|  |  |
| --- | --- |
| ICS | 67.020 |
| CCS | |  | | --- | |  |   X 10 |

团体标准

T/XXX XXX—2023

潮菜 烹饪技法

（征求意见稿）

XXXXXXXXX  发布

2023 - XX - XX发布

2023 - XX - XX实施

目次

[前言 II](#_Toc138841099)

[1 范围 1](#_Toc138841100)

[2 规范性引用文件 1](#_Toc138841101)

[3 术语和定义 1](#_Toc138841102)

[4 焗 4](#_Toc138841109)

[5 煀 5](#_Toc138841110)

[6 糕烧 6](#_Toc138841111)

[7 煠 6](#_Toc138841112)

[8 煮 7](#_Toc138841113)

[9 烩 8](#_Toc138841114)

[10 炸 9](#_Toc138841115)

[11 煎 10](#_Toc138841116)

[12炊（蒸） 10](#_Toc138841117)

[13 焖（炆） 11](#_Toc138841118)

[14 卤 12](#_Toc138841119)

[15 油泡 13](#_Toc138841120)

1. 前言

本文件按照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由 提出。

本文件由 归口。

本文件起草单位：

本文件主要起草人：

潮菜 烹饪技法

* 1. 范围

本文件规定了烹饪技法的术语和定义以及焗、煀、糕烧等十二种烹饪技法的操作规程。

本文件适用于潮菜烹饪技法的操作执行。

* 1. 规范性引用文件

本文件没有规范性引用文件。

* 1. 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

焗

焗是一种烹调方法，是以汤汁与蒸气或盐或热的气体为导热媒介，将经腌制的物料或半成品加热至熟而成菜的烹调方法。

砂锅焗

砂锅焗是主料经腌制后放进砂锅中，再加入料头、味料和少量汤水，盖上锅盖用猛火烧滚后转用慢火焗制至熟的烹调方法。砂锅焗菜式气味芳香、原汁原味。代表菜品“豆酱焗鸡”。

鼎上焗

鼎上焗是指原料经过腌制拉油或炊熟后，再放进鼎里调味焗制成菜的一种烹调方法。鼎上焗用拉油、炊制进行熟处理，有利于菜肴的造型。菜品特点：软嫩，滋味较浓。代表菜品“干焗虾筒”。

烤炉焗

烤炉焗是将经腌制或酿制、调味后的原料，放入焗炉中焗熟而成菜的一种烹调方法。焗制的菜肴干香嫩爽。代表菜品“焗袈裟鱼”。

盐焗

盐焗是将腌制的原料，用纱纸包裹，埋入灼热的粗盐中焗制至熟的烹调方法。由于盐焗菜肴保持原味，具有外香脆里嫩滑的特点，成为潮菜的特殊风味菜。代表菜品“东江盐焗鸡”。

煀

煀是将经过煎、炸后的主料与香料料头(煀料)一起，以水为传热介质，用中火加热煀制，使之熟透成菜的烹调方法。

炸煀

炸煀是指原料经腌制上色和炸制后，加配料、味料、汤水进行煀制至熟，最后淋回原汁或糊汁而成菜的烹调方法。代表菜品“梅子猪脚”。

* + 1. 煎煀

煎煀是指主料经过腌制之后，先放入热鼎中煎，然后加煀料、调料、汤水煀至熟透的方法。代表菜品“煀活河鲤”。

糕烧

糕烧是潮汕传统的特色烹调方法，是指原料经过腌制、焯水或拉油之后，放进浓度较高的糖浆中用慢火熬至原料软滑、汤汁胶粘成菜的一种烹调方法。糕烧外表粘上糖胶，色泽鲜艳，表甜里香。代表菜品“糕烧芋泥”、“糕烧番薯”、“糕烧栗子”等。

煠

煠，也称白煠，是潮菜传统特色的烹调方法，指将初步加工后的原料整个（或大件）的生料完整地放入足量汤水中，用不同的加热时间、加热方法进行加热至熟的烹饪方法。成品突出潮菜鲜明的地方性和乡土风味。

