

Tasty Food
食在好吃

跟着大厨学做 宴客菜

杨桃美食编辑部 主编

自己下厨在家做大菜，宴请亲朋好友倍儿有面子！
跟着大厨偷学做菜秘诀，团圆宴客菜自己全搞定！

好吃好学在家做
★ ★ ★
29.8元
超值版
★ ★ ★
书在手 美食全有

Tasty Food
食在好吃

跟着大厨学做 宴客菜

杨桃美食编辑部 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

跟着大厨学做宴客菜 / 杨桃美食编辑部主编. — 南京: 江苏凤凰科学技术出版社, 2015.7

(食在好吃系列)

ISBN 978-7-5537-4335-6

I. ①跟… II. ①杨… III. ①菜谱 IV.

① TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 067044 号

跟着大厨学做宴客菜

主 编	杨桃美食编辑部
责 任 编 辑	张远文 葛 昀
责 任 监 制	曹叶平 周雅婷

出 版 发 行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址	南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.pspress.cn
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	北京旭丰源印刷技术有限公司

开 本	718mm × 1000mm 1/16
印 张	10
插 页	4
字 数	250千字
版 次	2015年7月第1版
印 次	2015年7月第1次印刷

标 准 书 号	ISBN 978-7-5537-4335-6
定 价	29.80元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

目录

在家宴客非难事

08 宴客常用高级食材挑选和处理

10 在家做宴客菜8大烹饪关键

13 高汤保存方法

14 不可不知的宴客礼仪

PART1 清爽开胃餐前菜

16 凉拌菜美味8招

18 凉拌海蜇皮

18 绍兴醉鸡

19 港式叉烧

19 云白肉

20 山楂排骨

20 素烧烤麸

21 凉拌鸡丝

22 百花蛋卷

22 酸姜皮蛋

23 雪菜拌干张

23 鸡丝拉皮

24 生菜虾松

25 五味章鱼

25 盐焗虾

26 香辣肚丝

26 彩椒蛋黄酿鱿鱼

27 梅酱淋鱿鱼

28 酸甜贻贝

28 粉丝蒸扇贝

29 泰式酸辣雪贝

29 醋味拌鸭掌

30 鲜果海鲜卷

31 凉拌什锦菇

31 水果海鲜双盅

32 火腿三丝

32 苹果鸡丁

33 糟醉鸡片

33 葱油鸡丝豆芽

34 芒果拌牛肉

34 花生米拌牛肉

35 小黄瓜拌牛肚

36 虾仁沙拉

37 酸辣芒果虾

37 五味鲜虾

38 酸辣鱿鱼

38 凉拌芹菜鱿鱼

39 呛辣蛤蜊

39 洋葱拌鲑鱼

40 辣豆瓣鱼皮丝

40 洋葱水晶鱼皮

41 糖醋圆白菜丝

41 味噌蟹脚肉

42 橘汁拌蟹丝

42 咸酥溪虾





PART2 美味宴客主菜

- | | | | |
|----|-------|----|---------|
| 44 | 冰糖卤肉 | 58 | 百花酿鸡腿 |
| 44 | 香卤蹄膀 | 58 | 菠萝虾球 |
| 45 | 红烧狮子头 | 59 | 干煎虾 |
| 46 | 蒜泥白肉 | 59 | 红烧海参 |
| 46 | 橙汁肉片 | 60 | 砂锅鱼头 |
| 47 | 东坡肉 | 61 | 葱香黄鱼 |
| 47 | 梅菜扣肉 | 61 | 五更肠旺 |
| 48 | 稻草扎肉 | 62 | 虾味粉丝煲 |
| 48 | 蛤蜊元宝肉 | 63 | 糖醋鱼块 |
| 49 | 香酥鸭 | 64 | 红烧鱼 |
| 50 | 黑椒牛排 | 65 | 焗烤奶油小龙虾 |
| 51 | 蒜香蒸排骨 | 66 | 虾味蛋卷 |
| 51 | 荷叶蒸排骨 | 67 | XO酱炒干贝 |
| 52 | 五香煎猪排 | 67 | XO酱炒西芹 |
| 52 | 葱烧排骨 | 68 | 生炒鲜干贝 |
| 53 | 红烧牛肉 | 68 | 蚝油蒸鲍鱼 |
| 53 | 贵妃牛腩 | 69 | 蒜味蒸孔雀贝 |
| 54 | 三杯鸡 | 70 | 炒芦笋贝 |
| 55 | 葱油鸡 | 71 | 百合烩鲜蔬 |
| 55 | 贵妃鸡 | 71 | 蟹肉烩芥菜 |
| 56 | 鲍鱼扒凤爪 | 72 | 什锦烩海味 |
| 56 | 白斩鸡 | 73 | 樱花虾米糕 |
| 57 | 花雕蒸全鸡 | 74 | 青蟹米糕 |

