

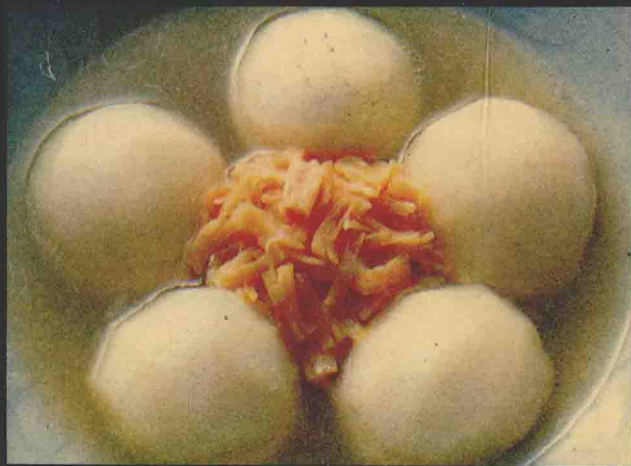
(八大菜系家宴系列)

新编大众

粤菜

家宴精华

主编 段红



天津科技翻译出版公司

(八大菜系家宴系列)

新编大众粤菜 家宴精华

主编 段红

天津科技翻译出版公司

丛书主编 孟建 段红 赵铭
本书主编 段红
编写人员 孙建忠 周秀文 李广钧 孟建 段红
赵铭 董树芬

新编大众粤菜家宴精华

(八大菜系家宴系列)

※※※※※※※※※※

天津科技翻译出版公司

(邮政编码:300192)

全国新华书店经销

河北省霸州市印刷厂印刷

※※※※※※※※※※

开本 32 印张 9.75 字数 214 千

1996年7月第1版 1997年6月第2次印刷

ISBN7—5433—0787—1
N·70 定价:9.50元

目 录

十六菜一汤

- | | | | | |
|---|--------|------|--------|------|
| 菜 | 火腿拼鸡块 | (1) | 奶油扒菜胆 | (12) |
| | 兰花肾球 | (2) | 蟹肉烩鱼肚 | (12) |
| | 虾子扒鱼肚 | (2) | 蚝油鲍片 | (13) |
| | 鸡茸知了白菜 | (3) | 果汁猪扒 | (13) |
| | 白灼牛百叶 | (3) | 多彩蛇丝 | (14) |
| | 鸡爪烧蜆皮 | (4) | 青椒鳝鱼片 | (14) |
| | 鸡茸银耳 | (4) | 海参羹 | (15) |
| | 发菜扒菜胆 | (5) | 莲茸鹤鹑 | (15) |
| | 蟹黄生翅 | (5) | 红烧散翅 | (16) |
| | 红豆鲤鱼煲 | (6) | 鸡爪炖鱼 | (17) |
| | 鸡丝菊花舌羹 | (6) | 梅子蒸肉排 | (17) |
| | 核桃肉丁 | (7) | 南乳扣肉 | (18) |
| | 海参扒大鸭 | (7) | 汤 烩花肚 | (18) |
| | 八珍扒猪蹄 | (8) | 菜 蚝油菜胆 | (19) |
| | 多彩牛丝 | (8) | 水晶鸡翅 | (20) |
| | 豆豉煎海虾 | (9) | 烧乳鸽 | (20) |
| 汤 | 肉粒粟米汤 | (9) | 西芹鲜鱿 | (21) |
| 菜 | 鸡茸扒菜心 | (10) | 鸡油西洋菜 | (22) |
| | 脆皮大肠 | (10) | 广东烧鹅 | (22) |
| | 七彩鸭丝冻 | (11) | 八宝冬瓜 | (22) |
| | 沙爹牛卷 | (11) | 金针蛇丝 | (23) |
| | | | 花生煲猪蹄 | (24) |

