构造人的机体、修补器官组织损伤。

蛋白质是生命的基础，是细胞的重要成份，也是人体各种器官和组织的基本成份。

人体的肌肉、血液、皮肤、毛发都含有蛋白质。

此外，人体的发育和抵抗疾病也都需要有蛋白质来修补组织。

（2）调节生理功能。

如维持身体内的血液、水份等酸碱平衡，这是因为调节生理机能和新陈代谢的激素都来自蛋白质

（3）供给人体活动的能量。

由于蛋白质在人体内能与血液中输送的氧化合放出热能（每克蛋白质产生约18.2千焦耳热），因此当人体内主要供给热量的碳水化合物供应不足时。

第一图书网, tushu007.com

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