浸煠

浸煠直接用清水（不添加任何调料）或汤（适当加盐）加热浸熟的烹调方法，如煠鸡、煠鸭、煠鹅、煠肉、煠蛋、煠虾、煠鱼饭等。这类成品统称“熟烧”，具有保持原味物性和原料的自然色泽，并具有汁多含浆、鲜嫩脆滑的风味特点，是表现乡土风味的独特烹饪技法。

滚煠

滚煠是直接用清水（不添加任何调料）或汤（适当加盐）加热滚熟的烹调方法，如煠粽等。质感口味要求软烂(或绵糯)、肥浓、醇香的，需要用“滚”的方法来完成。浸是降温的，滚是保持100℃的状态，这就是潮菜工夫微妙之处。

煮

煮是一种古老的烹调技法，是指将原料直接或经初步熟处理的半成品放在入足量汤水中，先用猛火烧开，再转中火或慢火加热至熟、调味而成汤菜合一的烹调方法。

白煮

白煮是指用清水烧开后放入原料并调味再转中火或慢火加热至熟成菜。

汤煮

汤煮是指用上汤烧开后放入原料并调味再转中火或慢火加热至熟成菜。

烩

烩是一种古老的烹调技法，烩法是将经过初步熟处理的主、副料投入调好味的汤中加热，在汤微沸时勾芡推匀，制成香鲜柔滑羹汤的烹调方法。是汤菜中唯一需要勾芡的烹调技法。烩对汤的要求较高，要用上汤作汤底，汤鲜醇滑。

炸

炸是以油为导热介质，把经过初加工或预制的原料，放入热油中加热至物料酥脆成菜的烹调方法。它是潮菜烹调方法中的一个重要技法，也是许多技法的基础。

煎

煎是将原料放入有少量油的热锅中，利用金属和油传热，把原料两面翻煎至呈金黄色，再调入味料或加入汤水、勾芡成菜的烹调方法。

炊（蒸）

蒸是将生料或经加工后的半成品，盛于器皿中，调味或加汤水，然后放入蒸笼中，以蒸汽为导热介质加热至熟成菜的一种烹调方法。

焖（炆）

焖以汤汁为主要传热媒介，它是将经过煎或炸、拉油、蒸的物料，加入配料、调味品及汤之后，加盖，加热至将要收汁时勾芡成菜的烹调方法。广州一带亦称“炆”。

卤

卤指的是将经加工后的原料放进卤水中加热使其吸收香味并加热至熟或焾而成菜的烹调方法。

油泡

油泡是以油为主要传热介质，把切配的原料，经泡油后放入锅中迅速翻炒、调味、勾芡成菜的烹调方法。

* 1. 焗
     1. 工艺流程

焗技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料刀工处理；
2. 腌制；
3. 部分原料初步熟处理；
4. 根据采用的焗制方法，加入辅料与汤汁或包装，焗制；
5. 刀工处理、装盘；
6. 加原汤汁与味料后上席。
   * 1. 工艺要领

焗技法的工艺要领包括以下两点：

1. 多使用动物性原料，尤以禽类为多；
2. 为除异味，增香味，原料在焗制之前，都必须用调味料腌制，腌制时间根据原料特点及菜肴的质量要求而定。
   * 1. 分类
        1. 砂锅焗
           1. 工艺流程

砂锅焗的工艺流程包括以下四步：

1. 腌制主料，根据原料特性腌制，目的是除韧、入味、增香；
2. 准备砂锅，铺挚辅料；
3. 放进主料，加入少许汤汁加热焗制；
4. 滗出原汁，主料上碟摆砌后淋原汁。
   * + - 1. 操作要领

砂锅焗的操作要领包括以下三点：

1. 定味，砂锅焗的调味属于加热前调味，主料腌制要准确；
2. 应根据原料的量来选择砂锅的大小，一般不宜过小；
3. 焗制过程中间应翻转主料，使其受热均匀。
   * + 1. 鼎上焗
          1. 工艺流程