	油菜扒红鸭····· (24)		西芹腰果····· (41)
	双味盘龙鱼····· (25)		炸三丝卷····· (42)
	滑蛋虾仁····· (26)		榨菜鸡丝····· (42)
	虾子扒海参····· (26)		枣泥雪梨····· (43)
	北菇鸭掌····· (27)		菜花虾仁····· (43)
	佛跳墙····· (28)		奶油鱿鱼卷····· (44)
	鸡丝鱼肚····· (28)		松子鲩鱼····· (44)
汤	芥菜烩鸭汤····· (29)		腰果四丁····· (45)
菜	铁板肉片····· (30)		油泡腰花····· (46)
	菜心穿鸡翅····· (31)		芋腐扣肉····· (46)
	清蒸活鲍····· (31)		宫煲牛尾····· (47)
	双味鱿鱼卷····· (32)		蚝油鸡片····· (47)
	鲜菇爆虾球····· (32)	汤	冬茸鸡粒羹····· (48)
	咖喱焖蟹····· (33)	菜	鸡茸烩鱼肚····· (48)
	兰花珍珠鲍····· (33)		凉瓜炒田鸡····· (49)
	干蒸烧麦····· (34)		什锦肚丝····· (49)
	炖牛腩····· (35)		豉椒腰花····· (50)
	红烧鳊鱼····· (35)		凉拌鸭丝····· (50)
	豉汁蒸白鳝····· (36)		麻辣鸡丁····· (51)
	干烧鱼翅····· (36)		生炒鳝丝····· (51)
	荔枝炖大鸭····· (37)		粟米鸡丁····· (52)
	二冬炒蛇丝····· (37)		红焖鲩鱼····· (52)
	菜远炒鲟龙····· (38)		虾酱牛肉····· (53)
	蟹黄烩广肚····· (38)		胡椒鸡煲····· (53)
汤	花胶鸡丝汤····· (39)		笋炒肉片····· (54)
	十四菜一汤		米粉肉····· (54)
菜	酥炸蟹夹····· (40)		肉丝豆腐····· (55)
	银耳生鱼片····· (41)	汤	汤泡牛百叶····· (55)

菜	茄汁牛柳·····	(56)
	扒鹤鹑·····	(57)
	腿汁菜胆·····	(57)
	洋葱煎猪肝·····	(58)
	蚝油鱼丸·····	(58)
	咖喱鱿鱼卷·····	(59)
	鲜菇生鱼球·····	(59)
	茄汁鸡丁·····	(60)
	蒜子牛肉片·····	(60)
	酸菜肉丝·····	(61)
	生炒牛肚·····	(61)
	梅干菜蒸猪肉·····	(62)
	鱼片蛋清·····	(62)
	八宝炖鸭·····	(63)
汤	鸡粒粟米羹·····	(63)
菜	丝瓜炒鸡翅·····	(64)
	虾茸沙拉·····	(65)
	虾胶火腿菇·····	(65)
	菜心扒瑶柱·····	(66)
	多彩鸡柳·····	(66)
	蚝油煎鸡柳·····	(67)
	烩鱼丸·····	(67)
	草菇蒸乳鸽·····	(68)
	虾仁扒菜胆·····	(68)
	榄仁炒鸡丁·····	(69)
	鲜笋鸭片·····	(69)
	椒盐炖肘子·····	(70)
	沙梨拌鹅片·····	(70)

	油炸乳鸽·····	(71)
汤	冬菇鸡片汤·····	(71)

十二菜一汤

菜	菱粉甜冻·····	(72)
	糖醋排骨·····	(72)
	凉拌鸡丝·····	(73)
	蚝油北菇·····	(73)
	·口蘑鸡腰·····	(74)
	蒜茸苋菜·····	(74)
	鱼肚炖鸡·····	(75)
	酸菜大肠·····	(75)
	葱爆羊肉·····	(76)
	生炒田鸡·····	(76)
	蒜茸草菇·····	(76)
	蚝油炒鳔肝·····	(77)
汤	榨菜肉丝汤·····	(78)
菜	酥炸羊肉丸·····	(78)
	凉瓜炒鸡片·····	(79)
	白斩鸡·····	(79)
	牛肉面筋·····	(80)
	爆腰肝卷·····	(80)
	凉拌粉丝·····	(81)
	生菜炒鸡片·····	(81)
	咖喱牛柳·····	(82)
	冬笋羊肉丝·····	(82)
	烧二冬·····	(82)
	豆腐烩肉茸·····	(83)
	宫保肉丁·····	(83)

