

2015 NO.08

[烹调知识·名厨]

COOKING KNOWLEDGE

中国烹饪协会名厨委员会会刊

总第498期
ISSN 1004-5783
CN 14-1087/TS

Greatchef

FEATURE 专题

空气
掌控看不见的
烹饪助手



如何操纵食客的心
炒火餐厅，如何把握火候
盛夏健康大调查，厨师们都注意了



SPECIAL REPORT 特号

三分健（身）
七分美（食）
十分健美的
美食运动风潮

COVER 封面人物

赵斌
拼命三郎的
75% 分值

RMB: 30元

ISSN 1004-5783



9 771004 578154

www.greatchef.com.cn



2位法国 CHEF

来聊空气主题分子料理
颠覆视觉、嗅觉与味蕾



主厨
The chef

Paul Pairet 主厨

著名的法国主厨 Paul Pairet 目前在上海主理两家餐厅，一家是 Ultraviolet by Paul Pairet，简称 UV，直译为“紫外光”，被誉为“全世界第一家感官餐厅”，另一家是现代法餐厅 Mr & Mrs Bund。这两家餐厅开业以来多次获得殊荣，备受全球餐饮界瞩目。Pairet 更以其“才华，创新，以及对亚洲餐饮业的贡献”，获得了首届亚洲最佳 50 餐厅组织的终生成就奖。



CRUNCHY FIERCE SALAD THUNDER - CRUNCH 清脆冷烈沙拉、雷电 - 爽脆

技术运用：液氮急冻，80% 的空气消失殆尽。

Chef Paul 的观点：

这道沙拉非常符合“空气”的主题。主要是由于沙拉置于一大玻璃碗中，分量极大，无论容量以及组合食材皆极具饱满的空气感。沙拉主要包含：脆米、面包薄脆卷、芝士脆卷、马铃薯脆、青豆苗、萝卜苗、罗勒、芝麻叶、龙蒿、巴黎菌菇、柠檬浓缩汁、橄榄油、松露油、酱油香醋汁、姜味咖喱汁、八角香料汁。

上菜食用前，用餐时屋内乌云密布，忽然雷声闪电大作，一位服务人员在此时于碗中倒入液态氮，瞬间冷冻沙拉的内容物，另一位服务人员同时间用大勺子将所有内容物敲碎混合均匀，几秒后整份沙拉仅剩 20% 的混合碎片，其余 80% 的空气消失殆尽。服务人员将碎片分为 10 人份上菜，附上葡萄干香料面包以及苹果酒。

ULTRAVIOLET BY PAUL PAIRET 出品

FOIE GRAS CAN’ T
QUIT RED FRUITA
- CABBAGE ASH WEST
& SMOKE/ENNIO MORRICONE
鸭肝香烟难戒，红色莓果 - 生菜烟
灰，美国大西部与烟雾 / 埃尼欧 ·
莫里科内名曲

技术运用：液态氮急速冷冻，进行质地对比。

Chef Paul 的原创点子：

1. 当初想以水果结晶把软质的鹅肝慕斯包覆住，柔滑内里与酥脆外层进行双重对比。味道与质地的变化重组，这一创作概念是他很喜欢也常用的。
2. 经过无数试验，他找到的最佳方式是将鸭肝慕斯以针筒注入数种莓果做的薄皮圆柱里。因此他决定将其做成烟管的形状，之后又加入烟灰，最终形成可食用的香烟与烟灰。
3. 最后的步骤非常重要，将香烟浸入液态氮约 3 秒，使外皮瞬间固定冷脆，必须马上上菜食用。利用液态氮急速冷冻是要达成的目的之一，进行质地的对比。



MR & MRS BUND
- MODERN EATERY BY PAUL PAIRET 出品

TUNA MOUSSE 吞拿鱼慕斯

技术运用：氧化氮充气，形成慕斯泡沫。

Chef Paul 的观点：

此道开胃小品在客人看菜单时就会招待上桌，他喜欢在客人点餐前，考虑点餐的同时亦有小食陪伴。

主要食材：自制腌渍吞拿鱼、优格、酱油、柠檬汁、柠檬草碎、芥末、酸奶油、明胶。所有混合物以 whipping siphon (须先以氧化氮充气) 挤出至空罐头容器内，呈现比鱼肉酱要轻盈许多的慕斯泡沫质地，同时保有鱼肉的咸香，再以少许橄榄油，盐，黑胡椒调味。

附上面包薄脆片，以抹刀将慕斯抹上脆片食用。此慕斯上菜后，若闲置超过约 20 分钟，质地会因接触空气湿度而渐渐沉重水化。



JUMBO SHRIMP IN CITRUS JAR PP 主厨独创柑橘罐蒸大虾

技术运用：用空气调味，闻香进食

Chef Paul 的原创点子：

1. 始于 1999 年的创作，亦是 MMB 至今的招牌菜式之一。这是一道以空气本身调味的菜式。

2. 余烫 20 秒的虎虾，以柠檬草梗从中穿入，置于密封罐中，同时置入芳香佐料，包含柑橘皮、柠檬草、香草棒、柳橙切片、青柠叶、柠檬皮、西柚皮、柳橙皮、刚煮过的果汁（橙汁、柠檬汁、西柚汁），随即封存冷藏隔夜。

3. 与芳香佐料密封的主要目的：让那些强烈香氛与果汁蒸汽在密封罐中，集中加强对虾肉的薰香和渗透。也就是将“薰香”的气体当成“调味料”之一。

4. 出菜前，整罐一并蒸约 7-9 分钟（时间的长短取决于虾肉尺寸），整罐上桌。服务人员开罐让客人闻香，单纯闻香时，几乎可以“尝到”柑橘的香甜，嗅觉影响了味觉。之后将虾取出，连同特制亚洲式酱汁一起上菜。亚洲酱汁的主要原料有糖、酱油、青柠汁、鱼露、生姜、柠檬草、大蒜。