

# 2023 年全国职业院校技能大赛（中职组）

## 中式烹饪赛项试题

### 一、理论竞赛题

参赛选手统一参加理论知识测试，理论知识测试题目从大赛官网公布的公开题库中随机抽取，题目类型为：单选题，判断题，多选题；测试方式为闭卷机考，测试时间为 60 分钟，题量为 100 道，每题 1 分，满分为 100 分。理论题有 30% 的题由专家根据要求赛前进行命题。

### 二、技能操作竞赛题

#### （一）中餐热菜制作模块

##### A: 基本功:

##### 1. 滑炒鱼丝

（1）烹调方法：滑炒；

（2）原料：

主料：鲜净草鱼肉；

辅料：青椒、红椒、鸡蛋、姜、葱；

调料：精盐、料酒、味精、烹调油、湿淀粉；

（3）制作过程：

原料→刀工成形→上浆→滑油→滑炒（调味）→勾芡→出锅装盘

(4) 菜肴特点:

鱼丝粗细均匀, 滑嫩, 色白明亮, 口味咸鲜。

(5) 成品要求

选手一律使用现场提供的原材料, 在 20 分钟内完成基础热菜;

(6) 评分标准: 参见《赛项规程》

## 2.滑炒肉丝

(1) 烹调方法: 滑炒;

(2) 原料:

主料: 净猪里脊肉;

辅料: 青椒、红椒、姜、葱;

调料: 精盐、料酒、味精、烹调油、湿淀粉;

(3) 制作过程:

原料→刀工成形→上浆→滑油→滑炒(调味)→勾芡→出锅装盘

(4) 成品特点:

肉丝粗细均匀, 质感滑嫩, 口味咸鲜。

(5) 成品要求

选手一律使用现场提供的原材料, 在 20 分钟内完成基础热菜;

(6) 评分标准: 参见《赛项规程》

### 3.滑炒鸡丝

(1) 烹调方法：滑炒；

(2) 原料：

主料：净冰鲜鸡脯肉；

辅料：青椒、红椒、姜、葱；

调料：精盐、料酒、味精、烹调油、湿淀粉；

(3) 制作过程：

原料→刀工成形→上浆→滑油→滑炒（调味）→勾芡→出锅装盘

(4) 成品特点：

鸡丝粗细均匀，质感滑嫩，口味咸鲜。

(5) 选手一律使用现场提供的原材料，在 20 分钟内完基础热菜；

(6) 评分标准：参见《赛项规程》

### **B：规定热菜（菊花鱼制作）**

1.烹调方法：脆熘法；

2.原料：

主料：带皮带腹骨草鱼；

辅料：姜、葱；

调料：番茄沙司、精盐、料酒、烹调油、湿淀粉；

### 3.成品要求:

①在 40 分钟内完成“菊花鱼”制作。

②选手一律使用现场提供的前一天宰杀好、净重约 750-800 克的冷藏保鲜带皮带腹骨草鱼半条。

③制作 8 朵菊花鱼，成品直径为 6-7 厘米，不得多做少做，少做多按评分标准扣分；成品菊花鱼统一浇全汁。成品必须使用现场提供直径 40 厘米的圆盘，成品按 323 装盘。

④现场统一提供番茄沙司、生粉和基础调料。不允许自带任何原料和调料。

⑤成品不做任何点缀。

4.评分标准：参见《赛项规程》

## C: 创意热菜

### 1. 原料:

主料：冰鲜鸡胸肉；

辅料：青椒、红椒、清水罐头冬笋、红萝卜、青菜心、水发香菇、姜、葱、蒜；

### 2. 成品要求:

①在 60 分钟内完成创意鸡肉菜一道，制作过程原料不得制成茸泥，成品不能成茸类菜肴。

②选手一律使用现场提供的冰鲜鸡胸肉，重量为 400 克，配料为青、红椒各一个约 100 克、清水罐头冬笋约 150 克、红萝卜一条约

150 克、青菜心、水发香菇各约 100 克及姜、葱、蒜各 50 克。特殊调料经申报批准后可自带。

③制作份菜为 10 人量，另备品尝碟供评判；制作位菜（各客），需要 6 份，4 份送评，2 份品尝；装盘器皿现场只统一提供直径 41cm 圆盘或长×宽为 41cm×25cm 长方盘和品尝碟；特殊器皿经申报审核后可以自带。

④不得带自制的高汤进场。

3.评分标准：参见《赛项规程》

4. 时间安排：规定热菜和创意热菜比赛时间可以套用

## **（二）中式面点制作模块**

### **A: 基本功:**

1. 基本功品种：白菜饺、月牙饺、知了饺；

2.成品要求：

①在 20 分钟内完成水调面团制作 1 款；

②生坯作品 8 个，要求大小均匀，形态饱满，造型逼真；

③选手使用现场提供的面粉 200 克和莲蓉馅心 150 克，现场和面，下剂、擀皮、成型；

④成品用现场提供的 35.5 厘米的平盘盛装送评，以“44”方式横排列。

3.评分标准：参见《赛项规程》；

## **B:规定面点**

### **1. 成品要求:**

①在 50 分钟内完成鲜肉中包制作;