汤	肉片冬瓜汤·····	(84)	西兰花炒蟹肉·····	(98)	
菜	凉拌茭笋·····	(85)	清蒸扇贝·····	(99)	
	生炒油菜·····	(85)	豆豉田螺·····	(99)	
	奶油菜胆鸡·····	(86)	鱼肚西兰花·····	(100)	
	干煎咸鱼·····	(86)	鱿鱼卷虾茸·····	(100)	
	银耳鸡茸·····	(87)	银耳烩蟹茸·····	(101)	
	凉拌鸡片·····	(87)	糯米鲤鱼·····	(101)	
	豆苗炒鸡丝·····	(87)	洋葱扒海参·····	(102)	
	草菇燕子鸡·····	(88)	冬瓜荷鸭煲·····	(102)	
	烩三冬·····	(88)	火腿穿鸡翅·····	(103)	
	宫保鸡丁·····	(89)	鲜菇鸡丁·····	(103)	
	鲜菇炒猪肝·····	(89)	汤	扇贝双菇汤·····	(104)
	青瓜炒肉片·····	(90)	菜	白灼鲜虾·····	(104)
	汤	鲜菇肉片汤·····	(90)	酥炸鱼肠·····	(105)
	菜	土鱿鸡丝·····	(91)	清蒸田鸡·····	(105)
冰糖银耳·····		(91)	豆汁炖猪手·····	(105)	
笋炒鸽片·····		(92)	青豆鸡丁·····	(106)	
竹笙烩螺片·····		(92)	双拼火腿鸡·····	(106)	
菜苎鸡片·····		(93)	荷包豉鸡·····	(107)	
虾茸青椒盅·····		(93)	香炸鸡脯·····	(107)	
鲜奶烩鱼茸·····		(94)	生炒牛百叶·····	(108)	
花椒牛肉·····		(94)	虾茸酿北菇·····	(108)	
椒盐排骨·····		(95)	葱烧茄汁牛肉·····	(109)	
五香鸡丝·····		(95)	虾子豆腐羹·····	(109)	
青椒鱼丝·····		(96)	汤	花肚蟹肉汤·····	(110)
茴香腰花·····		(96)	菜	生炒田鸡·····	(110)
汤		芥菜猪肝汤·····	(97)	腰果虾仁·····	(111)
菜		脆炸直虾·····	(97)	酥炸豚肝·····	(111)

	竹笙扒蟹黄	(112)		奶炒四宝	(126)
	生蚝煎蛋	(112)		蚝油北菇	(127)
	香麻鱼脯	(113)		海鲜豆腐煲	(127)
	鸡丝鱼肚	(113)		什锦肉丁	(128)
	海参烩肉丸	(114)		豉蒸排骨	(129)
	鲜菇扒蟹肉	(114)		冬茸烩蟹肉	(129)
	豆豉烧牛肉	(115)		骨香鸡片	(129)
	菜胆虾丸	(115)	汤	青菜鱼片汤	(130)
	西湖鲩鱼	(116)	菜	油煎鸡脯	(131)
汤	鲜菇虾扇汤	(116)		凉瓜炒鸭片	(131)
菜	咖喱鸡翅	(117)		冬瓜腿茸	(132)
	清蒸鳊鱼	(117)		彩粒节瓜盅	(132)
	油爆龙虾	(118)		韭王拌鸡丝	(133)
	椰盅田鸡	(119)		酥炸牛丸	(133)
	什锦蛇丝	(119)		辣子鸡片	(134)
	冰糖蒸燕窝	(120)		柠檬蒸子鸡	(134)
	葱油鸡煲	(120)		酸菜炒牛肉	(135)
	双色鳊鱼	(120)		鸡鱼烧茄子	(135)
	豉汁焖白鳝	(121)		豆腐牛茸羹	(136)
	蛋炒海参	(122)		笋片炒猪肝	(136)
	鸡肝烧红鸭	(122)	汤	鸡片鲜菇汤	(137)
	红烧鲍翅	(123)	菜	枸杞银耳羹	(137)
汤	鸽蛋燕窝汤	(123)		菠萝拌鸭片	(138)
菜	凉瓜炒田鸡	(124)		脆炸花肉	(138)
	干熏鲩鱼	(124)		竹笙扒鸭掌	(139)
	油炸虾丸	(125)		炸牛排	(139)
	冬笋炒虾子	(125)		盐水鸡翅	(139)
	凉瓜酿肉茸	(126)		鱼茸豆腐羹	(140)

