

日盛濠餐文化丛书

味道·顺德

尤永全 廖锡祥 秦勇 著





味道·顺德

尤永全 廖锡祥 秦勇 著

羊城晚报出版社

·广州·

图书在版编目(CIP)数据

味道·顺德 / 尤永全, 廖锡祥, 秦勇著. —广州: 羊城晚报出版社, 2015.8

ISBN 978-7-5543-0226-2

I. ①味… II. ①尤…②廖…③秦… III. ①饮食—文化—
顺德市 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第180354号

味道·顺德

Weidao · Shunde

策划编辑 高玲
责任编辑 王瑾
装帧设计 友间文化
责任技编 张广生
责任校对 麦丽芬 何琳玲
出版发行 羊城晚报出版社(广州市天河区黄埔大道中309号羊城创意产业
园3-13B 邮编: 510665)
网址: www.ycwb-press.com
发行部电话: (020) 87133824

出版人 吴江
经 销 广东新华发行集团股份有限公司
印 刷 广州市岭美彩印有限公司
规 格 787毫米×1092毫米 1/16 印张10.75 字数220千
版 次 2015年8月第1版 2015年8月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5543-0226-2/TS·72
定 价 35.00元

版权所有 违者必究 (如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换)



食 在 广 州 · 厨 出 凤 城



原 汁 原 味 · 妙 在 家 常

《日盛世濠餐饮文化丛书》编委会

编委会主任

尤永全 廖锡祥

编委会副主任

秦 勇 李建强 李睦明 许伟强

总策划

日盛世濠餐饮连锁管理有限公司

编 委

陈自衡 林桂欢 麦财锦 曾翠玲 黄和漆

冯兆权 欧阳锦 冯永兆 梁志强 董永胜

李秋亮 黄 贤 游永坚 吴坤明

序言。

食 在 广 州 · 厨 出 凤 城

顺德！一个耳熟能详的名字。曾获“中国厨师之乡”、“中国美食名城”荣誉，是广府粤菜的重要发源地之一。源于秦汉的顺德饮食是岭南美食代表之一，又称“凤城美食”！在漫长的历史发展过程中形成了自己鲜明的特色，成为中华饮食文化体系的一朵奇葩。“食在广州，厨出凤城”，道出了中国名菜系之一的粤菜与顺德的关系，证明了顺德人在饮食方面独到的技艺。作为顺德人的我，“原汁原味，妙在家常”是我对顺德菜的感悟和体会。品味出浓浓的水乡味、田园味、自然味，形成淡雅清新、充满家常风味的特质，是一种感觉，一种情结，一份思念，一份期待。

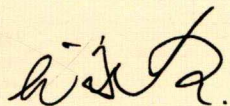
顺德烹饪的特色，折射出特有的饮食文化，其核心是享受生活的淳朴。顺德人的勤劳，转变成物阜民丰的社会环境，由原来桑基鱼塘，到原生态的“一菜一物”当思来之不易，颇为珍惜！追求原汁原味，与顺德人求真务实、追求完美的文化精神一脉相承。这方面不仅表现在烹饪上，各村镇自办的“酒堂”喜庆文化也可见一斑。

2014年12月，联合国教科文组织通过官方网站公布，宣布顺德荣获“世界美食之都”称号，成为世界第6个、中国第2个获此世界级殊

荣的地区。作为顺德人的我感到无比光荣。同年，我和我的团队组织参与了“2014日盛世濠顺德美食中国行”活动，全程走过了十省百城，得到各地美食家的赞誉，2015年启动的“日盛世濠顺德美食走进内蒙古”活动，通过两地餐饮文化的交流，把顺德美食带向全国，深入千家万户。

现在，我和我的团队与顺德饮食文化学者廖锡祥先生一起，通过《味道·顺德》一书，将顺德菜背后不为人知的故事用“竹枝词”的方式表现出来，为的是承传顺德传统美食，让更多人了解顺德菜的由来，分享顺德菜的真滋味！

“敢为天下先”，努力创新的顺德人精神鼓舞着我和我的团队！为顺德美食文化的推广尽绵力，通过“日盛世濠餐饮文化丛书”之《味道·顺德》这个文化之窗与支持和喜欢顺德美食的社会同仁一起交流，也希望在交流与分享中共同进步。