PART3 香浓鲜美汤品

- | | | | | | |
|----|---------|----|--------|----|------------|
| 76 | 人参鸡汤 | 81 | 金针菜排骨汤 | 86 | 萝卜丝鲫鱼汤 |
| 77 | 山药鸡汤 | 82 | 牛尾汤 | 87 | 山笋鲈鱼汤 |
| 77 | 莲子百合鸡汤 | 83 | 牛蒡鸡汤 | 87 | 番茄海鲜汤 |
| 78 | 竹荪鸡汤 | 83 | 蛤蜊排骨汤 | 88 | 翡翠海鲜羹 |
| 78 | 杏鲍菇竹荪鸡汤 | 84 | 笋菇猪肚汤 | 88 | 西湖牛肉羹 |
| 79 | 冬笋土鸡汤 | 84 | 四宝猪肚汤 | 89 | 泰式海鲜酸辣汤 |
| 79 | 何首乌炖鸡汤 | 85 | 清炖牛腱汤 | 90 | 常见摆盘食材与摆盘法 |
| 80 | 香菇松子仁鸡汤 | 85 | 莲子炖牛排骨 | | |
| 80 | 菠萝苦瓜鸡汤 | 86 | 花生鸡爪汤 | | |



PART4 幸福快炒下饭菜

- | | | |
|-----------|--------------|-------------|
| 92 干贝酥娃娃菜 | 98 三杯玉米 | 105 玉米笋炒三菇 |
| 93 芥蓝炒腊肠 | 98 盐酥杏鲍菇 | 105 玉米滑蛋 |
| 93 甜豆炒彩椒 | 99 干锅茶树菇 | 106 菠菜炒猪肝 |
| 94 菜花炒腊肉 | 100 胡萝卜蟹肉棒豆腐 | 106 西兰花炒墨鱼片 |
| 94 开阳西兰花 | 101 培根圆白菜 | 107 回锅肉炒圆白菜 |
| 95 蒜香西兰花 | 101 白菜炒虾仁 | 108 海参焖娃娃菜 |
| 96 干煸豆角 | 102 空心菜苍蝇头 | 109 四季豆炒鸡丁 |
| 96 豆豉苦瓜 | 102 泰式炒茄子 | 110 双色大根排 |
| 97 酱爆茄子 | 103 番茄肉酱炒茄子 | |
| 97 菇味炒豆腐 | 104 山药枸杞子菠菜 | |

PART5 美味饱腹有主食

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 112 金黄蛋炒饭 | 119 三文鱼炒饭 | 126 台式炒面 |
| 113 樱花虾肉丝炒饭 | 120 XO酱虾仁炒饭 | 126 沙茶羊肉炒面 |
| 113 菜脯肉末蛋炒饭 | 120 香椿香菇炒饭 | 127 鳕鱼炒意大利面 |
| 114 扬州炒饭 | 121 翡翠炒饭 | 127 猪肝炒面 |
| 114 咸鱼鸡粒炒饭 | 121 樱花虾咖喱炒饭 | 128 海鲜炒面 |
| 115 蒜香香肠炒饭 | 122 牛肉西芹炒饭 | 129 罗汉斋炒面 |
| 116 番茄肉丝炒饭 | 122 蔬菜酸辣蛋炒饭 | 129 三丝炒面 |
| 116 韩式泡菜炒饭 | 123 酸辣鸡粒炒饭 | 130 什锦乌龙面 |
| 117 青椒牛肉炒饭 | 123 泰式炒面 | 130 客家炒面 |
| 117 泰式菠萝炒饭 | 124 日式炒乌龙面 | 131 韭菜豆芽炒面 |
| 118 夏威夷炒饭 | 125 里脊炒面 | 132 泡菜炒面 |
| 118 姜黄牛肉炒饭 | 125 肉丝炒面 | |