	油炸火腿排	(140)
	爽肚爆腰球	(141)
	木樨鸡丝	(141)
	鱼茸豆腐煲	(142)
	什锦肉丝	(142)
汤	乌鱼川肉片	(143)
菜	荔枝煮菱角	(144)
	菜苾炒鸽片	(144)
	干煎虾碌	(145)
	菊花炆鸡丝	(145)
	凉拌海螺	(146)
	五香熏鱼	(146)
	蟹肉扒瓜脯	(147)
	蟹肉莲羹	(147)
	椒盐鱼条	(148)
	辣子田鸡	(148)
	糖醋鱼头	(149)
	红烧羊肉	(149)
汤	八珍汤	(150)

十菜一汤

菜	脆炸肉丸	(151)
	清炒三蛋	(151)
	雪里红炒冬笋	(152)
	煎荷包蛋	(152)
	红烧豆腐	(153)
	菜炒五鲜	(153)
	韭王炒鸡蛋	(154)
	鸡茸粟米羹	(154)

	葱爆肉片	(154)
	菜炒猪肝肉片	(155)
汤	草菇鸡蛋汤	(155)
菜	蚝油鲜菇	(156)
	脆炸生鱼卷	(156)
	炒双色蛋	(157)
	蟹肉露笋	(157)
	豆角炒火肉	(158)
	宫保肉丁	(158)
	糖醋酥肉	(159)
	白瓜炒猪耳	(159)
	豉梅蒸排骨	(160)
	草菇烩虾丸	(160)
汤	芥菜鸡蛋汤	(160)
菜	蚝油郊菜	(161)
	油炸田鸡	(161)
	滑炒鸡蛋	(162)
	火腿冬瓜夹	(162)
	豆腐蒸排骨	(163)
	炒叉烧肉	(163)
	鲜菇烩田鸡	(163)
	生炒鸡片	(164)
	腿茸炒鸡蛋	(165)
	鲜菇牛丸	(165)
汤	肉丝鸡蛋汤	(166)
菜	桂花甜芋羹	(166)
	辣椒鸡球	(167)
	蚝油煎鸡脯	(167)

卤香菇	(167)	菊花田鸡	(182)
鲜莲鸡羹	(168)	汤 冬瓜虾球汤	(182)
五香排骨	(168)	菜 菜心墨鱼	(183)
鱼香鸡丝	(169)	什锦鱼丸	(183)
青椒肉丝	(169)	酥炸鲜虾	(184)
爆炒三羊	(170)	油炸面包夹	(184)
酱口条	(170)	兰花鱼球	(185)
汤 菜苎蛋汤	(171)	芥蓝蒸带子	(185)
菜 东瓜鸭卷	(171)	三丁煲猪肚	(186)
香卤墨鱼	(172)	菠荔鸭片	(186)
锅塌虾肉	(172)	小笼蒸水鱼	(187)
油炸花雀	(173)	豆豉白鲢段	(187)
黄耳扒北菇	(173)	汤 五丝鱼肚汤	(188)
奶扒广肚	(174)	菜 鸡蛋莲子茶	(189)
柱候牛腩煲	(174)	燕窝煎虾饼	(189)
发菜猪蹄	(175)	菜苎鸡虾片	(190)
蚝油鸡条	(175)	油炸鸡球	(190)
蒜子白鳝	(176)	凉拌鱿鱼卷	(191)
汤 芥菜鸭汤	(176)	蜂蜜山药	(191)
菜 橙汁排骨	(177)	鲍鱼炖鸡	(192)
菠萝牛柳	(178)	笋炒鸭片	(192)
多彩鱼丝	(178)	糖醋肥蟹	(193)
酥炸鱿鱼球	(179)	辣子炒兔丁	(193)
油爆螺片	(179)	汤 陈皮鸭掌汤	(194)
什锦鱼丁	(180)	菜 椒盐排骨	(195)
蛋花牛肉羹	(180)	脆炸明虾	(195)
卤水浸鸡	(181)	北菇扒发菜	(196)
蚝油烧乳鸽	(181)	油炒黄菜	(196)

