









第五届粤港澳大湾区“粤菜师傅”技能大赛
暨粤菜产业文化交流活动

团 体 标 准

T/GDPRXH 011—2021

潮菜 红炆海鳗

CHIU CUISINE Red Simmered Eel

2021 - 10 - 20 发布

2021 - 10 - 20 实施

广东烹饪协会 发 布

目 次

前 言..... II

引 言..... III

1 范围..... 1

2 规范性引用文件..... 1

3 术语和定义..... 1

4 基本要求..... 1

5 烹饪工艺..... 2

6 食用..... 3

7 特点..... 3

附 录 A （资料性） 图片..... 5

附 录 B （资料性） 营养成分表（参考）..... 7

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。

本文件由广东烹饪协会、广东省餐饮服务行业协会、广东省粤菜产业发展促进会、香港群生饮食技术人员协会、澳门饮食业工会、汕头市标准化协会、汕头市餐饮业协会、潮州市烹调协会、揭阳市榕城区餐饮行业协会、汕尾市餐饮行业协会共同提出。

本文件由广东烹饪协会归口。

本文件起草单位：广东省餐饮服务行业协会、广东省粤菜产业发展促进会、香港餐务管理协会、香港群生饮食技术人员协会、香港饮食业潮粤籍职工会、世界粤菜厨皇协会（香港分会）、澳门饮食业工会、澳门烹饪协会、广东省汕头市质量技术监督标准与编码所、汕头市标准化协会、汕头市餐饮业协会、汕头大学分析测试中心、汕头职业技术学院、广东汕头幼儿师范高等专科学校、广东省粤东技师学院、汕头市南粤潮菜餐饮服务职业技能培训学校、潮州市烹调协会、潮州市厨师协会、潮州市餐饮协会、韩山师范学院、揭阳市榕城区餐饮行业协会、广东省揭阳市高级技工学校、汕尾市餐饮行业协会。

本文件主要起草人：肖伟忠、池鲁强、洪东旭、蔡煜东、蔡振荣、吴惠芳、吴依憧、余立富、刘卫红、王杰忠、肖文清、许美德、杨位醒、梁辉群、梁辉雄、梁奕、林振国、杨映红、肖佳哲、陈文修、黄武营、饶毅萍、高文华、李云、孙文生、陈少俊、陈映武、王小铄、方树光、陈俊生、詹明亮、刘亨利。

引言

潮汕位于韩江下游，北回归线横穿而过，地处闽粤边界、东南沿海，气候温和，雨量充足，物产极为丰富。千百年来，海产品一直是潮菜的主要用料，以烹制海鲜见长是潮菜的一大特色。

“炆”是潮菜中最有特色的烹调法，是指将经过炸、煎、炒等方法熟处理的原料，加入调辅料、汤汁，用旺火烧开小火长时间加热使其成菜的烹调方法。其中红炆是指“逢炆必炸”的烹饪习惯，其主要特色是将物料先用旺火让气流穿击物料的机体，瓦解其纤维，然后改用慢火收汤，使物料逐渐吸收辅料之精华，溶于一体，使之浓香入味、烂而不散。其原因一是因为原料经过油炸后比较容易定型，在炆制过程中不易散烂，且蛋白质原料在高温油炸后，会产生诱人香气，菜肴在炆制过程中容易入味；二是炆制的菜肴比较重视火候，有大火烧开，慢火炆煮，急火收汁的技术特点，使菜肴更易浓香入味。红炆海鳗鱼是潮菜中炆烹调法典型烹制海鲜的代表菜肴。

红炆海鳗选用潮汕地区沿海海域出产的白海鳗，产于汕尾、海丰较多，也有称为吉祥鳗。白海鳗为上等食用鱼，鱼身银白色，鱼体较长，躯干部近圆筒状，尾部侧扁，骨刺多，鱼卵多。红炆海鳗宜使用大海鳗，每条大约有二三十斤，肉质软滑鲜嫩，含脂量较高，营养丰富。