②选手使用现场提供某某品牌的的面粉 300 克和猪肉末 250 克、小葱、酱油及其它辅料,现场和面,调制鲜肉馅心(水调馅),使用酵母发酵制作中包。(清真饮食习俗的选手,可选用牛肉调制馅心。由各省厅出具选手证明材料。)

③成品大小一致,数量为 9 个,成品重量每个 55 克(可上下浮动 10%)。

④包子褶应在 18 道以上,花纹清晰,间距均匀。

⑤成品用现场提供的 35.5 厘米的平盘盛装送评,以“333”方式排列,其中包含评委品尝包子。

2.评分标准: 参见《赛项规程》;

## **C: 自选面点**

### **1. 成品要求:**

①在 50 分钟内完成自选油酥点心一道,要求明酥制品(卷酥工艺);

②现场统一提供某某品牌的面粉 500 克、莲蓉馅心 200 克,起酥油,和面、制酥、开酥、成型、熟制均需在场内独立操作完成;

③作品应能体现选手的基本功和手法技巧,注重实用,有一定创新意识;

④作品应满足 6 人食用量要求，另备 2 人量尝碟供评委品尝；

⑤作品盛装餐具自备。

2.评分标准：参见《赛项规程》；

3. 时间安排：规定面点和创意面点比赛时间可以套用

### **(三) 冷拼与雕刻制作模块**

#### **A: 基本功:**

1.基本功品种：月季花、牡丹花、荷花；

2.作品要求：

①选手一律使用现场提供的原料,10 分钟内完成雕刻作品 1 个；

基本功的三个作品均使用青萝卜一个，约重 500 克；

②作品的所有刀工处理均在场内完成；

③成品使用现场提供的直径 23 厘米的平盘盛装。

3.评分标准：参见《赛项规程》；

#### **B:规定雕刻**

1.作品要求：

①使用规定的原材料在 90 分钟中型组合雕刻一个。

②选手一律使用现场提供的象牙白萝卜 1 只（直径不小于 7cm，长度不小于 25cm），心里美萝卜 2 只（直径不小于 8 厘米）、青萝卜 1 根（根底直径不小于 6 厘米、长度不小于 12 厘米）、胡萝卜 3

根（根底直径不小于 4 厘米、长度不小于 15 厘米）。

③作品的所有刀工处理均在场内完成。

④作品使用支撑物及粘合剂不得暴露于表面，支撑物使用铁丝时，不可提前弯曲、不可提前用多支铁丝焊接成型，不可使用铁片，长宽高不得超过 60 厘米。

⑤作品使用现场提供的直径 28 厘米的平盘盛装。

2. 评分标准：参见《赛项规程》；

### **C:创意冷拼**

1. 作品要求：

①使用现场提供的原材料在 30 分钟内完成各客花拼一道；

②选手一律使用现场提供的原料：西式方火腿半块（约 100 克）、鸡肉肠 1 根（约 60 克）、鸡蛋干 1 块、象牙白萝卜 1 段（约 80 克）、黄瓜 1 根（约 100 克）、生胡萝卜 2 段（约 120 克黄心、红心各一段）、心里美萝卜 1 块（约 100 克）、青萝卜 1 块（约 75 克），现场提供原料均要使用在作品中，现场统一提供调味品（精盐、白醋、老抽、白糖等）；

③作品造型不限，主题应健康、积极、向上，能体现选手的刀工基本功和拼摆技巧，以形、色为主，注重实用、卫生，具有创新意识；

④作品造型美观，主题突出，构思完整，刀工精细，简繁适当，搭配合理，拼摆造型严禁使用粘合剂黏接，造型、点缀饰物制作均须在场内独立进行；



⑤作品应满足 1 人量，每份净料总重量约 200 克（可上下浮动 10%），使用现场提供的直径 28 厘米的白色圆盘盛装。

⑥作品制作过程中不可以使用模具，原料不可熟处理。

2.评分标准：参见《赛项规程》

3. 时间安排：规定雕刻和创意冷拼比赛时间可以套用

备注：

技能比赛基本功项目每场次抽取的品种（赛前 30 分钟抽题）

模块	第一场次	第二场次	第三场次	第四场次
热菜制作	猪肉丝	鱼肉丝	猪肉丝	鸡肉丝
面点制作	月牙饺	白菜	知了饺	白菜饺
冷拼食雕	荷花	牡丹花	月季花	荷花