	肚丝乱蒜	(197)	汤	生菜牛肉汤	(210)
	海参烧鱼丸	(197)	菜	炆豆腐海米	(210)
	菜苾炒田鸡	(198)		酥炸子鸡	(211)
	青椒肉丝	(198)		姜爆鸭丝	(211)
	榨菜蒸鱼	(199)		凉拌蟹肉	(211)
	板栗鸡肉煲	(199)		田鸡烩鸡片	(212)
汤	火腿芥菜汤	(199)		花椒凤腿	(212)
菜	脆炸三丝卷	(200)		盐水鸡块	(213)
	双拼火肉鸡	(200)		多彩鸡丝	(213)
	发菜扒菜胆	(201)		红烧鱼尾	(214)
	菜苾炒牛肝	(201)		青椒墨鱼	(214)
	蟹黄炒虾仁	(202)	汤	蛋花鱼片汤	(215)
	菜苾炒土鱿	(202)			
	冬笋炒肉丝	(203)		八菜一汤	
	猪肝蒸排骨	(203)	菜	笋炒鸡球	(216)
	黄耳烩虾片	(204)		牛茸烩冬茸	(216)
	发菜猪手	(204)		油炸羊排	(217)
汤	鲜菇牛片汤	(205)		油煎咸鱼	(217)
菜	油爆土鱿	(205)		青菜炒肉片	(217)
	韭王炒肉丝	(206)		生菜煲猪蹄	(218)
	茄汁扒牛肉	(206)		莲藕炒鸡片	(218)
	干炸排骨	(207)		油炒土鱿	(219)
	虾蒸猪肉	(207)	汤	冬瓜肉片汤	(219)
	虾酱煲猪蹄	(207)	菜	山药鸡片	(220)
	烩四宝	(208)		鸡蛋煎牛脑	(221)
	滑炒鸡球	(208)		油炸肉饼	(221)
	北菇炖瓜	(209)		羊片炒虾片	(222)
	蚝油扒肚块	(209)		笋炒牛肉	(222)
				炸火腿肉卷	(223)

- | | | | | | |
|----------|--------------|-------|----------|-------------|-------|
| | 鸡粒银耳羹 | (223) | | 糖醋溜蟹 | (237) |
| | 豉椒爆土鱿 | (224) | 汤 | 生菜鱼丸汤 | (238) |
| 汤 | 草菇肉片汤 | (224) | 菜 | 野鸡卷鸡片 | (238) |
| 菜 | 鲜菇蒸鸡块 | (225) | | 蟹黄虾饼 | (239) |
| | 酥炸牛脑 | (225) | | 油炸棒鸡 | (239) |
| | 虾片炒牛肉 | (226) | | 冬瓜生鱼卷 | (240) |
| | 双色鹌鹑蛋 | (226) | | 浙醋炖鸡 | (241) |
| | 韭王炒鸡片 | (227) | | 鲜菇烧鸭 | (241) |
| | 笋炒肉片 | (227) | | 花生猪尾煲 | (242) |
| | 菜苡炒土鱿 | (228) | 汤 | 火腿田鸡腿 | (242) |
| | 鲜菇生鱼片 | (228) | 菜 | 汤泡虾球 | (243) |
| 汤 | 肉片蛋花汤 | (229) | | 火腿拼鹅片 | (243) |
| 菜 | 肉丝拌香菜 | (229) | | 生菜炒虾片 | (244) |
| | 甜菜葱头沙拉 | (230) | | 菠萝鸡脯 | (244) |
| | 鱼香腰花 | (230) | | 兰花生鱼卷 | (245) |
| | 芥菜拌鸡 | (231) | | 土鱿炒鸡片 | (245) |
| | 小葱炖豆腐 | (231) | | 白果猪肚煲 | (246) |
| | 青椒鸡丝 | (232) | | 鲍鱼烩鸡丝 | (246) |
| | 蒜椒海参 | (232) | 汤 | 椰花炒虾仁 | (247) |
| | 醋椒鱼条 | (233) | 菜 | 豆腐鱼片汤 | (247) |
| 汤 | 鸡蛋牛肉汤 | (233) | | 鱼肚鸡丝 | (248) |
| 菜 | 白灼土鱿 | (234) | | 蒜泥拌狗肉 | (249) |
| | 豆豉荷包鸡 | (234) | | 芥末鸭掌 | (249) |
| | 杏仁酿虾球 | (235) | | 葱煎鸡块 | (250) |
| | 双味鲜贝 | (235) | | 豆豉腰花 | (250) |
| | 核桃炒鸡肝 | (236) | | 葱爆鸭片 | (251) |
| | 菜胆扒鸭 | (237) | | 姜汁虾仁 | (251) |
| | 无花果猪肉煲 | (237) | | 蒜炖羊肉 | (252) |

