

T/FCPHX

抚顺市餐饮烹饪行业协会团体标准

T/FCPHX 001—2023

抚顺麻辣拌

Fushun spicy sauce

（征求意见稿）

2023 - ** - **发布

2023 - ** - **实施

抚顺市餐饮烹饪行业协会 发布

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。

本文件由抚顺市餐饮烹饪行业协会提出。

本文件由抚顺市餐饮烹饪行业协会归口。

本文件起草单位：抚顺市餐饮烹饪行业协会, 抚顺市检验检测认证中心。

本文件主要起草人：杨绪森、宋晓光、郑向斌、高冬、王红、肖坤、孙凯、杨太纯、盛金、赵才、依迪思、李开亮、姜晨、王穆涵、张宝学、辛毅、孙明礼、王敬业、刘嘉韵、刘英、张靖昔。

引 言

中华美食博大精深、饮食文化源远流长，每个区域和地方都会有其代表性美食与小吃，而抚顺麻辣拌小吃也因其地域文化和独特口味成为了抚顺地方小吃对外最有影响力的“小吃名片”。据说抚顺麻辣拌一年能卖出 3 亿份，吃剩的碗连碗能绕地球两圈。也有人把抚顺麻辣拌称为“抚顺美食图腾”。麻辣拌是抚顺人的朱砂痣、白月光，是刻在抚顺人骨子里的味道，网上流传着这样的句子：“问世间麻辣拌为何物，直教抚顺人生死相许”。麻辣拌被喻为抚顺儿女出门在外最思念的美食。

抚顺麻辣拌是抚顺人自己研制出的特色小吃，它凝聚着抚顺人艰苦奋斗、自主创业、创新发展的拼搏精神。抚顺麻辣拌起源于 20 世纪 90 年代初，下岗潮波及到抚顺，当时随着抚顺企事业改革大潮，1992 年就职于抚顺市轻工铸造厂（集体所有制）铸造车间的工人张师傅与抚顺市经编厂（全民所有制）三车间纺织工人金女士夫妻二人相继下岗。当时抚顺北站广场的夜市刚刚兴起，这对下岗夫妇见到这里熙熙攘攘的人群和热闹非凡的场景，便想到了赚钱商机，于是焊制了一台手推车，在夜市的马路边摆起了麻辣盆肉串小吃摊，麻辣盆和小肉串的味道深受大家喜爱，每天傍晚小吃摊食客们的络绎不绝，成为了当时夜市一道靓丽的风景线。此时川菜风靡全国各地，四川的麻辣烫相继进入了抚顺，下岗夫妇把抚顺麻辣盆与四川麻辣烫的做法经过不断尝试与精心改良，将煮熟的食材去除汤汁，倒入由食用盐、食醋、绵白糖、辣椒油等调制麻辣酱料与食材拌匀，这样制作出的麻辣拌，脱胎于麻辣盆，又不同于麻辣烫，麻、辣、酸、甜、香，非常符合东北人的饮食口味喜好。抚顺麻辣拌一经推出，就获得学生及年轻消费者的欢迎和喜爱。随着越来越多的抚顺麻辣拌出现在抚顺城市的学校周边及大街小巷，抚顺麻辣拌不仅深受抚顺人民喜爱，也同样得到了外地消费者的认可与追捧。

民以食为天，食以味为先。随着越来越多抚顺人民对家乡特色小吃的喜爱和需求，麻辣拌从业者在不断挖掘、传承和创新发展的推动下，推动抚顺地方小吃的美食影响力和产业升级，助力抚顺麻辣拌走出辽宁，走向全国及海内外，让人提到抚顺就会想起麻辣拌，看到麻辣拌就能想起抚顺！



抚顺麻辣拌

1 范围

本文件规定了抚顺麻辣拌的术语和定义、原辅材料及技术要求、烹饪器具、制作工序、装盛成型与传送、质量要求、营养指标、服务要求、最佳食用方式、基本特色、文化要素等。

本文件适用以土豆、甘蓝、油菜、豆芽、海带结、蔬菜丸子、鱼丸、香肠，豆制品、宽粉、黑木耳等为主料，经煮制沥干水分后，选择性添加辅料食用盐、酿造食醋、绵白糖、味精、鸡粉调味料、蚝油、辣椒面、辣椒油、孜然、芝麻、花椒籽油、烤花生碎等，经过拌制而成的抚顺麻辣拌。