潮菜 红炆海鳗

1 范围

本文件规定了红炆海鳗的基本要求、烹饪工艺、食用及特点。
本文件适用于红炆海鳗的烹制。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

- GB/T 317 白砂糖
- GB 2707 食品安全国家标准 鲜（冻）畜、禽产品
- GB 2716 食品安全国家标准 植物油
- GB 2762 食品安全国家标准 食品中污染物限量
- GB 2763 食品安全国家标准 食品中农药最大残留限量
- GB 4806.1 食品安全国家标准 食品接触材料及制品通用安全要求
- GB 4806.9 食品安全国家标准 食品接触用金属材料及制品
- GB/T 5461 食用盐
- GB/T 7900 白胡椒
- GB/T 8233 芝麻油
- GB/T 8967 谷氨酸钠(味精)
- GB 14934 食品安全国家标准 消毒餐（饮）具
- GB/T 18186 酿造酱油
- GB/T 30382 辣椒（整的或粉状）
- GB/T 30383 生姜
- GB 31637 食品安全国家标准 食用淀粉
- GB 31654 食品安全国家标准 餐饮服务通用卫生规范
- GB/T 38581 香菇
- NY/T 1987 鲜切蔬菜
- SC/T 3106 鲜、冻海鳗

3 术语和定义

本文件没有需要界定的术语和定义。

4 基本要求

4.1 原料要求

主料、辅料、调料应符合GB 2762和GB 2763的规定，并符合表1的要求。

表 1 原料要求

类型	名称	要求
主料	海鳗鱼	SC/T 3106
辅料	猪五花肉	GB 2707
	香菇	GB/T 38581
	蒜头	NY/T 1987
	红辣椒	GB/T 30382
	生姜	GB/T 30383
	生粉（木薯淀粉）	GB 31637
	上汤	—
	食用油	GB 2716
调料	酱油	GB/T 18186
	食用盐	GB/T 5461
	味精	GB/T 8967
	白砂糖	GB/T 317
	胡椒粉	GB/T 7900
	芝麻油	GB/T 8233

4.2 器具要求

- 4.2.1 盛装菜品的器具宜采用鲍鱼型盘。
- 4.2.2 加工过程中的炊具应符合 GB 4806.1 和 GB 4806.9 的规定。
- 4.2.3 装盛食品的餐具应符合 GB 14934 的规定。

4.3 卫生要求

卫生应符合 GB 31654 的规定。

4.4 其他

- 4.4.1 原料、器具可参照 4.1 和 4.2 要求，因地制宜选用符合当地法律法规和相关标准要求的产品。
- 4.4.2 卫生要求应符合当地法律法规和相关标准要求。

5 烹饪工艺

5.1 原料

烹饪红纹海鳗的主料、辅料及调料推荐用量参见表2。

表 2 原料表

类型	名称	用量/g
主料	海鳗鱼	800
辅料	猪五花肉	100
	香菇	20
	蒜头	50
	红辣椒	10
	生姜	15
	生粉（木薯淀粉）	15

表 2 原料表（续）

类型	名称	用量/g
辅料	上汤	200
	食用油	500
调料	酱油	20
	食用盐	5
	味精	3
	白砂糖	6
	胡椒粉	2
	芝麻油	5
注1：推荐量是经烹饪经验给出的建议值，可根据口味适当增减原料的用量。		
注2：菜品原料图参见附录A。		

5.2 烹制

5.2.1 预处理

将海鳗鱼洗净切成长5cm、宽2 cm的块状；猪五花肉洗净去皮，香菇用清水浸泡软身后去除硬梗，均切成丁状；蒜头原粒去除外膜；红辣椒、生姜切成菱形片状，备用。

5.2.2 加工

5.2.2.1 将 10 g 的酱油加入海鳗块中抓匀，拍上生粉，备用。

5.2.2.2 烧热鼎倒入食用油，油温加热至 180 ℃时，将海鳗鱼块下鼎，用中火焰炸 2 min 后捞起。

5.2.2.3 将蒜头倒入油鼎中浸炸至呈金黄色后捞起，油倒出。

5.2.2.4 烧热鼎将猪五花肉丁、香菇丁下鼎略炒，再将生姜片一起下鼎炒，然后加入上汤后将海鳗鱼块下鼎，再加入酱油、食用盐、白砂糖，用旺火烧滚开后再转用慢火炆，炆至 5 min 后再投入红辣椒片、蒜头，再炆约 5 min 后取出。