- | | | | | | |
|----------|-------------|-------|----------|-------------|-------|
| 汤 | 牛肉烩花肚 | (252) | 菜 | 凉拌银耳 | (266) |
| 菜 | 鱼片鸡蛋羹 | (253) | | 麻香蚕皮 | (266) |
| | 油炸猪脑 | (253) | | 芥末拌肉片 | (267) |
| | 豌豆鸡丁 | (254) | | 糖醋藕片 | (267) |
| | 酸菜炒腰花 | (254) | | 虾子焖冬菇 | (268) |
| | 蛋炒肉片 | (255) | | 炆豆腐肚 | (268) |
| | 绿豆田鸡煲 | (255) | | 红焖羊肉 | (268) |
| | 豆芽土鱿丝 | (255) | | 葱烧鸡块 | (269) |
| | 虾子烩豆腐 | (256) | 汤 | 羊肚汤 | (269) |
| 汤 | 豆腐鱼云汤 | (256) | 菜 | 虾子扒鲜菇 | (270) |
| 菜 | 鸡蛋煎猪脑 | (257) | | 汾香鸡翅 | (271) |
| | 马蹄蒸肉饼 | (257) | | 网油虾卷 | (271) |
| | 蚝油生菜 | (258) | | 什锦螺片 | (272) |
| | 发菜烩鸡丝 | (258) | | 鲍鱼鸡片 | (272) |
| | 青蒸生鱼 | (259) | | 豉味蒸大虾 | (273) |
| | 生筋炒田鸡 | (259) | | 蛋皮生鱼卷 | (273) |
| | 红烧鱼头 | (260) | | 蟹肉炒绍菜 | (274) |
| | 豆角焖排骨 | (260) | 汤 | 鱼肚汤 | (274) |
| 汤 | 鲜虾豆腐汤 | (261) | 菜 | 威化纸包鸡 | (275) |
| 菜 | 油炸羊脑 | (261) | | 芝麻炸大虾 | (275) |
| | 冲菜蒸肉饼 | (262) | | 南乳田鸡腿 | (276) |
| | 家乡炒牛肝 | (262) | | 虾球干贝 | (276) |
| | 果汁煎鸡脯 | (263) | | 蟹黄炒虾仁 | (277) |
| | 花菜蒸鱼片 | (263) | | 红烧黄花鱼 | (277) |
| | 咖喱炖排骨 | (263) | | 花生牛尾煲 | (278) |
| | 牛肉炒三冬 | (264) | | 糖醋脆皮鸡 | (278) |
| | 冬笋炒羊片 | (264) | 汤 | 蟹黄鱼肚汤 | (279) |
| 汤 | 汾酒鱼头汤 | (265) | 菜 | 绍菜夹大虾 | (279) |

	豆芽鱿鱼丝	(280)		青豆炒牛肉	(291)
	菜心鲍鱼脯	(280)		北菇炖蹄筋	(291)
	虾胶兰花蛋	(281)		核桃炒肉片	(292)
	蛋炒鱼肚	(282)		豆豉鸡丸	(292)
	青蒸肉蟹	(282)	汤	汤泡鸡球	(293)
	滑炒虾仁	(282)	菜	花生煎鸡脯	(293)
	脆炸糯米鸡	(283)		蒜茸拌苋菜	(294)
汤	清汤银耳	(283)		清蒸肉丸	(294)
菜	熏鸡	(284)		姜醋猪蹄煲	(295)
	凉拌海参	(285)		笋炒牛肉丝	(295)
	糖醋鱼片	(285)	汤	家乡牛百叶	(295)
	凉拌腰花	(286)	菜	猪肝番茄汤	(296)
	姜芽鸭片	(286)		生炸鸡翅	(296)
	蒜蒸干贝	(287)		凉拌蜆丝	(297)
	葱烧鲤鱼	(287)		冬菜蒸肉饼	(297)
	红焖猪蹄	(288)		豆豉肉片	(298)
汤	牛肉三丝汤	(288)		萝卜煲牛肚	(298)
	六菜一汤			多彩鸡丝	(299)
菜	蚝油扒豆腐	(290)	汤	芥菜肉片汤	(299)
	蛋蒸肉饼	(290)			