鼎上焗的工艺流程包括以下四步：

1. 腌制主料；
2. 处理副料；
3. 主料初步熟处理；
4. 用汤汁或味汁焗制。
   * + - 1. 操作要领

预先腌制主料，焗制时应用慢火，不宜过多翻动，要加盖。

* + - 1. 烤炉焗
         1. 工艺流程

烤炉焗的工艺流程包括以下四步：

1. 腌制主料或烹熟主料；
2. 调节炉温；
3. 入炉焗制；
4. 上碟造型，配佐料上席。
   * + - 1. 操作要领

烤炉焗的操作要领包括以下两点：

1. 烤炉焗的调味主要采用加热前调味，可以辅助加热中调味；
2. 根据原料大小、质地，恰当掌握焗制的时间长短和温度高低。
   * + 1. 盐焗
          1. 工艺流程

盐焗的工艺流程包括以下五步：

1. 腌制主料；
2. 加热盐粒。让盐粒储热，常用方法是将盐粒放在鼎内，用猛火炒热；
3. 包裹主料。用涂油的纱纸将主料包裹好。将腌制的生料包上3层纱纸，第1、2两层要涂抹猪油；
4. 焗制。将包好的生料埋在热盐中焗至熟；
5. 取出熟料。拆开纱纸，取出熟料，斩件上碟，配佐料上席。
   * + - 1. 操作要领

盐焗的操作要领包括以下四点：

1. 主料应预先腌制入味；
2. 盐量应足够，加热盐粒时，要达到灼热程度；
3. 微火补充热能或加盖减少热量散失；
4. 掌握好焗制时间。
   1. 煀
      1. 工艺流程

煀技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料刀工处理；
2. 主料着色腌制；
3. 主料煎制或炸制（煎、炸技法工艺见章10、11）；
4. 处理煀料，准备味料；
5. 将主料、煀料、味料按烹制要求依次放入鼎或砂锅中，再加汤水；
6. 盖严后猛火烧滚，中火烧至熟透；
7. 斩件，装盘；
8. 将汤汁收浓或勾芡后淋于熟料上。
   * 1. 工艺要领

煀技法的工艺要领包括以下四点：

1. 煀制的主料，一般为动物性原料，尤以禽畜料占多数。
2. 由于煀制菜肴特点是浓醇甘香，因此要做好腌制上色，使菜肴经煎、炸之后，既能呈金黄或褐红色，又能馨香溢出；
3. 煀料中的香菇、姜、葱、笋花以及蒜头，一般都需炒香。
4. 煀前加入汤水的量要适当，煀制过程不宜加汤，故应一次加足。
   * 1. 分类
        1. 炸煀
           1. 工艺流程

炸煀的工艺流程包括以下四步：

1. 整理加工料头（香料）；
2. 主料炸制或泡油，使增香，上色；
3. 主、辅料及料头同锅内爆香；
4. 加汤水、调料煀制，可选用鼎上煀或砂锅煀。
   * + - 1. 操作要领

炸煀的操作要领包括以下三点：

1. 应合理选配辅料和料头；
2. 应控制下汤量和火候；
3. 根据汤汁浓稠度决定是否勾芡。
   * + 1. 煎煀
          1. 工艺流程

煎煀的工艺流程包括以下四步：

1. 整理加工料头（香料）；
2. 主料涂酱油煎制，使增香，上色；
3. 将汤水、辅料、主料、调料放入锅内，用中小火加热至主料软熟；
4. 主料上碟，原汁勾芡淋上。
   * + - 1. 操作要领

合理选配辅料和料头，煎制时要热油中火，增香上色。

* 1. 糕烧
     1. 工艺流程

糕烧技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料初步熟处理；
2. 以油炸为主；
3. 糖渍（把原料埋在白沙糖中，待糖化水后浸渍原料）；
4. 制糖浆；
5. 加料；
6. 烧制（把原料连同糖和糖液一齐放在鼎中慢火煮制）；
7. 成菜。
   * 1. 工艺要领（是否与6.3工艺特点合并）

糕烧的工艺要领包括以下三点：

1. 用浓糖浆煮制时，火力要慢；
2. 成品糖液要求浓稠，但不起丝，不呈胶状；
3. 配用冰肉、橘饼为副料的，应在出鼎时加入。
   * 1. 工艺特点

糕烧的工艺特点包括以下五点：

1. 以浓糖浆为传热介质；
2. 适用于淀粉质较重的植物原料，如白果、芋头、板栗、薯类等；
3. 用糖浆加热前，原料须先进行初步熟处理；
4. 用慢火加热；
5. 成品特色是软糯浓甜。
   1. 煠
      1. 工艺流程