5.2.2.5 将炆好的海鳗鱼逐块排放在大碗中，再把猪五花肉、香菇、红辣椒片、生姜片等放在上面后压实，备用。

5.2.2.6 将放置海鳗鱼的大碗放入炊笼炊 10 min。

5.2.3 摆盘

将蒸熟的大碗取出反扣在鲍鱼盘间，烧热鼎将剩下原汤汁倒入鼎后调入味精，用湿生粉勾芡，撒上胡椒粉、芝麻油搅匀后淋在海鳗鱼上面即成。

6 食用

菜品完成后宜即时食用。在常温状态下，菜品保存时间不宜超过1 h。

7 特点

7.1 感官

红炆海鳗具有如下特点：

- 色泽红润。
- 肉质软滑鲜嫩。
- 浓香入味。

7.2 营养

菜品营养成分参见附录 B。

全国团体标准信息平台

附录 A
(资料性)
图片

A.1 原料图

菜品原料图参见图A.1。



图 A.1 菜品原料图

A.2 成品图

菜品成品图参见图A.2。



图 A.2 “红纹海鳗” 成品图

附录 B
(资料性)
营养成分表 (参考)

红纹海鳗的营养成分见表B. 1。

表 B. 1 营养成分表 (参考)

项目	每100克 (g)	营养素参考值%
能量	832千焦 (kJ)	10%
水分	60.9克 (g)	—
蛋白质	17.3克 (g)	29%
脂肪	10.3克 (g)	17%
胆固醇	<1毫克 (mg)	—
碳水化合物	9.2克 (g)	3%
钠	170毫克 (mg)	9%

团 体 标 准

T/GDPRXH 22—2022

潮菜 鱼丸汤

Chiu Cuisine - Fish Ball Soup

2022 - 08 - 30 发布

2022 - 09 - 01 实施

广东烹饪协会 发 布

目 次

前言 II

引言 III

1 范围 1

2 规范性引用文件 1

3 术语和定义 1

4 基本要求 1

5 烹饪工艺 2

6 食用 3

7 特点 4

附录 A（资料性）图片 5

附录 B（资料性）常见口味及其工艺 8

附录 C（资料性）营养成分表（参考） 9

附录 D（资料性）菜品烹制操作步骤图 10

参考文献 13

潮菜“湾区标准”展示平台



潮菜 鱼丸汤

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。

本文件由广东烹饪协会、广东省餐饮服务行业协会、广东省粤菜产业发展促进会、香港群生饮食技术人员协会、澳门烹饪协会、汕头市标准化协会、汕头市餐饮业协会、潮州市烹调协会、汕尾市餐饮行业协会共同提出。

本文件由广东烹饪协会归口。

本文件起草单位：广东省汕头市质量技术监督标准与编码所、广东烹饪协会、广东省餐饮服务行业协会、广东省粤菜产业发展促进会、广东烹饪协会潮菜专业委员会、香港餐务管理协会、香港群生饮食技术人员协会、香港饮食业潮粤籍职工会、世界粤菜厨皇协会（香港分会）、澳门烹饪协会、汕头市标准化协会、汕头市餐饮业协会、汕头大学分析测试中心、汕头职业技术学院、广东汕头幼儿师范高等专科学校、广东省粤东技师学院、汕头技师学院、广东省汕头市质量计量监督检测所、汕头市南粤潮菜餐饮服务职业技能培训学校、潮州市烹调协会、潮州市厨师协会、潮州市餐饮协会、韩山师范学院、潮州技师学院、揭阳技师学院、汕尾市餐饮行业协会、深圳市烹饪协会潮菜专业委员会。