十六菜一汤

菜 火腿拼鸡块 兰花肾球 虾子扒鱼肚 鸡茸知了白菜
白灼牛百叶 鸡爪烧蛰皮 鸡茸银耳 发菜扒菜胆
蟹黄生翅 红豆鲤鱼煲 鸡丝菊花蛇羹 核桃肉丁
海参扒大鸭 八珍扒猪蹄 多彩牛丝 豆豉煎海虾
汤 肉粒粟米汤

火腿拼鸡块

一、原料 热火腿 100 克,光鸡 600 克,生菜胆 800 克。

二、调料 油 30 克,二汤 300 克,开水 750 克,盐 1 克,味精 1 克,湿淀粉 7.5 克。

三、制法

1. 将热火腿切成片,将光鸡浸熟,切成块装碟,将鸡和火腿拼成双拼形,砌回鸡形。

2. 用油 10 克起锅,注入开水,将生菜胆放入,灼至 4 成熟,用漏勺滤去水分。

3. 再用 15 克油起锅,放入菜胆,注入二汤,用盐、味精调味,用湿淀粉打芡,包尾油 5 克,伴在鸡的两边,打清稀芡均匀淋在拼鸡上即成。

四、特点 口味清淡,爽口。

兰花肾球

一、原料 鸭肾 200 克,芥蓝 300 克。

二、调料 姜花 0.5 克,蒜茸 0.5 克,生抽(广州称浅色酱油为生抽)少许,绍酒 4 克,盐 5 克,味精 4 克,红泡椒少许,香油 0.1 克,胡椒粉 0.1 克,生油 20 克,姜汁酒 8 克,湿淀粉 10 克,小苏打粉少许。

三、制法

1. 将芥蓝切成段,中间套上红泡椒环,两端用刀切口分瓣,在清水中浸泡,使其涨开成兰花状。

2. 将芥蓝用油盐水烫一下,倒入漏勺。鸭肾飞水后拉油,倒入笊篱内。

3. 锅内加底油,上火,下入姜花、蒜茸、味精、盐、生抽、肾球、芥蓝、绍酒炒匀,湿淀粉勾芡,再放入胡椒粉、味精,淋香油,包尾油,出锅。注意肾球炒时不宜过火,否则易老。

四、特点 味道鲜咸,口感爽脆。

虾子扒鱼肚

一、原料 虾子 7 克,水发鱼肚 200 克。

二、调料 高汤 250 克,绍酒 15 克,油 30 克,盐 1.5 克,味精 4 克,湿淀粉 5 克,胡椒粉少许。

三、制法

1. 将鱼肚切块,放入清汤锅中滚煨,挤去水分。

2. 锅打底油,倒入绍酒,放入虾子,注入高汤,再加入鱼肚,用味精、盐调味煨透,用湿淀粉勾芡,加入胡椒粉,包尾油,出锅装盘。

四、特点 口感鲜美,软嫩适宜。

鸡茸知了白菜

一、原料 鸡肉柳 250 克,小白菜 250 克,水发北菇 100 克。

二、调料 味精 4 克,盐 10 克,湿淀粉 150 克,蛋清 100 克,香油 0.5 克,生油 25 克,胡椒粉 0.5 克,高汤 100 克,干淀粉适量,青椒丝、蛋黄丝、北菇丝各少许。

三、制法

1. 将鸡柳肉砸成泥,用蛋清、湿淀粉、盐、味精边搅拌,边加少量水,直至起胶。

2. 将小白菜改成知了形状,用油盐水略烫,待凉后,挤去水分,撒上干淀粉,每个“知了”上抹上鸡肉馅,用蛋清抹平表面,将青椒丝、蛋黄丝、北菇丝点缀在其背上,黑芝麻点眼睛,北菇做翼。

3. 然后上笼用猛火蒸熟(注意不要过火,否则肉质易变老,不鲜嫩),取出装盘,再加上香油、盐、味精、胡椒粉、高汤,用湿淀粉勾芡,包尾油,均匀淋在知了白菜上。

四、特点 造形形象,口感鲜嫩。

白灼牛百叶

一、原料 优质牛百叶 500 克。

二、调料 蒜茸、葱花、姜米、香油各 2 克,葱段 20 克,姜片 20 克,生油 50 克,高汤 40 克,绍酒 10 克,味精 4 克,盐 5 克,老抽(广州称深色酱油为老抽),5 克,白糖少许。

三、制法