

ICS 67.020
X10

团 体 标 准

T/SGCX 007-2022

香滑乡村鱼烹饪工艺规范

2022 - 10 -24 发布

2022 - 10 -24 实施

韶关市餐旅烹饪协会 发布

目 次

前言	2
引言	3
1 范围	4
2 规范性引用文件	4
3 术语和定义	4
4 原材料要求	4
5 工艺流程	5
6 烹饪器具	5
7 盛装	5
8 技术关键	5
9 质量要求	5
10 最佳食用时间	6
11 知识拓展	6

前 言

本文件按照GB/T 1.1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。

本文件由韶关市餐旅烹饪协会提出。

本文件起草单位：韶关市餐旅烹饪协会。

本文件主要起草人：罗乐天、邓祖荣、杨帆、高敏、陈明智、李勇、神三强、李辉祥、朱强明。

本文件于2022年10月24日首次发布。

引 言

南雄的农村家家户户都围山塘养鱼，而山区的水质清甜，用杂草饲养出来的鲩鱼肉质嫩滑，口感微甜。客家人喜欢用鲩鱼、豆腐、辣椒做成一煲鲜嫩香辣的鱼菜，到南雄一定要尝尝客家乡村鱼。鲩鱼含有丰富的不饱和脂肪酸，有助于促进血液循环，是心血管疾病患者的良好食物。此外，鲩鱼还含有丰富的硒元素，经常食用可以起到延缓衰老、美容养颜的效果。

菜点典型形态示范：



香滑乡村鱼烹饪工艺规范

1 范围

本文件规定了香滑乡村鱼烹饪工艺规范的术语和定义、原辅料要求、烹饪器具、制作工艺、盛装、质量要求、最佳食用时间、知识拓展。

本文件适用于烹制香滑乡村鱼。

2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅所注日期的版本适用于本文件。凡是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 2733-2015 食品安全国家标准 鲜、冻动物性水产品

GB/T 22106-2008 非发酵豆制品

GB/T 30383-2013 生姜

NY/T 744-2020 绿色食品 葱蒜类蔬菜

GB/Z 26578-2011 大蒜生产技术规范

DB3201/T 110-2007 青蒜生产技术规程

SB/T 10573-2010 青椒流通规范

GB/Z 26583-2011 辣椒生产技术规范

T/JSJLXH 001-2022 米酒

GB/T 8233-2018 芝麻油

GB/T 317-2018 白砂糖

T/JSQA 008-2020 食用盐(精制盐)

GB/T 21999-2008 蚝油

GB 2717-2018 食品安全国家标准 酱油

GB 2720 食品安全国家标准 味精

SB/T 10415-2007 鸡粉调味料

GB 31637-2016 食品安全国家标准 食用淀粉

DB46/T 33-2004 胡椒粉

GB 2716-2018 食品安全国家标准 植物油

GB 5749 生活饮用水卫生标准

GB/T 39438-2020 包装鸡蛋

GB 2762-2017 食品安全国家标准 食品中污染物限量

3 术语和定义

相传北宋时期皇家花费大量资金在岭南地区的韶关南雄一带建造塔楼，调动了大批中原工匠前往修建。有一天，工匠们心血来潮想吃宫里厨师们做的鱼，但是在塔楼没有建造完成的情况下他们又不能返回宫里，碰巧有一个工匠知道宫廷鱼的制作方法，可是当地物资匮乏，想要配备这道鱼的原材料非常困难，于是这个工匠突发奇想把当地的特色豆腐配合宫廷鱼的制作方法和鱼肉混合起来，既省料又美味，满足了口馋的工匠们。工匠们把这道菜的制作方法分享给了当地的村民，当地村民给这道菜取了一个地道的菜名，叫做“乡村鱼”

乡村鱼是韶关市南雄市的一个特色鱼类，当地优质的水源适合鱼类的生长，肉质嫩滑，口感微甜，制作出来的鱼汤也是嫩滑鲜美，是当地人常吃的美食，深受广大食客的喜爱。

4 原辅料要求

4.1 主副料

净鲩鱼1条（重约750克），应符合GB 2733-2015的有关规定。

水豆腐100克，应符合GB/T 22106-2008的有关规定。

油豆腐50克，应符合GB/T 22106-2008的有关规定。

4.2 料头

姜片10克，应符合GB/T 30383-2013的有关规定。

葱榄10克，应符合NY/T 744-2020的有关规定。

蒜片5克，应符合GB/Z 26578-2011的有关规定。

青蒜段10克，应符合DB3201/T 110-2007的有关规定。

青椒件25克，应符合SB/T 10573-2010的有关规定。

红椒件25克，应符合GB/Z 26583-2011的有关规定。

干辣椒2克，应符合SB/T 10967-2013的有关规定。

4.3 调味料

米酒10克，应符合T/JSJLXH 001-2022的有关规定。

麻油20克，应符合GB/T 8233-2018的有关规定。

白砂糖2克，应符合GB/T 317-2018的有关规定。

精盐6克，应符合T/JSQA 008-2020的有关规定。

蚝油10克，应符合GB/T 21999-2008的有关规定。

老抽5克，应符合GB 2717-2018的有关规定。

味精4克，应符合GB 2720的有关规定。

鸡粉2克，应符合SB/T 10415-2007的有关规定。

湿淀粉15克，应符合GB 31637-2016的有关规定。

胡椒粉2克，应符合DB46/T 33-2004的有关规定。

食用油1000克，应符合GB 2716-2018的有关规定。

清水300克，应符合GB 5749的有关规定。

鸡蛋1只，应符合GB/T 39438-2020的有关规定。

5 工艺流程

5.1 用刀将鲢鱼开边，再斩成长5cm、宽3cm的“日”字形，洗净原料用盘子装着，水豆腐切成“日”字形。

5.2 将精盐、白砂糖、鸡蛋液与鱼肉拌匀，腌制20分钟。

5.3 猛火阴油，将鱼肉排于镬中，用慢火煎至两面呈金黄色，倒入笊篱内、沥干油。

5.4 然后烧镬下油，放入姜片、蒜片、青蒜段、干辣椒。在镬中略爆炒至香，烹入米酒，加入清水、鱼肉、水豆腐、油豆腐、青红椒件，调入精盐、味精、鸡粉、蚝油，盖上镬盖，使用中火焖至鱼肉仅熟，用湿淀粉、麻油、胡椒粉、老抽勾芡，加入尾油和匀，装盘，撒上葱榄。

6 烹饪器具

6.1 炉灶：宜选用燃气灶。

6.2 炊具：宜选用Φ32cm钢锅、炒锅及配套工具。

6.3 器具：砧板、刀具等。

7 盛装

盛装器皿:圆白汤窝。

8 技术关键

- 8.1 刀工处理时，肉料规格要均匀。
- 8.2 鱼肉煎制时，火候不宜太高、掌握好熟度，煎至两面金黄色。
- 8.3 焖制时使用中火，焖至仅熟即可；勾芡要均匀，动作要轻而快。

9 质量要求

9.1 色泽

金黄油亮。

9.2 香味

鲜香浓郁。

9.3 口味

香辣可口。

9.4 质感

鱼肉嫩滑，汤汁浓郁。

10 最佳食用时间

从菜肴出锅装盘后，至食用时间不超过15min为宜，食用温度以75℃为宜。

11 知识拓展

凉瓜焖三黎鱼烹制方法与此基本相同，但是三黎鱼是腌制后，拍上干淀粉，用150℃油温浸炸成熟后再焖制。