本文件主要起草人：林培群、陈汉初、余立富、池鲁强、饶毅萍、蔡煜东、洪东旭、黄武营、邹奇、刘亨利、郑泽锋、王杰忠、纪瑞喜、许美德、梁辉雄、蔡振荣、陈文修、吴依懂、姚浩展、杨建英、陈艺希、孙文生、陈映武、肖佳哲、查澍鉉。

引 言

潮味丸类菜品，特别是鱼丸，是潮菜席上之珍。清宣统元年（1909年），在潮阳县知县崔炳炎呈报的《潮阳民风》中，有“富者肴馔，自厨鱼肉”¹⁾的记载。

潮汕地区沿海各地这种“自厨鱼肉”的烹调技艺，其渊源可追溯到周朝的“捣珍”。《周礼》中有“珍用八物”之说。这八种珍味，其中就有“捣珍”²⁾。那时的“捣珍”，用牛、羊、鹿里脊肉捶捣，再煮熟吃。地处祖国南海之滨的潮汕先民，用本地特色海产鱼肉捶捣之，就制成鱼丸了。

清乾隆年间袁枚著《随园食单》中，也有“八宝肉丸”“空心肉丸”“杨公圆”“鱼丸”“鸡丸”“虾丸”等六款。其中，介绍“鱼丸”的做法时，除介绍鱼丸的制作过程外，还有“临吃入鸡汤、紫菜滚”之说。³⁾

鱼丸的选料，海鱼可选用那哥、淡甲，淡水鱼可选用鲢鱼、草鱼、鱈鱼，去骨后捶打或用绞肉机绞成鱼肉茸后，依法制作而成。鱼丸，潮汕沿海地区城乡均有人制作，而以“达濠鱼丸”最有代表性，是国家地理标志保护产品。除此之外，还有“潮州大鱼丸”“海门鱼丸”“惠来鱼丸”等。正如潮菜宗师朱彪初先生说的那样：“鱼丸色泽洁白，幼滑而爽口，以紫菜、鱼露调味，汤清味美，是潮汕独特的制作方法”。⁴⁾

潮菜 鱼丸汤

1 范围

本文件规定了鱼丸汤的基本要求、烹饪工艺、食用及特点。
本文件主要以紫菜鱼丸汤为例，其他风味的鱼丸汤制法可参照本文件。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

- GB 2720 食品安全国家标准 味精
- GB 2721 食品安全国家标准 食用盐
- GB 2733 食品安全国家标准 鲜、冻动物性水产品
- GB 2749 食品安全国家标准 蛋与蛋制品
- GB 2762 食品安全国家标准 食品中污染物限量
- GB 2763 食品安全国家标准 食品中农药最大残留限量
- GB 4806.1 食品安全国家标准 食品接触材料及制品通用安全要求
- GB 4806.9 食品安全国家标准 食品接触用金属材料及制品
- GB 5749 生活饮用水卫生标准
- GB/T 7900 白胡椒
- GB 10146 食品安全国家标准 食用动物油脂
- GB 14934 食品安全国家标准 消毒餐（饮）具
- GB/T 23597 干紫菜
- GB 31637 食品安全国家标准 食用淀粉
- GB 31654 食品安全国家标准 餐饮服务通用卫生规范
- NY/T 1987 鲜切蔬菜
- SB/T 10324 鱼露

3 术语和定义

本文件没有需要界定的术语和定义。

4 基本要求

4.1 原料要求

主料、辅料、调料应符合GB 2762和GB 2763的规定，并符合表1的要求。

表 1 原料要求

类型	名称	要求
主料	鱼肉 ^a	GB 2733
辅料	饮用水	GB 5749
	鸭蛋清或鸡蛋清	GB 2749
	干紫菜	GB/T 23597

表 1 原料要求（续）

类型	名称	要求
辅料	生菜	NY/T 1987
	黄瓜	NY/T 1987
	湿生粉	GB 31637
	香芹粒	NY/T 1987
调料	食用盐	GB 2721
	鱼露	SB/T 10324
	味精	GB 2720
	胡椒粉	GB/T 7900
	猪油	GB 10146
^a 选料时可取用海鱼和淡水鱼，海鱼可取用蛇鲭鱼（那哥鱼）或鲮鱼（淡甲鱼），淡水鱼可取用鲢鱼或鳙鱼。		