PART6 香脆酥炸烧烤

- | | | |
|-----------|------------|------------|
| 134 排骨酥 | 140 咸酥鸡 | 146 蒜香鲷鱼片 |
| 135 五香炸猪排 | 140 蒜香炸鸡腿 | 146 蜜汁鳕鱼片 |
| 135 经典炸排骨 | 141 炸虾 | 147 泰式酥炸鱼柳 |
| 136 奶酪猪排 | 142 辣味炸鸡翅 | 147 椒盐鱿鱼 |
| 136 照烧猪排 | 143 粉丝炸虾 | 148 酥炸墨鱼丸 |
| 137 红糟肉 | 143 芝麻杏仁炸虾 | 148 咖喱烤虾 |
| 137 客家咸猪肉 | 144 烤羊肉串 | 149 脆皮红薯 |
| 138 椒盐鸡柳条 | 144 焗烤奶油虾 | 149 炸洋葱圈 |
| 138 传统炸鸡排 | 145 蜜汁烤排骨 | 150 炸蔬菜天妇罗 |
| 139 香香鸡块 | 145 蜜汁烤鸡腿 | 150 炸芋球 |

PART7 精致餐后甜品

- | | | |
|-------------|------------|------------|
| 152 紫米桂圆糯米粥 | 155 汤圆 | 158 莲藕凉糕 |
| 152 莲子银耳羹 | 155 草饼 | 158 糖藕 |
| 153 花生甜粥 | 156 八宝粥 | 159 蜜汁菱角 |
| 153 芋头椰汁西米露 | 156 奶黄包 | 159 香草木布丁 |
| 154 杏仁豆腐 | 157 豆沙锅饼 | 160 巧克力柳橙冻 |
| 154 甘露果盅 | 157 焦糖拔丝红薯 | 160 黑豆奶冻 |



Tasty Food
食在好吃

跟着大厨学做 宴客菜

杨桃美食编辑部 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

跟着大厨学做宴客菜 / 杨桃美食编辑部主编. — 南京: 江苏凤凰科学技术出版社, 2015.7

(食在好吃系列)

ISBN 978-7-5537-4335-6

I. ①跟… II. ①杨… III. ①菜谱 IV.

① TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 067044 号

跟着大厨学做宴客菜

主 编	杨桃美食编辑部
责任编辑	张远文 葛 昀
责任编辑	曹叶平 周雅婷

出版发行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏凤凰科学技术出版社
出版社地址	南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009
出版社网址	http://www.pspress.cn
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	北京旭丰源印刷技术有限公司

开 本	718mm × 1000mm 1/16
印 张	10
插 页	4
字 数	250千字
版 次	2015年7月第1版
印 次	2015年7月第1次印刷

标准书号	ISBN 978-7-5537-4335-6
定 价	29.80元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

目录

在家宴客非难事

- 08 宴客常用高级食材挑选和处理
10 在家做宴客菜8大烹饪关键

- 13 高汤保存方法
14 不可不知的宴客礼仪

PART1 清爽开胃餐前菜

- | | | |
|------------|------------|-----------|
| 16 凉拌菜美味8招 | 26 香辣肚丝 | 34 花生米拌牛肉 |
| 18 凉拌海蜇皮 | 26 彩椒蛋黄酿鱿鱼 | 35 小黄瓜拌牛肚 |
| 18 绍兴醉鸡 | 27 梅酱淋鱿鱼 | 36 虾仁沙拉 |
| 19 港式叉烧 | 28 酸甜贻贝 | 37 酸辣芒果虾 |
| 19 云白肉 | 28 粉丝蒸扇贝 | 37 五味鲜虾 |
| 20 山楂排骨 | 29 泰式酸辣雪贝 | 38 酸辣鱿鱼 |
| 20 素烧烤麸 | 29 醋味拌鸭掌 | 38 凉拌芹菜鱿鱼 |
| 21 凉拌鸡丝 | 30 鲜果海鲜卷 | 39 呛辣蛤蜊 |
| 22 百花蛋卷 | 31 凉拌什锦菇 | 39 洋葱拌鲈鱼 |
| 22 酸姜皮蛋 | 31 水果海鲜双盅 | 40 辣豆瓣鱼皮丝 |
| 23 雪菜拌干张 | 32 火腿三丝 | 40 洋葱水晶鱼皮 |
| 23 鸡丝拉皮 | 32 苹果鸡丁 | 41 糖醋圆白菜丝 |
| 24 生菜虾松 | 33 糟醉鸡片 | 41 味噌蟹脚肉 |
| 25 五味章鱼 | 33 葱油鸡丝豆芽 | 42 橘汁拌蟹丝 |
| 25 盐焗虾 | 34 芒果拌牛肉 | 42 咸酥溪虾 |