糕烧技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料初步加工；
2. 原料腌制（或不腌制）；
3. 浇开汤水；
4. 煠制；
5. 出锅；
6. 冷浸或热浸；
7. 切配装盘；
8. 配佐料；
9. 成菜。
   * 1. 工艺要领

煠技法的工艺要领包括以下两点：

1. 多数使用动物性原料，尤以禽类为多；
2. 用于煠制的原料应是原件或大件，加热前是否用调味料腌制及腌制时间根据原料特点及菜肴的质量要求而定。
   * 1. 分类
        1. 浸煠
           1. 工艺流程

浸煠法的具体操作方法如下：

1. 用清水与各种原料（如五花肉、猪脚、猪肚、整鸭、整鸡）同锅煠，或用鲜汤单独煠，多用于民间；
2. 用鲜汤煠，可以让原料更多吸收汤汁中的鲜香美味，煠出的菜肴质量更好，多用于酒楼饭店。
   * + - 1. 操作要领

浸煠制法，都要经过热浸和冷浸两道工序。

1. 热浸，是用烧沸的水(汤)浸，目前有以下两种做法：
   1. 把原料放入沸水锅内，吊汤、煠制后，离火降温，浸至断生刚熟（浸的时间在15 min左右(根据原料老嫩、大小情况掌握)，当水温降至50 ℃以下不烫手时即成）；
   2. 用小火保温浸煠至成熟（根据实际情况缩短时间，以防发硬变老）。
2. 冷浸，即热浸成熟后的原料要立即捞出，放入晾凉的冷开水(汤)中浸泡，一般要浸泡30 min左右。这是一道重要工序，只有经过冷浸才能保色、保脆，菜肴的本色才更加鲜明，表皮才更加爽脆，肉质才更加细嫩，且清凉适口。
   * + 1. 滚煠
          1. 工艺流程

滚煠法的具体操作方法：用中小火平缓加热，保持“滚”的状态（即100 ℃），将原料中的脂肪等物质逼出，在滚煠过程中缓慢发生美拉德反应。

* + - * 1. 操作要领

滚煠时，在汤水烧开后，应用用小火保持慢滚而又不会溢出。

* 1. 煮
     1. 煮工艺流程

煮技法应按照以下工艺流程进行：

1. 选择原料；
2. 煮前加工；
3. 放进汤汁内；
4. 猛火；
5. 中火或慢火；
6. 调味；
7. 成品。
   * 1. 工艺要领

煮的工艺要领包括以下十点：

1. 根据原料特性正确选用加工方法及火候；
2. 煮制的原料要选择新鲜无异味、质嫩易熟的原料；
3. 煮制的材料一般都要刀工切配，适合煮制的原料规格主要是丝、片；
4. 蔬菜类原料应削去粗皮，撕去老筋；
5. 肉类原料要清洗干净，部分原料如带皮的肉类、鱼、豆制品、少数蔬菜，要经过初步熟处理再煮制；
6. 煮制过程一般先用猛火烧开，改用中火或慢火继续加热至断生或刚熟、较熟起锅成菜；
7. 主料老韧原料的用慢火煮制；主料较嫩的则用中火或慢火；有血腥异味的主料，在煮制前都必须经过焯水、漂水处理，菜肴成熟后要及时起锅，过分煮制会影响成菜质量；
8. 汤汁量比例要适当，掌握好汤菜的比例，避免菜少汤多或菜多汤少；
9. 煮制菜肴时加入葱、姜、红辣椒、芫荽头、胡椒等辅佐料除异味增香，必须在成菜前捡去；
10. 煮制菜肴中途不宜添加水。
    * 1. 工艺特点

煮的工艺特点包括以下两点：

1. 煮法适用于多种原料；
2. 煮制菜品具有汤菜合一、汤宽汁浓或口味清爽的特点。
   * 1. 分类
        1. 白煮
           1. 不勾芡