中 国 厨 师 之 乡



中 国 美 食 名 城



顺 道·味 德



目录

1 盐腌三蟹	/2	22 碧绿绉纱鱼卷	/44
2 麒麟生鱼	/4	23 六味会长鱼	/46
3 五柳鱼	/6	24 桂花炒珧柱	/48
4 榄角蒸大鲮鱼	/8	25 凤城炒蚝松	/50
5 大良污糟鸡	/10	26 玉簪田鸡腿	/52
6 顺德梅子鹅（状元鹅）	/12	27 炒水蛇片	/54
7 土鱿蒸肉饼	/14	28 顺德小炒皇	/56
8 老少平安	/16	29 蚬肉生菜包	/58
9 古法蒸江鲫	/18	30 鸽松生菜包	/60
10 浸滑鱼	/20	31 顺德炒三秀	/62
11 浸吸鱼	/22	32 糯米炖鲤鱼	/64
12 凤城四杯鸡	/24	33 鱼塘公焖大鱼	/66
13 香麻手撕鸡	/26	34 柚皮焖大鳝	/68
14 顺德三文鱼生	/28	35 家乡焗鱼肠	/70
15 无骨鲫鱼	/30	36 八珍盐焗鸡	/72
16 鲮鱼球	/32	37 铜盘锡纸焗鸡	/74
17 顺德虾生	/34	38 鲍鱼焗鸡	/76
18 凉拌爽鱼皮	/36	39 彭公鹅	/78
19 凤城鱼面线	/38	40 市长鹅	/80
20 凤巢三丝	/40	41 狗仔鸭	/82
21 炒三色蛋	/42	42 钵仔禾虫焗蛋	/84

顺 道·味 德



43 北滘香芋扣肉	/86	64 百花酿蟹钳	/128
44 猪脚姜	/88	65 凤城脆皮鸡	/130
45 凤城酿节瓜	/90	66 秘制陈皮鸽	/132
46 正宗罗汉斋	/92	67 大良野鸡卷	/134
47 白汁焖大鱼	/94	68 陈村咕嚕肉	/136
48 顶骨大鳝	/96	69 勒流乳香肉	/138
49 顺德碌鹅	/98	70 姜油风沙鸡	/140
50 煎焗鲳鱼	/100	71 脆皮大肠	/142
51 煎焗鱼嘴	/102	72 七彩鱼蓉羹	/144
52 铜盘焗鱼嘴	/104	73 粉葛赤小豆鲮鱼汤	/146
53 酿鲮鱼	/106	74 杏汁炖白肺	/148
54 均安煎鱼饼	/108	75 顺德鱼松胡椒萝卜	/150
55 大良煎虾饼	/110	76 姜汁浸猪腰	/152
56 煎酿三宝	/112	77 南乳花生	/154
57 顺德煎焗排骨	/114	78 薄撑	/156
58 煎焗竹肠	/116	79 伦教糕	/158
59 顺德煎焗鸡	/118	80 和味蚬蚶	/160
60 大良炸牛奶	/120		
61 松子鱼	/122	后记	/162
62 乐从鱼腐	/124		
63 麦香鳗鱼柳	/126		

顺德烹饪的特色，
折射出特有的饮食文化，
其核心是享受生活的淳朴



盐腌三鲩

日盛世濠盐步店——冯兆权师傅制作

千寻石壁^① 锁甘滩，自此鱼王^② 见面难。
且引洋亲^③ 施粉黛，情缘一夜^④ 作新欢。

【注释】

- ①石壁：指拦河坝等水利工程。
- ②鱼王：三鲩的美称。三鲩被誉为“鱼中之王”。
- ③洋亲：从国外引进的洋三鲩。
- ④情缘一夜：民间戏称“一夜情”。与“施粉黛”一样比喻将洋三鲩浅加腌渍，使之肉实味鲜。



美食简介

由于滥捕、环境污染和各种水利工程截断洄游通道，近年西江三鳌濒临灭绝。于是，从缅甸、泰国、美国引进洋三鳌聊慰“饥肠”。顺德人将洋三鳌放入盐水中泡一夜，以咸引鲜，并利用盐的渗透压，将松弛的鱼肉压紧。这样的咸三鳌加姜、葱、陈皮丝铺面蒸，或用猪网油裹而蒸之，出锅加调料。外地人称这样烹制的三鳌为“顺德三鳌鱼”。

麒麟^①生鱼

日盛世濠大沥店——黄和添师傅制作

掷地闻声尚怒瞋，
称雄水族霸王身。^②
梅花间竹成肴后，
玉洁冰清味可人。

【注释】

①麒麟：麒麟原为古代传说中一种珍贵灵兽，状如鹿，独角，有甲，尾像牛，移作菜肴的美称之一。以“麒麟”命名的多为高档菜。

②头两句写生鱼（乌鳢）生命力之强和性情凶猛，有“水中霸王”之誉，虽遭掷地摔挞犹怒目而视。

美食简介

“麒麟生鱼”是比较古老的一款顺德麒麟菜。制法：把生鱼起肉切片，将鱼头、尾、骨调味，把鱼骨放在碟上直排好，鱼骨两侧依次排放鱼片、火腿片、湿冬菇、笋花，交错排列成鱼鳞形，然后砌上鱼头、鱼尾，浇油放姜葱，入笼大火蒸至恰熟，弃姜葱，滗出原汁，勾上汤芡，把车厘子（樱桃）嵌入眼眶内便成。此菜表明传统顺德菜还重视形式美。



五柳鱼

日盛世濠盐步店——冯兆权师傅制作

宋嫂鱼^① 香满食坛，
撩人嗜欲味甜酸。

还添五柳丝千缕，
直引陶诗上箸端。^②

注 释

①宋嫂鱼：历史名菜“西湖醋鱼”。顺德“五柳鱼”源于杭州的“西湖醋鱼”。

②这两句意谓顺德“五柳鱼”让食客想起“五柳先生”陶渊明，从而来了诗兴。