# 西餐牛排的礼仪知识

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2024-12-27

*西餐牛排的礼仪知识（精选6篇）西餐牛排的礼仪知识 篇1　　西餐牛排的礼仪　　TENDERLOIN(嫩牛柳)　　又叫菲力，是牛脊背上最嫩的肉，煎成3成熟，5成熟和7成熟都可以。　　RIB-EYE(肋眼牛排)　　瘦肉和肥肉兼而有之，由于含一些肥*

西餐牛排的礼仪知识（精选6篇）

**西餐牛排的礼仪知识 篇1**

　　西餐牛排的礼仪

　　TENDERLOIN(嫩牛柳)

　　又叫菲力，是牛脊背上最嫩的肉，煎成3成熟，5成熟和7成熟都可以。

　　RIB-EYE(肋眼牛排)

　　瘦肉和肥肉兼而有之，由于含一些肥膘，味道比较香，最好煎至3分熟。

　　SIRLOIN(西冷牛排)

　　含一定肥油，外延带一圈白色肉筋，口感韧度强，适合年轻人和牙口好的人，建议不要煎的过熟。

　　T-BONE(T骨牛排)

　　呈T字型，是牛背上的脊骨肉。T型一边肉多一边肉少，量多的是肋眼，量小的是菲力。

　　牛排熟度Very rare steak：

　　一分熟牛排(rare)：

　　牛排内部为血红色且保持一定温度。

　　三分熟牛排(medium rare)：

　　切开牛排见断面仅上下两层呈灰褐色，期间的70%的肉为红色且带有大量的血水，这种熟度最能品尝牛排的鲜美。

　　五分熟牛排(medium)：

　　切开牛排50%呈红色，带有少量血水。

　　七分熟牛排(medium well)：

　　切开牛排中央 只有一条较窄的红线，肉中血水已近干。

　　全熟牛排(welldone)：

　　切开后无血汁流出，切口呈现粉红色。这样吃牛排才优雅

　　切牛排：

　　从牛排左端开始切(左叉右刀)，切的时候不能太用力，否则容易与盘子相撞发出声音，在西餐厅这是非常不好，甚至粗鲁的行为。牛排的正确使用方法是切一块吃一块，全部切完会导致肉汁流失，温度下降，影响口感。

　　蘸酱汁。

　　首先将酱钵拿到盘子边上，用勺子取用两勺放在盘子内侧，取用时注意不要酱汁滴到桌布上。不要直接浇在牛排上，会影响口感，切一口蘸一下。将勺子放在酱钵侧边递给下一个人。

　　吃牛排：

　　吃牛排的时候和吃的别的东西一样，嘴中有东西的时候尽量不要说话，也不要拿刀叉做手势。

　　点缀蔬菜：

　　放在牛排旁边的`蔬菜不仅是为了装饰，同时也是基于营养均衡的角度来搭配的，如果因为实在不爱吃，最好也全部吃完哦!

　　用餐完毕：

　　吃完后，刀叉呈平行状态竖放在盘中央，刀刃朝内，叉齿向上，服务人员看到就会收走。

　　牛排之食物禁忌

　　牛排;牛肉不宜与板栗、田螺、红糖、韭菜、白酒、猪肉同食。

　　牛排+红糖：不利于营养的吸收。

　　牛排+白酒：容易上火。

　　牛排+板栗：呕吐。

　　牛排+韭菜：中毒。

　　牛排+猪肉：性味有所抵触。

　　牛排+田螺：不宜消化、腹胀。

　　鸡蛋：鸡蛋不宜与糖同煮;与糖精、红糖同食会中毒;与鹅肉同食损伤脾胃;与兔肉、柿子同食导致腹泻;同时不宜与甲鱼、鲤鱼、豆浆、茶同食。

**西餐牛排的礼仪知识 篇2**

　　黑椒牛排的做法

　　黑椒牛排的做法

　　步骤1

　　像常规做法一样，牛排两面撒上黑胡椒(最好用現磨黑胡椒碎，比較香。實在沒有用黑胡椒粉也可以。)，少许盐(因为后面要做酱汁，所以可以少放盐)涂抹均匀，然后淋上橄榄油(花生油，玉米油也可以)摸勻。

　　我做牛排，基本是摸完油就直接煎的，從不醃製，因為我覺得用含鹽份的調料醃製，肯定會導致牛肉或多或少的失去水分，會影響之後牛排“鮮嫩多汁”的效果。

　　步骤2

　　不粘锅烧到冒烟，把牛排放进锅中，用夹子压一压，确保牛肉均匀受热。每面煎2分钟(肉厚的可以煎久一点，但再厚的肉也不能超过 4分钟，否则牛肉太老咬不动)，这样五成熟，外焦，里面还是粉红色，没有血水，给小盆友吃放心。

　　把煎好的牛肉静至盘中，一会肉汁就会流出。

　　步骤3

　　下一步是调酱汁(如果怕麻烦，而且牛肉是进口的，味道很好的话，做不做酱汁都无所谓)。

　　利用煎牛扒的余油，放入洋葱末煎香，加入番茄末(牛排要趁熱吃味道才好，所以把番茄切得越碎，煮爛的時間越短，用攪拌機打碎更好)，煮烂。淋入红酒，加黑胡椒碎，少量盐。把静至牛排流出的肉汁混入，酱汁就做好了。黑椒牛排的做法 步骤4

　　喜欢情调的，可以烫些西兰花、红萝卜，切几片西红柿，或者炸些马铃薯条，摆盘。

　　步骤5

　　配上酱汁，简单的黑椒牛排就做好了!