白煮不勾芡有以下两种口味：

1. 甜味，以白糖、冰糖、红糖或蜜汁为主调味但不勾芡的，如清甜姜薯汤、百合莲子、清甜五果、清甜芡实等清甜汤；
2. 咸味，以盐、豆酱、豉油为主调味但不勾芡的，如盐水煮鱼、豆酱煮鱼、豉油煮鱼、豉油煮猪肉等汤紧汁浓的。
   * + - 1. 勾稀芡

以白糖、冰糖、红糖或蜜汁为主调味并需要勾稀芡的，如马蹄爽、绿豆爽等。

* + - 1. 汤煮

汤煮分为以下两种：

1. 咸味,以盐、鱼露为主调味不勾芡的，如鱼丸汤、粿条汤、咸菜猪肚汤、龙舌凤尾汤等；
2. 咸味,以盐、鱼露为主调味并需要勾稀芡的，如蚝爽、佃鱼爽等。
   1. 烩
      1. 工艺流程

烩技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料选择；
2. 刀工成型；
3. 初步熟处理；
4. 下汤汁烧沸；
5. 调味；
6. 下主、辅料；
7. 勾芡；
8. 包尾油；
9. 下其它佐料；
10. 成菜。
    * 1. 工艺要领

烩的工艺要领包括以下两点：

1. 烩法用料多样，汤料比例以1:2.5为宜，汤汁微稠，滑嫩爽口，色泽明亮，清淡鲜香；
2. 主、副料应切配成型（加工成片、条、丝、丁、粒等）；
3. 主、副料的初步熟处理，根据主、辅料的特性选用适当的方法，使主料仅熟并去异味。常用方法为拉油或飞水。将植物料、干货用滚煨方法处理。
   * 1. 工艺特点

烩的工艺特点包括以下三点：

1. 选用的原料不带骨，质地细嫩；
2. 原料形状较细；
3. 汤汁须勾芡，稀稠均匀，汤质柔滑，称之为羹，这是羹与其它汤菜相区别的特点。
   * 1. 分类
        1. 白烩

以无色或淡色调料(如精盐、鱼露)与奶白汤烩制成菜，汤汁浓白、口味浓香等特点。如鸡茸烩官燕、鸡丝烩鱼肚、香芋烩芡实等。

* + - 1. 红烩

以有色调料(如蚝油、酱油、生抽、老抽、鲍汁等)烩制成菜，汁稠色重、香浓味厚。如烩海参羹、鲍参翅肚羹、云腿烩官燕、蟹肉烩鱼翅、八宝素菜、双菇四宝素等。

* + - 1. 清烩

将鼎烧热润油，将主料煸炒或免炒，下上汤，旺火烧汤，即下原料，不加有色调料，成菜保持原料颜色，可勾芡或不勾芡，汤鲜味醇、汤汁清澈。如烩三鲜、护国菜、蟹肉苦瓜羹、金汤烩杂粮等。

* 1. 煎
     1. 工艺流程

煎技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料刀工处理；
2. 调配味料；
3. 用中火烧热锅，放入底油；
4. 将原料排入热锅里，用中火或慢火煎至两面呈金黄色；
5. 加味料或汤水，勾芡；
6. 装盘上席。
   * 1. 工艺要领

煎的工艺要领包括以下三点：

1. 煎的原料除液态状（如煎鸡蛋）外，经刀工处理的都必须两面扁平，并且不宜太厚，以免外焦内生；
2. 煎制的油量要适量，若发现油太少，需中途适当添加，以免原料粘锅或烧焦；若油太多，需将多余的油铲出或倒出；
3. 若煎制面积大的原料，应注意移动锅位和搪动原料，使靠近边缘的原料均匀受热。使用凹形锅，尤需防止锅中心部位的原料烧焦。
   * 1. 工艺特点