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 1445 绵白糖
GB/T 5461 食用盐
GB 5749 生活饮用水卫生标准
GB/T 6192 黑木耳
GB/T 8967 谷氨酸钠（99%味精）
GB 10136 食品安全国家标准 动物性水产制品
GB/T 11761 芝麻
GB/T 18187 酿造食醋
GB/T 21999 蚝油
GB/T 22106 非发酵豆制品
GB/T 22267 孜然
GB/T 22479 花椒籽油
GB/T 23587 粉条
GB/T 30382 辣椒（整的或粉状）
GB 31654 食品安全国家标准 餐饮服务通用卫生规范
SB/T 10279 熏煮香肠
SB/T 11192 辣椒油
SC/T 3202 干海带
QB/T 1733.6 烤花生仁和烤花生碎

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

抚顺麻辣拌 Fushun spicy sauce

以土豆、甘蓝、油菜、豆芽、海带结、蔬菜丸子、鱼丸、香肠，豆制品、宽粉、黑木耳等为主料，经煮制沥干水分后，选择性添加辅料食用盐、酿造食醋、绵白糖、味精、鸡粉调味料、蚝油、辣椒面、辣椒油、孜然、芝麻、花椒籽油、烤花生碎等，经过拌制而成的抚顺麻辣拌。

4 原辅材料及技术要求

4.1 原辅材料

生产所用原、辅料必须符合国家食品安全标准和相关规定。

4.1.1 主料

土豆100g、甘蓝50g、油菜50g、豆芽50g、海带结50g、蔬菜丸子5个、鱼丸5个、香肠25g，豆制品25g、宽粉25g、黑木耳25g。

4.1.2 调料

食用盐2g、酿造食醋25g、绵白糖25g、味精2g、鸡粉调味料2g、蚝油2g、辣椒面10g、辣椒油15g、孜然2g，芝麻2g，花椒籽油10g、烤花生碎3g。

4.2 技术要求

4.2.1 原辅材料的相关要求应符合表 1 的规定。

表1 原辅材料的产品标准

类型	名称	产品标准
主料	海带结	SC/T 3202
	鱼丸	GB 10136
	香肠	SB/T 10279
	豆制品	GB/T 22106
	宽粉	GB/T 23587
	黑木耳	GB/T 5461
调料	食用盐	GB/T 5461
	酿造食醋	GB/T 18187
	绵白糖	GB/T 1445
	味精	GB/T 8967
	鸡粉调味料	SB/T 10415
	蚝油	GB/T 21999
	孜然	GB/T 22267
	芝麻	GB/T 11761
	辣椒油	SB/T 11192
	辣椒面	GB/T 30382
	花椒油	GB/T 22479
	烤花生碎	QB/T 1733.6

4.2.2 蔬菜丸子应为抚顺本地红萝卜丸子。

4.2.3 烹调用水应符合 GB 5749 的规定。

4.2.4 其他原辅料应符合相关食品安全标准及有关规定。

5 烹饪器具

5.1 灶具

宜选用燃油、燃气灶具或其他灶具。

5.2 炊具

宜选用煮锅或其他炊具。

5.3 计量器具

应选用符合国家规定的计量器具。

6 制作工序

6.1 切配

- 6.1.1 将土豆去皮清洗，切制成片状，在清水中浸泡备用。
- 6.1.2 将海带结用水浸泡后，清洗干净备用。
- 6.1.3 将甘蓝切成长 4cm、宽 4cm 的块，清洗干净备用。
- 6.1.4 将油菜切除根部，清洗干净备用。
- 6.1.5 将豆芽清洗干净备用。
- 6.1.6 将宽粉浸泡 6 小时以上，切成 4cm~6cm 段，备用。
- 6.1.7 将香肠切成长 4cm、厚 0.2cm 的斜片，备用。
- 6.1.8 将豆制品切成长 4cm、厚 2cm 的斜片，备用。
- 6.1.9 将鱼丸对半切开，备用。
- 6.1.10 将蔬菜丸子对半切开，备用。
- 6.1.11 将黑木耳冷水浸泡 3h~4h，清洗干净备用。

6.2 烹调

用锅将水烧开，将食材按照先荤后素、冷鲜、青菜依次放入锅中，食材要充分融入水中，旺火煮制 3~4 分钟，将食材捞出沥干备用，同时将绵白糖、酿造食醋、辣椒面、辣椒油、味精、食用盐、蚝油、孜然、芝麻、花椒籽油、烤花生碎调制成麻辣拌拌料，与沥干备用的食材进行拌制，搅拌均匀后即可装盘。