**西餐牛排的礼仪知识 篇3**

　　材料

　　沙朗牛排200公克，马铃薯块40公克，红萝卜块40公克，沙拉油2大匙，黑胡椒酱120cc，盐1/2小匙

　　做法

　　1.取一汤锅，倒入适量的水煮至滚沸，将马铃薯块、红萝卜块放入以大火烫熟，取出备用。

　　2.取一平底锅，倒入沙拉油烧热至略微冒烧时，先放入沙朗牛排，于其上撒盐，以大火煎约1分钟至定型后翻面，改小火煎至喜好的熟度，起锅排盘。

　　3.于作法2的盘中排入作法1的马铃薯块、红萝卜块，最后淋上黑胡椒酱即可。

**西餐牛排的礼仪知识 篇4**

　　材料

　　肋眼牛排一块(400克左右)，黑胡椒粒小半勺，黄油20克，盐2克

　　做法

　　1、牛排放在保鲜袋里捶打断筋，这样肉会更细嫩，烤的时候不会回缩;

　　2、磨些黑胡椒均匀的撒在两面，再涂上黄油、盐，按摩一下，松弛30分钟;

　　3、烤箱预热220度，牛排放进厚烤盘，中层上下火先烤10分钟;

　　4、翻面再烤8分钟，就八成熟了。如果喜欢吃嫩一些的，时间可以缩短为(一面8分钟，再一面5分钟);

　　5、牛排装盘，利用烤盘里的余温和牛油，再烹进去2勺红酒，最后均匀的浇在烤好的牛排上;

　　6、切开吃吧，很牛排很美味!

**西餐牛排的礼仪知识 篇5**

　　菲力牛排150克，西兰花1小朵，黄油适量，黑胡椒适量，西红柿半个。

　　方法步骤

　　1、西兰花焯水备用，西红柿切片备用。2、将黄油放入炒锅中，煎化后，放入牛排，煎到两面黄即可。3、摆盘，撒上黑胡椒酱。4、可以煎一个鸡蛋，即可煎熟火半熟。5、西兰花摆盘，西红柿围边，完成。

　　1、一分熟的牛排中间几乎是生的，带血色。生的带血牛排，汁多而且具有真正的牛肉原味。2、全熟牛排则呈咖啡色，几乎熟透。但并不是越熟透越好吃，其实牛排在半生时，用刀切开所见的粉红色肉汁，并不是血，而是烤肉时渗入的调味品汁。3、五成熟的牛排，有美妙的牛肉原汁，烤得时间越长，肉汁渐渐蒸发，肉质也变得坚韧，鲜美感消失殆尽，所以“老饕”是不吃老牛排的。4、初试者不妨以七成熟开始。表面焦黄，而中心已熟个七、八分者，就是所谓七成熟。

　　牛肉是一种营养价值很高的肉品，它富含肌氨酸对于肌肉增长有帮助作用，另外含有的维B6能增强人体的免疫能力。肉毒碱能促进脂肪的消耗，增长肌肉。此外牛肉含有的蛋白质，锌镁，铁钾物质的含量都比较高，能够补血抗衰老，促进身体康复。

**西餐牛排的礼仪知识 篇6**

　　食材准备

　　西冷牛排500克，黄油40克，盐10克，黑胡椒粉10克，蔬菜300克，柠檬1个。

　　方法步骤

　　1、将牛肉放在保鲜膜中捶打断筋，双面均匀涂抹黄油备用。

　　2、放入西冷扒，单面用猛火煎2分钟，翻一面，撒一些黑胡椒和盐再煎2分钟，表面挤些柠檬汁淋上去(5成熟了)。

　　3、再翻一面，撒黑胡椒和盐煎2分钟即可(差不多八成熟)。

　　4、牛排后煎好后，用锅子里牛排渗出的油和咸味把蔬菜煎到有横纹就出锅了。

　　烹饪技巧

　　1、煎制西冷牛排时要把握好：既要能够将牛肉表面迅速加热，产生大量的香料分子，又不能使肉质的细胞壁破裂，而且最好用厚底铁锅，因为厚厚的生铁导热均匀受热快，这样才能把牛肉那种原有的口味发挥到极致。

　　2、喜欢吃嫩的，可以省略掉后面翻面那一步。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找