PART2 美味宴客主菜

- | | | | |
|----|-------|----|---------|
| 44 | 冰糖卤肉 | 58 | 百花酿鸡腿 |
| 44 | 香卤蹄膀 | 58 | 菠萝虾球 |
| 45 | 红烧狮子头 | 59 | 干煎虾 |
| 46 | 蒜泥白肉 | 59 | 红烧海参 |
| 46 | 橙汁肉片 | 60 | 砂锅鱼头 |
| 47 | 东坡肉 | 61 | 葱香黄鱼 |
| 47 | 梅菜扣肉 | 61 | 五更肠旺 |
| 48 | 稻草扎肉 | 62 | 虾味粉丝煲 |
| 48 | 蛤蜊元宝肉 | 63 | 糖醋鱼块 |
| 49 | 香酥鸭 | 64 | 红烧鱼 |
| 50 | 黑椒牛排 | 65 | 焗烤奶油小龙虾 |
| 51 | 蒜香蒸排骨 | 66 | 虾味蛋卷 |
| 51 | 荷叶蒸排骨 | 67 | XO酱炒干贝 |
| 52 | 五香煎猪排 | 67 | XO酱炒西芹 |
| 52 | 葱烧排骨 | 68 | 生炒鲜干贝 |
| 53 | 红烧牛肉 | 68 | 蚝油蒸鲍鱼 |
| 53 | 贵妃牛腩 | 69 | 蒜味蒸孔雀贝 |
| 54 | 三杯鸡 | 70 | 炒芦笋贝 |
| 55 | 葱油鸡 | 71 | 百合烩鲜蔬 |
| 55 | 贵妃鸡 | 71 | 蟹肉烩芥菜 |
| 56 | 鲍鱼扒凤爪 | 72 | 什锦烩海味 |
| 56 | 白斩鸡 | 73 | 樱花虾米糕 |
| 57 | 花雕蒸全鸡 | 74 | 青蟹米糕 |

PART3 香浓鲜美汤品

- | | | | | | |
|----|---------|----|--------|----|------------|
| 76 | 人参鸡汤 | 81 | 金针菜排骨汤 | 86 | 萝卜丝鲫鱼汤 |
| 77 | 山药鸡汤 | 82 | 牛尾汤 | 87 | 山药鲈鱼汤 |
| 77 | 莲子百合鸡汤 | 83 | 牛蒡鸡汤 | 87 | 番茄海鲜汤 |
| 78 | 竹荪鸡汤 | 83 | 蛤蜊排骨汤 | 88 | 翡翠海鲜羹 |
| 78 | 杏鲍菇竹荪鸡汤 | 84 | 笋菇猪肚汤 | 88 | 西湖牛肉羹 |
| 79 | 冬笋土鸡汤 | 84 | 四宝猪肚汤 | 89 | 泰式海鲜酸辣汤 |
| 79 | 何首乌炖鸡汤 | 85 | 清炖牛腱汤 | 90 | 常见摆盘食材与摆盘法 |
| 80 | 香菇松子仁鸡汤 | 85 | 莲子炖牛排骨 | | |
| 80 | 菠萝苦瓜鸡汤 | 86 | 花生鸡爪汤 | | |



PART4 幸福快炒下饭菜

- | | | |
|-----------|--------------|-------------|
| 92 干贝酥娃娃菜 | 98 三杯玉米 | 105 玉米笋炒三菇 |
| 93 芥蓝炒腊肠 | 98 盐酥杏鲍菇 | 105 玉米滑蛋 |
| 93 甜豆炒彩椒 | 99 干锅茶树菇 | 106 菠菜炒猪肝 |
| 94 菜花炒腊肉 | 100 胡萝卜蟹肉棒豆腐 | 106 西兰花炒墨鱼片 |
| 94 开阳西兰花 | 101 培根圆白菜 | 107 回锅肉炒圆白菜 |
| 95 蒜香西兰花 | 101 白菜炒虾仁 | 108 海参焖娃娃菜 |
| 96 干煸豆角 | 102 空心菜苍蝇头 | 109 四季豆炒鸡丁 |
| 96 豆豉苦瓜 | 102 泰式炒茄子 | 110 双色大根排 |
| 97 酱爆茄子 | 103 番茄肉酱炒茄子 | |
| 97 菇味炒豆腐 | 104 山药枸杞子菠菜 | |

