第一届山东省职业技能大赛青岛市选拔赛

烹饪（中餐）项目试题

本项目共分为2个模块，参赛选手从模块一到模块二依次完成菜品制作，第一模块为规定菜品尖椒鸡丝、油爆双花制作，第二模块为自选菜品制作。

**模块一：规定菜品**

菜品一：尖椒鸡丝

1.参赛选手一律使用现场提供的鸡脯肉一片（重量不少于200克）、尖椒一根、鸡蛋、葱、蒜等主辅料完成菜品制作。

2.菜品制作基本规范

（1）烹调方法：滑炒；

（2）原料：

主料：鸡脯肉；

辅料：尖椒、鸡蛋清；

调料：精盐、料酒、味精、食用油、湿淀粉；

（3）制作过程：

原料→刀工成形→上浆→滑油→调味→出锅装盘

（4）菜肴特点：

鸡丝粗细均匀，色白滑嫩，咸鲜可口。

3.成品使用现场提供的直径23厘米的圆平盘盛装，另备两份品尝碟供评委品尝，盛器现场提供。

菜品二：油爆双花

1.参赛选手一律使用现场提供的净鱿鱼（半片）、猪腰（一个）油菜、笋、木耳、葱、姜、蒜等主辅料完成菜品制作。

2.菜品制作基本规范

（1）烹调方法：油爆；

（2）原料：

主料：猪腰子、鱿鱼；

辅料：油菜、笋、木耳、葱、姜、蒜；

调料：精盐、料酒、醋、味精、胡椒粉、干淀粉、食用油、酱油、芝麻油、白糖；

（3）制作过程：

原料→刀工成形→焯水→过油→烹制→调味→勾芡→出锅装盘

（4）菜肴特点：

腰花、鱿鱼花形似麦穗，口味咸鲜，质感脆嫩，芡汁明亮。

3.成品使用现场提供的直径23厘米的圆平盘盛装，另备两份品尝碟供评委品尝，盛器现场提供。

**模块二：自选菜品**

参赛选手自带原料制作一道菜品。

1.菜品需选择区域特色原料制作。

2.严禁使用国家明令禁止的烹饪原料。

3.作品应体现选手的刀工技术和烹调技巧，注重实用，有一定创新意识并具有一定的推广价值。

4.菜品份量需满足8人量、各吃菜品不少于6份（另备2份评委品鉴）。

5.自选菜品餐具自备（餐具规格要求详见竞赛须知），另备两份品尝碟供评委品尝，餐具自备。