

# 佐料知识之佐料的作用

佐料在进食中起着一定的调节作用。

## 1. 调节菜肴食味

佐料有调节菜肴食味，增加菜肴风味的作用。例如“白灼海虾”这道菜由于烹制时没有放任何味料，这个菜虽然保留了虾的鲜味，但没有咸味，使这道菜的味道过淡和过于单调，在上席时如配上辣椒酱、酱油、熟油等几样佐料佐食，就能空出其鲜味，食之另有一番风味。在菜肴如“炖冬瓜盅”、“白切鸡”、“上汤鸡”、等，这所以跟佐料，就是为了补充咸味，突出风味。

## 2. 解腻帮助消化

佐料能解腻，帮助消化，促进食欲。如“烧鹅”皮脆肉嫩，肥美焦香，味道甘齿，而且色泽红亮，确实惹人食欲。便烧鹅的脂肪太多，想多吃一点就感觉腻口。如果上席时配以白糖、甜酱、梅子等，就不会使人感觉腻口了，尤其是蘸梅子酱吃烧鸡。不但可以吃多些，还别有一种风味。因为梅子含有很多有机酸，如柠檬酸、苹果酸、单宁酸等，对解腻化滞有较大作用。加上梅子酱是用鲜梅子加生盐腌再加白糖调制。因此，吃起来有酸甜适口、冶味醒胃、促进食欲。

## 3. 去除菜肴本身的腥味异味

佐料有去除菜肴本身的腥味、异味的作用例如“炖水鱼”、“炖山瑞”都要跟珠油、胡椒粉。因为水鱼、山瑞肉质腥味很重。虽然在烹制中已作去腥处理，但仍不彻底，特别是炖品，汤水多、油脂少、没

有芡，因此腥味免不了混在汤水里。而胡椒粉能抑制腥味；珠油蘸食水鱼，也能收到辟腥腻的和调节味道的效果。如“蛇羹”、“和花雀”等配上一定的佐料佐食，除了增加风味外，也有一定的去腥作用。

#### 4. 改变食味和增加菜肴甘香味

佐料可以改变食味和增加菜肴甘香味。例如脆炸食品，一般都用唛汁、淮盐作佐料。因为唛汁是用姜葱、蒜汁、糖、醋等香料制作而成，原是西餐的的调味佐料，含有糖分、氨基酸、无机盐等到多种维生素，是营养丰富的合成调味料。它用作脆炸食品的佐料，是比较理想的：一是解腻且消化；二是增加茴香和微弱的酸甜味；三是减轻脆炸食品的干硬程度。至于淮盐则是咸味的补充，具有焦香、甘咸等优点。所以用于佐食，可以补充食品咸味和增加甘香味。