煎的工艺特点包括以下两点：

1. 菜肴成品表面色泽金黄，气味芳香，口感香酥；
2. 形状以扁平为主。
   * 1. 分类
        1. 干煎

干煎是将生料平放入有底油的热锅中，用中火或慢火煎至原料两面呈金黄色、熟透，调味成菜的烹饪方法。

* + - 1. 湿煎

湿煎是把原料排入有底油的热锅中，煎至表面呈金黄色后投入料头，加汤水并调味打芡成菜的烹饪方法。

* + - 1. 半煎煮

半煎煮是将原料放入有底油的热锅中，煎至半熟或刚熟后加汤水、配料、调味成菜的烹饪方法。

* + - 1. 半煎炸

半煎炸是锅中放较多的油煎熟物料，此法多用于煎制原料较厚的菜肴，但油不淹过物料厚度的一半，这与“炸”有所不同。

* 1. 炸
     1. 工艺流程

炸技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料的初加工及刀工处；
2. 原料上色、腌制；
3. 造型（含卷包、酿等）；
4. 热锅冷油润锅（以防粘锅），下油加热；
5. 原料上粉、浆后投入油锅中炸制；
6. 炸至原料呈金黄色或枣红色时取出（有的菜肴还需倒回锅中与辅料及调味品一起翻匀或把辅料和调味品放入锅中拌匀后淋在菜肴上）；
7. 装盘（部分菜肴跟酱碟上席）。
   * 1. 工艺要领

工艺要领主要包括以下三点。

1. 掌握好炸前的上粉上浆，包括两个方面：
   1. 一是粉的质量要好，浆的稀稠要符合要求；
   2. 二是上粉上浆要均匀、厚薄得当。炸前上粉上浆的好坏，直接影响成品的质量。
2. 应根据原料所上粉浆和菜肴制作要求的不同控制好火候；
3. 应重视原料的腌制及制品的佐色，把握好原料的腌制的时间。
   * 1. 工艺特点

炸的工艺特点包括以下点：

1. 炸的技法，以大油量为主要特点；
2. 实际运用中，因原料质地、形状和口味要求不同，炸的火力，不但有旺火、中火、小火之分，也有先旺后小、先小后旺之别；
3. 油的温度，不但有沸油、热油、温油之分，也有先热后温、先温后热之别，有的还要冷油下锅；
4. 具体炸制时，既要考虑到原料质地老嫩和体积大小，又要善于运用火力，调节油温和加热时间，还要用目力观察色泽变化，配以技术操作方法，才能制出风味不同的可口炸菜。
   * 1. 分类
        1. 生炸

生炸是指原料经腌制以后，不上粉浆，直接放入油锅炸至表面金黄酥香的烹饪方法。

* + - 1. 脆炸

脆炸是指经加工、腌制后的物料，蘸上脆浆后，放入油锅中炸至酥脆成菜的烹饪方法。

* + - 1. 干炸

干炸是指把经过调料腌渍，再拍蘸适量淀粉、面粉、湿淀粉的主料，或主料内拌入淀粉、湿淀粉，放入油锅内炸至内外干香酥脆的烹饪方法。

* + - 1. 清炸

清炸俗称浸炸。主料生熟均可，因炸时不挂糊、不上浆，故名。

* + - 1. 软炸

软炸是将质嫩、形小的原料，经过腌渍后，挂上蛋清糊或全蛋糊，投入中油温中炸制成菜的一种烹饪方法。

* + - 1. 板炸

板炸又叫炸板、香炸，是引进的西式炸法，是将原料拍粉、拖蛋液或挂糊（一般为蛋糊）后，再粘上一层面包渣（有的叫面包糠、面包屑）或芝麻、果仁等，下入油锅去炸。

* + - 1. 吉列炸

吉列炸与板炸相似，也是引进的西式炸法，是将原料腌制后，拍粉、拖蛋液或挂糊（一般为蛋糊）后，再粘上一层面包渣（有的叫面包糠、面包屑）或芝麻、果仁等，下入油锅去炸。需要注意的是，由于面粉和面包渣都是粘上去的，故要保持均匀。

* 1. 炊（蒸）
     1. 工艺流程

炊（蒸）技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料刀工处理；
2. 主料调味；
3. 配各种辅料；
4. 调味；
5. 入蒸笼蒸熟；
6. 取出；
7. 部分蒸品需勾芡或加包尾油与味料；
8. 跟酱碟上席。
   * 1. 工艺要领

