

# 2023 年全国职业院校技能大赛（高职烹饪赛项）

## 规定原料规定西式热菜制作技术基本规范

### 1. 海鲜头盘配荷兰汁（开胃菜时间60 分钟）

#### （1）原料：

主料：对虾（8-10 头）4 只，净海鲈鱼肉（150-200 克），鱿鱼（100 克）；

辅料：苦菊、胡萝卜、黄油、白醋、西兰花、小番茄、小水萝卜、柠檬、洋葱、鸡蛋、红甜椒、淡奶油、白葡萄酒、明胶片。

（2）菜品定位：设计制作以海鲜为主体的开胃菜，适用高级餐厅。

#### （3）菜品要求：

①海鲜头盘配荷兰汁，每盘菜品总重量150-180克，其中海鲜原料占到总重量的55%-60%，其他配料占到总重量的40%-45%。

②辅料与调味品现场提供，选手不得自备。

③使用现场提供直径28 厘米的圆平盘2 个盛装菜品，作品应满足1 人量，统一样式制作二份，一份展示，一份供评委品尝。

#### （4）评分标准：

①参见《赛项规程》。

## 2.三文鱼头盘配黑醋汁（开胃菜时间60分钟）

### （1）原料：

主料：净三文鱼肉（200-250克）；

辅料：苦菊、胡萝卜、西兰花、小番茄、小水萝卜、柠檬、洋葱、鸡蛋、奶油奶酪、白醋、意大利黑醋、白葡萄酒、明胶片、橄榄油。

（2）菜品定位：设计制作以三文鱼为主体的开胃菜，适用高级餐厅。

### （3）菜品要求：

①三文鱼头盘配黑醋汁每盘菜品总重量150-180克，其中三文鱼占到总重量的55%-60%，其他配料占到总重量的40%-45%。

②辅料与调味品现场提供，选手不得自备。

③使用现场提供直径28 厘米的圆平盘2个盛装菜品，作品应满足1人量，统一样式制作二份，一份展示，一份供评委品尝。

### （4）评分标准：

①参见《赛项规程》。

### 3.鸡肉主菜配香草蜜糖汁（主菜时间60 分钟）

#### （1）原料：

主料：光鸡1只，约1500克；

辅料：胡萝卜、芦笋、西兰花、小番茄、土豆、新鲜香菇、新鲜口蘑、洋葱、西芹、蜂蜜、墨鱼汁、黄汁粉、百里香、迷迭香、面粉、鸡蛋、淡奶油、茄膏。

（2）菜品定位：设计制作以鸡肉为主体的主菜，适用高级餐厅。

#### （3）菜品要求：

①鸡肉主菜每盘菜品总重量220-250克，其中鸡肉的总重量为整份主菜的50%-55%。使用两种以上的蔬菜原料，总重量为整份主菜总重量的20%—25%。使用土豆，且土豆制品的重量为整份主菜总重量的10%—20%。

②辅料与调味品现场提供。

③使用现场提供直径35 厘米的圆平盘1 个盛装菜品，作品应满足1 人量，统一样式制作二份，一份展示，一份供评委品尝。

#### （4）评分标准：

①参见《赛项规程》。

#### 4.海鲈鱼主菜配柠檬黄油汁（主菜时间60 分钟）

##### （1）原料：

主料：海鲈鱼1 条约（1000-1200 克）；

辅料：胡萝卜、芦笋、菠菜、小番茄、土豆、新鲜口蘑、西兰花、洋葱、柠檬、淡奶油、黄油、白葡萄酒、鸡蛋、面包糠、墨鱼汁、面粉；

（2）菜品定位：设计制作以海鲈鱼为主体的主菜，适用高级餐厅。

##### （3）菜品要求：

①海鲈鱼主菜每盘菜品总重量220-250克，其中海鲈鱼的总重量为整份主菜的50%-55%。使用两种以上的蔬菜原料，总重量为整份主菜总重量的20%—25%。使用土豆，且土豆制品的重量为整份主菜总重量的10%—20%。

②辅料与调味品现场提供，选手不得自备。

③使用现场提供直径35 厘米的圆平盘1 个盛装菜品，作品应满足1 人量，统一样式制作二份，一份展示，一份供评委品尝。

##### （4）评分标准：

①参见《赛项规程》。

## 5.西冷牛排主菜配黑椒汁（主菜时间60 分钟）

### （1）原料：

主料：西冷牛排约（350-400 克）；

辅料：胡萝卜、西兰花、小番茄、土豆、新鲜口蘑、洋葱、芦笋、大蒜、黑胡椒碎、黄油、黄汁粉、墨鱼汁、菠菜、红葡萄酒、茄膏、淡奶油、面粉、鸡蛋、西芹；

（2）菜品定位：设计制作以西冷牛排为主体的主菜，适用高级餐厅。

### （3）菜品要求：

①西冷牛排主菜每盘菜品总重量220-250克，其中牛肉的总重量为整份主菜的50%-55%。使用两种以上的蔬菜原料，总重量为整份主菜总重量的20%—25%。使用土豆，且土豆制品的重量为整份主菜总重量的10%—20%。

②辅料与调味品现场提供，选手不得自备。

③使用现场提供直径35 厘米的圆平盘1 个盛装菜品，作品应满足1 人量，统一样式制作二份，一份展示，一份供评委品尝。

### （4）评分标准：

①参见《赛项规程》。

## 6.鸭胸主菜配酸甜橙汁（主菜时间60 分钟）

### （1）原料：

主料：鸭胸肉约（350-400 克）；

辅料：胡萝卜、西兰花、小番茄、土豆、新鲜口蘑、洋葱、芦笋、甜橙、柠檬、浓缩橙汁、菠菜、白兰地、黄油、淡奶油、鸡蛋、面粉、西芹、**苹果醋**；

（2）菜品定位：设计制作以鸭胸肉为主体的主菜，适用高级餐厅。

### （3）菜品要求：

①鸭胸主菜每盘菜品总重量220-250克，其中鸭肉的总重量为整份主菜的50%-55%。使用两种以上的蔬菜原料，总重量为整份主菜总重量的20%—25%。使用土豆，且土豆制品的重量为整份主菜总重量的10%—20%。

②辅料与调味品现场提供，选手不得自备。

③使用现场提供直径35 厘米的圆平盘1 个盛装菜品，作品应满足1 人量，统一样式制作二份，一份展示，一份供评委品尝。

### （4）评分标准：

①参见《赛项规程》。