4.2 器具要求

4.2.1 烹制过程使用的器具应符合 GB 4806.1 和 GB 4806.9 的规定。

4.2.2 装盛食品的餐具应符合 GB 14934 的规定。

4.3 卫生要求

卫生要求应符合GB 31654的规定。

4.4 其他

4.4.1 原料、器具可参照 4.1 和 4.2 要求，因地制宜选用符合当地法律法规和相关标准要求的产品。

4.4.2 卫生要求应符合当地法律法规和相关标准要求。

5 烹饪工艺

5.1 原料

5.1.1 制作鱼丸的主料、辅料及调料推荐用料量见表 2。

表 2 鱼丸原料表

类型	名称	用量/g
主料	鱼肉	500
辅料	鸭蛋清或鸡蛋清	20
	湿生粉	30
	饮用水	1 000
调料	食用盐	10
	味精	1
注1：本表所列原料用量为净重。 注2：推荐量是经烹饪经验给出的建议值，可根据口味适当增减原料的用量。		

5.1.2 烹制鱼丸汤的主料、辅料及调料推荐用料量见表 3。

表3 鱼丸汤原料表

类型	名称	紫菜鱼丸汤 用量/g	清汤鱼丸 用量/g	瓜片鱼丸汤 用量/g
主料	鱼丸	5.2.2.1制作的鱼丸12粒(40 g/粒)	5.2.2.1制作的鱼丸12粒(40 g/粒)	5.2.2.1制作的鱼丸12粒(40 g/粒)
辅料	原汤	800(5.1.1饮用水制作鱼丸后的汤液)	800(5.1.1饮用水制作鱼丸后的汤液)	800(5.1.1饮用水制作鱼丸后的汤液)
	干紫菜	15	—	—
	生菜	—	100	—
	黄瓜	—	—	200
	香芹粒	5	5	5
调料	鱼露	3	3	3
	味精	1	1	1
	胡椒粉	1	1	1
	猪油	3	3	3
注1: 本表所列原料用量为净量。 注2: 推荐量是经烹饪经验给出的建议值, 可根据口味适当增减原料的用量。 注3: 菜品原料图参见附录A。 注4: 常见口味及其工艺参加附录B。				

5.2 烹制

5.2.1 预处理

5.2.1.1 将原料清洗干净, 鱼起肉备用。

5.2.1.2 紫菜焙香, 撕成小块备用。

5.2.2 加工

5.2.2.1 制作鱼丸

5.2.2.1.1 剔去鱼骨, 再将鱼肉刮出, 揉压成糜糊状, 挑出细小的骨刺。

5.2.2.1.2 将糜糊状鱼肉放入洗净的容器中, 同时加入食用盐、鸭蛋清、湿生粉、味精和10 g水, 控制温度不高于15℃, 用手“摔拍”至鱼肉成溶胶状态。

5.2.2.1.3 将鱼糜捏在手的掌心, 从虎口挤出圆球状鱼丸, 用手舀出后, 在手中摇晃成圆形后立即放入到35℃~50℃的温水中, 浸泡30 min~100 min。