炊（蒸）的工艺要领包括以下六点：

1. 控制好火候，包括火力的强弱和加热时间的长短；
2. 蒸鱼、蟹等水产类原料，需用猛火。因水产类原料蛋白质含量高，在高温水蒸汽的作用，蛋白质很快凝固，从而保持菜肴的营养成分。高温水蒸汽的压力，也能使原料内部的水分不易渗出，使蒸出菜肴外观丰润，肉质嫩滑。水产类原料的蒸制时间，以刚熟为限；
3. 以禽畜类为原料的菜肴，适宜用中火蒸制。用中火能使禽畜肉类所含的脂肪、水分和营养素不易渗出，蒸出的菜肴色泽明亮，肉质鲜嫩，美味可口。若用猛火蒸则肉质收缩；用慢火蒸则促使肉质内部的脂肪渗出，菜肴缺乏光泽，肉质也变粗韧。禽畜肉类的蒸制时间，要根据原料的性质、菜肴的质量要求和原料大小而定；
4. 蒸制蛋类菜肴则需用慢火，慢火使蛋液从外到里逐渐凝固，蛋品外酥内嫩，美味可口。若用较大火力蒸制，则其表层很快凝固而里面仍为液态，在蒸汽高温作用下，内部的液体冲破已凝固的表层，使蛋品表面形成泡沫状，既不美观，又降低菜肴质量；
5. 原料上蒸笼时，要把粗硬的、难熟的、大块的、汁少的摆在上面，把易熟的原料放在下层；
6. 蒸所用原料一般为生料，且以肉类为主，一般不能先飞水除血污、去腥味，应漂洗干净。
7. 蒸制时锅中的水要足量，且应一次放足，不能中间加水，否则会影响菜肴质量。
   * 1. 工艺特点

炊（蒸）的工艺特点包括以下两点：

1. 菜肴的营养成分保留较好；
2. 菜肴成品质嫩爽滑，原汁原味。
   1. 焖（炆）
      1. 工艺流程

焖（炆）技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料刀工处理；
2. 主料腌制，有的需造型；
3. 主料进行煎或炸、拉油、蒸等初步熟处理；
4. 配料炒香；
5. 主料与辅料在炒锅或砂锅中调味，加入汤；
6. 先猛火烧开，转慢火烧炆至汤汁收浓；
7. 用湿淀粉勾芡；
8. 加麻油、包尾油
9. 装盘上席。
   * 1. 工艺要领

焖（炆）的工艺要领包括以下四点：

1. 焖（炆）的原料多数是带骨的、大件的，少数较松嫩。因此要根据物料的质地准确把握焖（炆）制时间；
2. 焖（炆）的菜肴要恰当加入汤。焖（炆）的过程中间不宜再加汤水，因此汤水的投放要一次性加够，恰如其分，过多则汁不浓，太少则易烧干；
3. 焖（炆）的菜肴要注意火候。在潮菜中，焖（炆）被看做是一种“火功菜”，在焖（炆）的过程中，应该先用大火，除去原料的杂味，分解出营养物质，再转为中小火，让原料入味，直至快成菜装盘时，才又转为大火，收浓汤汁；
4. 大多数焖（炆）的菜肴要打芡，宜勾薄芡，让芡汁能溢于盘边，使菜品显得软滑、丰满，利于蘸汁食用。
   * 1. 工艺特点

焖（炆）的工艺特点有以下两点：

1. 在潮菜中，有“逢焖必炸”的说法，原因包括两个方面，一是原料经过油炸后，在焖的过程中不太容易软烂，有利于菜肴的美观；二是原料经过油炸后，在焖制的过程中容易入味；
2. 焖制的菜肴成品形态完整，汁浓味醇，口感滑嫩软糯。
   * 1. 分类
        1. 生焖（炆）

生焖（炆）是指将主料或生料略煎、炒、炸之后，加入辅料、味料与汤水，先用猛火后用慢火焖至将近收汁时勾薄芡成菜的烹饪方法。

* + - 1. 熟焖（炆）

熟焖（炆）是指主料经腌制，油炸或炊后，再加辅料、味料、汤水焖至将收汁时勾芡成菜的烹饪方法。

* 1. 卤
     1. 工艺流程

卤技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料刀工处理；
2. 腌制；
3. 制作卤水；
4. 烧开卤水，放入原料；
5. 原料卤制；
6. 取出，斩件；
7. 装盘，跟酱碟上席。
   * 1. 卤汁的分类