PART5 美味饱腹有主食

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 112 金黄蛋炒饭 | 119 三文鱼炒饭 | 126 台式炒面 |
| 113 樱花虾肉丝炒饭 | 120 XO酱虾仁炒饭 | 126 沙茶羊肉炒面 |
| 113 菜脯肉末蛋炒饭 | 120 香椿香菇炒饭 | 127 鳕鱼炒意大利面 |
| 114 扬州炒饭 | 121 翡翠炒饭 | 127 猪肝炒面 |
| 114 咸鱼鸡粒炒饭 | 121 樱花虾咖喱炒饭 | 128 海鲜炒面 |
| 115 蒜香香肠炒饭 | 122 牛肉西芹炒饭 | 129 罗汉斋炒面 |
| 116 番茄肉丝炒饭 | 122 蔬菜酸辣蛋炒饭 | 129 三丝炒面 |
| 116 韩式泡菜炒饭 | 123 酸辣鸡粒炒饭 | 130 什锦乌龙面 |
| 117 青椒牛肉炒饭 | 123 泰式炒面 | 130 客家炒面 |
| 117 泰式菠萝炒饭 | 124 日式炒乌龙面 | 131 韭菜豆芽炒面 |
| 118 夏威夷炒饭 | 125 里脊炒面 | 132 泡菜炒面 |
| 118 姜黄牛肉炒饭 | 125 肉丝炒面 | |

PART6

香脆酥炸烧烤

- | | | |
|-----------|------------|------------|
| 134 排骨酥 | 140 咸酥鸡 | 146 蒜香鲷鱼片 |
| 135 五香炸猪排 | 140 蒜香炸鸡腿 | 146 蜜汁鳕鱼片 |
| 135 经典炸排骨 | 141 炸虾 | 147 泰式酥炸鱼柳 |
| 136 奶酪猪排 | 142 辣味炸鸡翅 | 147 椒盐鱿鱼 |
| 136 照烧猪排 | 143 粉丝炸虾 | 148 酥炸墨鱼丸 |
| 137 红糟肉 | 143 芝麻杏仁炸虾 | 148 咖喱烤虾 |
| 137 客家咸猪肉 | 144 烤羊肉串 | 149 脆皮红薯 |
| 138 椒盐鸡柳条 | 144 焗烤奶油虾 | 149 炸洋葱圈 |
| 138 传统炸鸡排 | 145 蜜汁烤排骨 | 150 炸蔬菜天妇罗 |
| 139 香香鸡块 | 145 蜜汁烤鸡腿 | 150 炸芋球 |

PART7

精致餐后甜品

- | | | |
|-------------|------------|------------|
| 152 紫米桂圆糯米粥 | 155 汤圆 | 158 莲藕凉糕 |
| 152 莲子银耳羹 | 155 草饼 | 158 糖藕 |
| 153 花生甜粥 | 156 八宝粥 | 159 蜜汁菱角 |
| 153 芋头椰汁西米露 | 156 奶黄包 | 159 香草木布丁 |
| 154 杏仁豆腐 | 157 豆沙锅饼 | 160 巧克力柳橙冻 |
| 154 甘露果盅 | 157 焦糖拔丝红薯 | 160 黑豆奶冻 |





学会色香味俱全的百道料理 在家宴客非难事

一桌精致、丰盛且色香味俱全的餐厅宴客菜，不仅能让宾客吃得开心，也让主人有面子，但花费不少。在手头拮据的情况下，在家自己做料理宴客，不仅节省开销，也能展现厨艺。

餐厅宴客菜给人的印象除了气派外，还色香味俱全。大多数人认为没有餐厅大厨的好手艺就做不出一桌美味的菜，而且在宴客前总得在厨房忙进忙出、使出浑身解数，相当累人。

究竟做什么菜宴客才能既简单又不麻烦？如何才能让料理美味又体面？本书将要教给读者朋友们餐厅大厨的绝学，让宴客菜美味又容易制作。

宴客常用高级食材

挑选和处理



→ 鱼翅

鱼翅是用鲨鱼的尾鳍或背鳍加工而成的高级食材，含丰富的胶质与蛋白质，可增加皮肤弹性。挑选好的鱼翅首先要观察三角形处，若此处不光滑、不透明，则表示翅多值得买；其次可观察切口，深且无骨就表示质量不错；最后再观察颜色，若过度洁白，可能经过漂白。