5.2.2.1.4 成形后的鱼丸在75℃~90℃的热水中煮制5 min~10 min。

5.2.2.1.5 煮制后的鱼丸捞起, 自然冷却。锅中水即为鱼丸原汤。

5.2.2.2 烹制紫菜鱼丸汤

5.2.2.2.1 取一汤盆, 加入紫菜、鱼露、味精、猪油备用。

5.2.2.2.2 将原汤下锅用大火煮沸, 放下鱼丸继续加热, 待其浮起后, 装入汤盆中, 撒上胡椒粉。

5.2.3 摆盘

轻微搅拌, 撒上空芹粒。

注: 菜品烹制操作步骤图见附录D。

6 食用

菜品完成后宜即时食用。

7 特点

7.1 感官

鱼丸汤具有如下特点：

- 汤汁清鲜。
- 鱼丸鱼香浓郁、味道鲜美、口感爽脆、富有弹性。

7.2 营养

营养成分参见附录C。

附录 A
(资料性)
图片

A.1 原料图

A.1.1 紫菜鱼丸汤原料图

紫菜鱼丸汤菜品原料图参见图A.1。



图 A.1 紫菜鱼丸汤菜品原料图

A.1.2 清汤鱼丸原料图

清汤鱼丸菜品原料图参见图A.2。



图 A.2 清汤鱼丸菜品原料图

A. 1. 3 瓜片鱼丸汤原料图

瓜片鱼丸汤菜品原料图参见图A. 3。

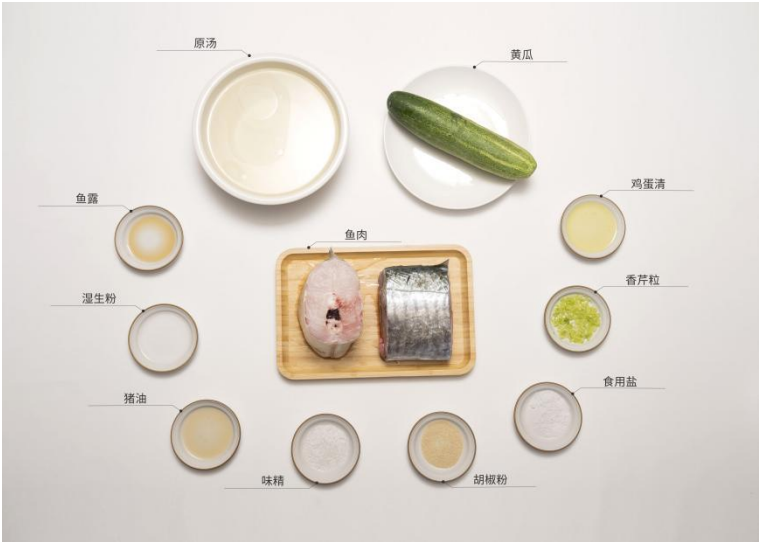


图 A. 3 瓜片鱼丸汤菜品原料图

A. 2 成品图

A. 2. 1 紫菜鱼丸汤成品图

紫菜鱼丸汤菜品成品图参见图A. 4。



图 A. 4 紫菜鱼丸汤成品图

A. 2. 2 清汤鱼丸成品图

清汤鱼丸菜品成品图参见图A. 5。



图 A. 5 清汤鱼丸成品图

A. 2. 3 瓜片鱼丸汤成品图

瓜片鱼丸汤菜品成品图参见图A. 6。



图 A. 6 瓜片鱼丸汤成品图

附 录 B
(资料性)
常见口味及其工艺

鱼丸汤常见口味及其工艺见表B.1。

表 B.1 鱼丸汤常见口味及其工艺

工艺	紫菜鱼丸汤	清汤鱼丸	瓜片鱼丸汤
主料	鱼丸 12 粒（40 g/粒）	鱼丸 12 粒（40 g/粒）	鱼丸 12 粒（40 g/粒）
辅料	干紫菜 15 g，香芹粒 5 g，原汤 800 g	生菜 100 g，香芹粒 5 g，原汤 800 g	黄瓜 200 g，香芹粒 5 g，原汤 800 g
调料	鱼露 3 g，味精 1 g，胡椒粉 1 g，猪油 3 g	鱼露 3 g，味精 1 g，胡椒粉 1 g，猪油 3 g	鱼露 3 g，味精 1 g，胡椒粉 1 g，猪油 3 g
预处理	1. 紫菜焙香，撕成小块。 2. 取一汤盆，加入紫菜、鱼露、味精、猪油备用。	1. 生菜去头取叶，洗净后撕成片状。 2. 取一汤盆，加入生菜、鱼露、味精、猪油备用。	1. 黄瓜去皮洗净切片。 2. 取一汤盆，加入鱼露、味精、猪油备用。
加工	将原汤下锅用大火煮沸，放下鱼丸继续加热，待其浮起后，装入汤盆中，撒上胡椒粉。	将原汤下锅用大火煮沸，放下鱼丸继续加热，待其浮起后，装入汤盆中，撒上胡椒粉。	将原汤下锅用大火煮沸，放下瓜片、鱼丸继续加热，待其浮起后，连汤盛入汤盆中，撒上胡椒粉。
摆盘	轻微搅拌，撒上香芹粒。	轻微搅拌，撒上香芹粒。	轻微搅拌，撒上香芹粒。