卤汁的分类包括以下四种：

1. 现卤：现配卤汁现煮制，卤汁多不保留，称现卤；
2. 套卤：卤汤一次次套用，每次酌加调味料和汤水，用后入缸贮存，可套用多年，称套卤；
3. 红卤：因配卤汁用酱油制品，有红褐色，故名红卤；
4. 白卤：用料与红卤基本一样，只是不用酱油、红曲，制成品无酱色，故名白卤。
   * 1. 卤的材料
        1. 原料

潮汕卤制最常见的原料是鹅、鸭、猪头、猪肉、猪脚、猪杂（包括猪舌、猪肚、猪肠、猪粉肠、以及猪肝、猪心等）。

* + - 1. 主料

原料的主料主要包括豆制品及禽蛋类、家禽及其内脏、畜类、海鲜类四种。

* + - 1. 香料

香料主要包括但不限于桂皮、八角、甘草、香芒、丁香、陈皮、南姜、蒜头、芫荽头。

* + - 1. 工艺要领

卤的工艺要领包括以下四点：

1. 配制高质量的卤水：卤水的好坏，决定卤制品的质量。制好卤水的关键是卤料要齐备；
2. 掌握好卤制的火候：卤的火力多用慢火浸煮，中间也可短时间用中火。卤的时间根据原料的大小与性质而定。卤鹅鸭类在卤制过程中，还需把原料提出卤锅数次，把腹腔中积存的卤水倒出，当原料再次浸入卤锅时须让滚烫的新卤水灌入腹腔内，使其内外受热均匀。卤制时还需注意翻动原料，使入味均匀；
3. 卤汁可以连续使用，但要注意两点，一是在停顿的情况下，每天要煮滚一次，以防变质。夏天气温高，最好能存入冰柜中。二是要不断加进新的卤料，因为卤的物料多了，香味为物料所吸取，汤汁变淡，增加卤料，才能保存卤香；
4. 卤制品重用香料，成品香味浓郁。
   * + 1. 工艺特点

卤的工艺特点包括以下两点：

1. 菜肴选料广泛；
2. 菜肴成品浓香入味。
   1. 油泡
      1. 工艺流程

油泡技法应按照以下工艺流程进行：

1. 原料刀工处理；
2. 主料加薄粉或味料调匀；
3. 调碗芡；
4. 把原料泡油至熟，倒出，滤干油；
5. 烧热锅加入料头、原料、溅酒，调入碗芡炒匀；
6. 装盘。
   * 1. 工艺要领

油泡的工艺要领包括以下八点：

1. 原料要选好：原料应优质、新鲜、稚嫩；
2. 刀工处理要求严格：油泡制出的菜肴加热的时间较短，原料多用花刀处理，可以薄切的原料要薄切，以缩短原料成熟时间。刀工要精细、均匀，使菜肴造型美观；
3. 勾芡要得当：由于主料经过泡油，易于包油，故要尽量沥干。另外根据主料的分量，确定芡液的多少。油泡菜肴多勾薄芡，但要求有芡而不见芡流；
4. 火候要适宜：包括泡油、翻炒等环节的火候控制，要准确确定勾芡的时机。泡油时若发现油温太高，要及时把锅端离火位。掌握火候，主要根据原料的性质、特点及原料的厚薄、大小决定。掌握好火候是“油泡”的重要环节；
5. 油泡前拌湿粉：“油泡”原料大都在泡油前要拌湿粉，有的还调入适量的味料，如“油泡虾球“便是一例；
6. 上盘前应勾薄芡：由于原料已经过泡油，重新入锅翻炒的时间很短，一般都在芡汁中掺入菜肴所需的各种调味品，勾芡也带有调味性质，因此，准确掌握芡汁的用量十分重要；
7. 动作要快：“油泡”菜肴的整个烹制过程，时间短，衔接紧，动作要快捷、连贯，不宜中间间歇。原料泡油以后，紧接着翻炒，不能预先拉油，至原料变冷之后再下锅翻炒。
   * 1. 工艺特点

菜肴成品口感嫩滑，味道鲜美。