鱼翅在料理前须先洗净，再以清水浸泡约4个小时使之软化，再换水加入葱段、姜片煮沸后，转小火煮约1个半小时，熄火捞出葱段、姜片沥干水分后即可。而现在有许多人造鱼翅，不但有助于保护动物且口感不差，在家宴客不妨尝试使用。

← 海参

海参有丰富的蛋白质，且胆固醇含量低，营养价值高可媲美人参，故称为“海参”。其种类繁多，常见的有“刺参”，选购时要注意突出的刺要够硬；“婆参”要选整体扭起来是软的；“黑石参”则要选坚硬、色泽鲜明的。泡发干的海参时须以清水浸泡1天，然后换水煮沸后熄火浸泡约半天，取出海参去除内脏秽物，再换水煮沸后，继续浸泡半天，再重复煮沸浸泡至海参完全变软为止，若仍未泡发成功，则继续上述步骤至发软。但因为过程麻烦，市面上有贩卖发好的海参，虽然品质不及干货，但烹饪后口感不会差太多。



← 香菇

香菇通常分为干香菇和鲜香菇，鲜香菇口感鲜嫩多汁，多用于热炒或酥炸；而干香菇味道浓郁，多用于提味，选购时应注意菇伞完整，切开的菇肉洁白。泡发干香菇须以冷水浸泡至完全展开，去除蒂及泥沙后再用清水浸泡一次，注意不能用热水，否则会破坏其香味。





← 猪肚

猪肚是猪的胃，而非肚腩，在以前是宴客的高级食材，虽然近年来已经很普遍，但宴客时仍不失为一道佳肴。因为猪肚内部有黏液及杂质，在烹饪前一定要先用大量的盐搓洗，再内外翻开以面粉、白醋搓洗干净，放入沸水中煮约5分钟，捞出浸泡冷水至凉后，再切除多余的脂肪即可。

↓ 鲍鱼

一般市面上可以买到的鲍鱼分为干鲍与罐头鲍。喜宴上常用的就是罐头鲍，干鲍的价格远高于罐头鲍，因为通常制成干鲍的都是较高级的鲍种。

选罐头鲍时须注意保存期限、罐头是否有凹损；而干鲍则需要注意挑周围有粗纹、底边阔大且平的。罐头鲍在烹饪前，最好先蒸；而干鲍须事先清水浸泡约1天，再加入姜片、葱段煮沸后，转小火续煮2~3个小时，熄火浸泡半天。



↑ 竹荪

竹荪是生长在竹林中腐朽的竹子及土壤上的一种菌类，而非竹子的一部分，一般多制成干货成捆出售，本身无特殊味道，但会吸收汤汁，所以料理多用烩或熬煮的方式。选购时应选择形状完整、色泽金黄、气味清香者为佳。买回的干竹荪须用冷水浸泡一晚，沥干水分后再烹饪口感会较为爽脆。

在家做宴客菜8大烹饪关键

宴客并不难，但要在家做出美味的宴客菜，从材料的选购、处理，到制作的过程都不能马虎。除了食材的选择很重要外，烹煮的小技巧也不能忽略，以下是宴客菜的8大烹饪关键。只要掌握大厨的做菜秘诀，就能轻松品尝餐厅菜的好滋味！掌握关键处，美味桌上来！

关键1 烹饪前去腥

肉一直用净水冲洗，可去腥膻，也会让口感更好。另外焯烫还可以去除肉类或海鲜多余的脂肪、血水与腥味，焯烫时通常可以在锅中放入葱段、姜片或料酒，去腥效果更佳。但注意焯烫的时间不要太久，如海鲜焯烫只需要半熟，因为之后还有其他的烹饪加热程序，这样才不会让食材过老，丧失了本身的滋味与口感。



关键2 肉类先腌渍

腌料中除了调料之外，还有芹菜、香菜、洋葱、红葱头、辣椒等辛香料。香辛料加水打汁，再加入腌料，腌渍肉类可保持其鲜嫩。此外有些腌料中会加入淀粉，可以锁住肉汁，防止热炒时肉变干涩。肉类也可先切块或片，除了可使腌渍时更容易入味，也能节省烹饪时间。

关键3 焯烫与过油

许多食材在入锅前都需要焯烫或过油，尤其是肉类，意在让食材表面先熟化，再用来拌炒或炖卤就能保有食材内部的汤汁与口感，也能将表面的脏污去除。而过油的目的是保持食材本身的颜色与脆度。