6.3 烹饪要求

- 6.3.1 食材切配整齐，煮制食材有序放入。
- 6.3.2 食材煮熟沥干水分，否则出水影响菜品口味。
- 6.3.3 盛装容器应使用符合食品卫生要求的容器。

7 装盘成型与传送

7.1 装盘成型

- 7.1.1 使用规格、形式及色调适当的盛器，宜选用汤盘。
- 7.1.2 盛器经过消毒处理，并注意保持装盛过程中的清洁卫生。
- 7.1.3 装盘时应先把食材盛入盘中，再将剩余调味料汤汁倒入之上，保证菜品整洁美观。

7.2 传送

- 7.2.1 为避免人体与菜品的直接接触，应将菜品置于托盘内加盖进行传送。
- 7.2.2 为确保菜品的风味，应在装盘后不超过 5min 的最佳食用时间内传送至餐厅。

8 质量要求

8.1 感官要求

8.1.1 色泽

色泽明亮，食材分明。

8.1.2 气味

香味四溢，浓郁诱人。

8.1.3 味道

酸甜麻辣，咸鲜麻辣。

8.1.4 质感

色彩分明，新鲜脆嫩。

8.1.5 形态

装盘堆积成自然型。

8.2 卫生要求

菜品制作全过程卫生应符合GB 31654的要求。

8.3 净含量

主料 $\geq 450\text{g}$ 。

9 营养指标

见附录A。

10 服务要求

10.1.1 工作人员应办理持有健康体检证明方能上岗。

10.1.2 工作人员着装整洁并佩戴服务标志，服务热情、礼貌、有礼。进入工作区前洗手消毒，佩戴工作帽，仪容仪表整洁、不留长指甲、首饰不外露、不露出长发。

10.1.3 服务员须清晰的报出菜肴名称、亮出标识，熟悉菜肴特征和制作过程。

10.1.4 如顾客品尝前后发现菜肴质量问题，服务员应诚恳道歉并给予更换。

11 最佳食用方式

自装盘后，最佳食用时间不超过10min为宜，最佳食用温度以 $57^{\circ}\text{C} \sim 75^{\circ}\text{C}$ 为宜。

12 基本特色

麻辣拌起源于辽宁省抚顺市，二十世纪九十年代初在抚顺人根据本地麻辣盆和四川麻辣烫小吃的做法基础上，改良创新，形成有地域特点和代表性的地方风味小吃，口味主要为“酸甜麻辣，咸香入味，脆嫩爽口”，深受广大消费者的喜爱和认可。

13 文化要素

- 2014年5月，抚顺麻辣拌获得“到抚顺不得不吃的具有抚顺地方特色的十大美食”；
- 2016年5月，抚顺麻辣拌被评为“抚顺十大风味小吃”；
- 2021年5月，抚顺市餐饮烹饪行业协会正式批复成立抚顺麻辣拌专业委员会；
- 2021年5月，抚顺市商务局举办“抚顺麻辣拌十强争霸赛”；
- 2021年7月，抚顺麻辣拌做为抚顺地方特色菜品入围辽宁特色菜名录；
- 2021年10月，抚顺麻辣拌被评选为“辽宁风味小吃”；
- 2022年9月，抚顺市总工会举办抚顺市第十二届职工技能大赛暨全市麻辣拌服务技能大赛；
- 2022年12月，抚顺市餐饮烹饪行业协会在抚顺市天宝大厦召开抚顺麻辣拌料团体标准新闻发布会；
- 2023年6月，抚顺市顺城区政府举办首届“风情麻辣拌”交流赛。

附录 A (资料性) 食补与养生

A.1 主料营养分析

A.1.1 土豆

含有淀粉、蛋白质、碳水化合物、脂肪、膳食纤维、叶酸、维生素B族、维生素A、铁、钾、钙、磷、锌、铜、硒、核黄素等微量元素。

A.1.2 海带

含有蛋白质、脂肪、糖、无机盐、饱和脂肪酸、多不饱和脂肪酸、碳水化合物、膳食纤维、维生素A、维生素E、维生素K、维生素B₁、维生素B₂、维生素C、烟酸、叶酸、丰富的铁、钙、磷、锌、镁等微量元素，特别是含有大量的碘。