附 录 C
(资料性)
营养成分表 (参考)

鱼丸汤的营养成分见表C.1。

表 C.1 营养成分表 (参考)

项目	紫菜鱼丸汤		清汤鱼丸		瓜片鱼丸汤	
	每 100 g	营养素参考值%	每 100 g	营养素参考值%	每 100 g	营养素参考值%
能量	126 kJ	2%	107 kJ	1%	112 kJ	1%
水分	92.4 g	—	93.5 g	—	93.2 g	—
蛋白质	4.0 g	7%	3.0 g	5%	3.1 g	5%
脂肪	0.7 g	1%	0.5 g	1%	0.5 g	1%
胆固醇	11 mg	4%	10 mg	3%	10 mg	3%
碳水化合物	1.9 g	1%	2.2 g	1%	2.4 g	1%
钠	277 mg	14%	222 mg	11%	222 mg	11%

附录 D
(资料性)
菜品烹制操作步骤图

表 D.1 鱼丸汤烹制操作步骤图

步骤		要求	示意图
预处理		1. 将原辅料清洗干净,鱼起肉备用。 2. 紫菜焙香,撕成小块备用。	 图 D.1 鱼起肉备用
加工	制作鱼丸	1. 剔去鱼骨,再将鱼肉刮出,揉压成糜糊状,挑出细小的骨刺。 2. 将糜糊状鱼肉放入洗净的容器中,同时加入食用盐、鸭蛋清、湿生粉、味精和 10 g 水,控制温度不高于 15℃,用手“摔拍”至鱼肉成溶胶状态。 3. 将鱼糜捏在手的掌心,从虎口挤出圆球状鱼丸,用手舀出后,在手中摇晃成圆形后立即放入到 35℃~50℃ 的温水中,浸泡 30 min~100 min。 4. 成形后的鱼丸在 75℃~90℃ 的热水中煮制 5 min~10 min。 5. 煮制后的鱼丸捞起,自然冷却。锅中水即为鱼丸原汤。	 图 D.2 剔去鱼骨,将鱼肉刮出 

步骤		要求	示意图
			 图 D. 3 “摔拍”至鱼肉成溶胶状态
			 图 D. 4 将鱼糜捏在手的掌心，从虎口挤出圆球状鱼丸
	烹制紫菜鱼丸汤	1. 取一汤盆，加入紫菜、鱼露、味精、猪油备用。 2. 将原汤下锅用大火煮沸，放下鱼丸继续加热，待其浮起后，装入汤盆中，撒上胡椒粉。	 图 D. 5 烹制紫菜鱼丸汤

步骤	要求	示意图
摆盘	轻微搅拌，撒上香芹粒。	 图 D. 6 紫菜鱼丸汤

参 考 文 献

- [1] 崔炳炎. 潮阳民风[M]. 1909（清宣统元年）：14.
 - [2] 袁枚. 随园单食专著[M]. 西安：三秦出版社，2005.
 - [3] 陈澧. 礼记集说：第五卷 内则 [M] . 1322（至治壬戌年）：58.
 - [4] 朱彪初. 潮州菜谱 [M] . 广东：广东科技出版社，1988：1.
-