A.1.3 鱼丸

含有蛋白质、脂肪、饱和脂肪酸、碳水化合物、胆固醇、维生素A、维生素E、维生素D、维生素B₁、维生素B₂、烟酸、叶酸、视黄醇当量、钙、磷、钠、钾、铁、锌、镁、硒等微量元素。

A.1.4 香肠

含有大量蛋白质、脂肪、碳水化合物，微量胆固醇、硫胺素、核黄素、烟酸、维生素E、钙、磷、钾、钠、镁、铁、锌、硒、铜、锰等微量元素。

A.1.5 豆制品

含有丰富蛋白质及人体必需的8种氨基酸，还有丰富的卵磷脂，钙、钠、钾、铁、锌、镁、硒等微量元素。

A.1.6 油菜

含有丰富的钙、铁、钾，油菜含有大量的钙、铁、维生素A、β-胡萝卜素和维生素C，有助于维持身体免疫功能。油菜含有的钙质在绿叶蔬菜中是最高的。

A.1.7 豆芽

含有蛋白质、胡萝卜素、钙、磷、铁等多种矿物质，而且还含有丰富的维生素，特别是维生素C的含量尤其丰富。

A.1.8 甘蓝

含有蛋白质、脂肪、碳水化合物、不溶性膳食纤维、维生素A、维生素E、维生素C、核黄素、硫胺素、烟酸、胡萝卜素、视黄醇当量、钾、铁、钙、磷、锌、镁、铜、锰、硒等微量元素。

A.1.9 宽粉

含有碳水化合物、不溶性膳食纤维、维生素A、维生素B₁、维生素B₂、铁、钾、钙、磷、锌等微量元素。

A.1.10 黑木耳

含有蛋白质、钙、磷、铁、纤维素、甘露聚糖、葡萄糖、木糖等糖类，及卵磷脂、麦角甾醇和维生素C等。

A.2 食疗作用

A.2.1 土豆

土豆味甘性平。具有和胃健中、解毒消肿、补脾益气、缓急止痛、通利大便之功效。对胃痛、湿疹、烫伤等症状效果良好。脾胃虚弱、消化不良、肠胃不和、脘腹作痛、大便不利等症状人群食用功效良好。

A.2.2 海带

海带性寒，味咸。具有消痰软坚、泄热利水、止咳平喘、祛脂降压之功效。对疝气、下坠、咳嗽、水肿等症状效果良好。适宜高血压、冠心病、肥胖病等症状人群食用。

A.2.3 鱼丸

鱼丸是由鱼肉制成，鱼肉营养丰富，具有滋补健胃、利水消肿、通乳、清热解毒、止嗽下气、养肝补血、润肤养发。对心血管系统有很好的保护作用，有利于预防高血压、心肌梗死等心血管疾病。

A.2.4 香肠

香肠可开胃助食，增进食欲。

A.2.5 豆制品

豆制品有防止血管硬化、预防心血管疾病、保护心脏、促进骨骼发育的功效。含有多矿物质，可补充钙质，防止因缺钙引起的骨质疏松，促进骨骼发育。

A.2.6 油菜

油菜质地脆嫩，略有苦味，含有多营养素，富含维生素C，含有大量膳食纤维，可降低血脂、解毒消肿、宽肠通便等功效。

A.2.7 豆芽

豆芽能减少体内乳酸堆积，有助于消除疲劳，具有清热解毒、利尿除湿的作用。适用于饮酒过度、湿热郁滞、口干口渴、小便赤热、便秘、目赤肿痛等患者食用。黄豆芽具有清热解毒、降血压、美肌肤的作用。

A.2.8 甘蓝

甘蓝性味甘平，具有益脾和胃，缓急止痛之功效。对上腹胀气疼痛，嗜睡，抗癌等症状效果良好。

A.2.9 宽粉

地瓜粉有通肠排便、降低血压、抗糖尿病、预防肺气肿、防癌抗癌、增强免疫力、延缓衰老、减肥等功效。

A.2.10 黑木耳

黑木耳具有预防动脉粥样硬化的功效，是缺铁性贫血患者的极佳食品，还有润肠解毒功能。

A.3 食用指导

适合人群：一般人群都可食用。

致敏物质提示：含有甲壳纲类动物及其制品，花生及其制品，大豆及其制品。对胆结石、肾结石、膀胱结石、粪石等内源性异物也有比较显著的化解功能。