

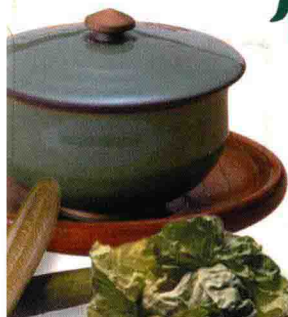


家制风味 糟卤菜

中国风味酱小菜系列
清脆凉爽 香气浓郁 咸酸甜鲜 风味各异



300种



周范林 主编

中国林业出版社

●中国风味酱小菜系列

家制风味糟卤菜 300 种

周范林 主编

中国林业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家制风味糟卤菜 300 种/周范林主编. - 北京: 中国林业出版社,
2002.12

(中国风味酱小菜系列)

ISBN 7-5038-3288-6

I. 家 ...

II. 周 ...

III. 凉菜—菜谱

IV. TS972.121

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 091900 号

出版: 中国林业出版社 (100009 北京西城区刘海胡同 7 号)

E-mail: cfphz@public.bta.net.cn

电话: 010-66184477

发行: 新华书店北京发行所

印刷: 北京市昌平百善印刷厂

版次: 2003 年 1 月第 1 版

印次: 2003 年 1 月第 1 次

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 5.25

字数: 122 千字

印数: 1~4000 册

定价: 8.00 元

序 言

泡菜、咸菜、酱菜、糟菜以及卤菜等，是人们日常生活中不可缺少的食物，它不仅制作简便，原料充足，经济实惠，省时省力，便于保存，而且还脆嫩鲜香，花样多变，清凉爽口，富有营养，增进食欲，所以深受人们的喜爱。

泡菜是以多种新鲜蔬菜为原料，浸泡在加有多种调味料和香料的盐水中，经发酵制作而成的。蔬菜在盐水中发酵，主要是在乳酸菌的作用下进行。乳酸菌是利用原料中的糖分发酵生成，乳酸能抑制有害微生物活动而起到保存泡菜的作用，并使泡菜产生酸味，清脆凉爽，质地清脆，香气浓郁，咸酸甜鲜，稍带辣味，便于贮存。

咸菜是用精盐或盐水将新鲜的蔬菜腌制而成。通过加工使盐分渗入其中，造成渗透压较高的环境，脱去部分水分，以抑制微生物的繁殖，而达到防腐和保存的目的。腌咸菜不分南北东西、男女老幼，是一种普遍受欢迎的佐菜之一。腌咸菜具有制作方便、成本低廉、嫩脆爽口、味道鲜美、保存期长等特点。

酱菜是以新鲜的蔬菜，经食盐腌渍成咸菜坯，用压榨或用清水浸泡以降低咸度的方法，将咸菜坯中的多余盐水（盐分）拔出，使咸菜坯的盐度降低，然后再用不同的酱（黄酱、甜面酱等）或酱油进行酱制，使酱中的糖分、氨基酸、芳香气等渗入到咸菜坯中，成为味道鲜美、营养丰富、开胃增食、容易保存的酱菜。

糟制品是一种用酒或糟加精盐及调料品糟制或卤制而成



的食物。随着人们生活的不断改善和家庭结构的逐渐变化，膳食结构也在发生变化。正由于糟制及卤制食物滋味鲜美、糟香浓郁、增进食欲、营养卫生，所以近些年来，它正在悄然代替其他熟食，已成为宾馆、餐厅以及家庭餐桌上的美馐。

中国风味酱小菜系列丛书包括《家制风味泡菜 300 种》《家制风味咸菜 300 种》《家制风味酱菜 300 种》和《家制风味糟卤菜 300 种》等四本。内容全面，制作简单，实用性强。

本系列丛书的读者面很广，不仅适合城乡家庭、大小饭店的人员阅读，也可供广大烹饪爱好者以及各类烹饪专业的学生作参考用书；广大菜农在菜多卖不出去时，可依本丛书的方法，制作风味酱小菜，在瓜菜缺少的淡季市场上定能卖上好价钱。

本丛书中所介绍的原料及各种调味料，不是一成不变的，可根据个人的爱好选用，增加或减少。原料的数量要根据实际需要和现有的容器容量来确定，以免造成浪费。

本丛书由周范林主编，负责本书各篇章编写的人员为周浩、童芹、周德彬、汤忻美、汤丽华和汤丽琴等。

编写本丛书的过程中，参考了许多文献资料，限于篇幅未能一一列出，在此深表谢意！

由于我们的水平及资料所限，书中难免有遗漏和不足之处，敬请广大读者赐教。

编者

2002 年 10 月



目 录

序言

禽蛋类

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 香糟鸡块 (1) | 玉记扒鸡 (12) | 椒麻嫩鸡 (22) |
| 酒醉嫩鸡 (1) | 关记烧鸡 (12) | 风雏光鸡 (22) |
| 上海糟鸡 (2) | 静宁烧鸡 (13) | 风嫩公鸡 (23) |
| 绍兴糟鸡 (3) | 济南肴鸡 (13) | 酸辣嫩鸡 (23) |
| 红糟嫩鸡 (4) | 童子油鸡 (14) | 虾油醉鸡 (24) |
| 卤煮嫩鸡 (4) | 曹操烤鸡 (14) | 腊肥母鸡 (24) |
| 酱渍嫩鸡 (4) | 关东煮鸡 (15) | 腊肠蒸鸡 (25) |
| 卤水白鸡 (5) | 叫化童鸡 (15) | 鸡鸣报晓 (25) |
| 香卤仔鸡 (5) | 香糟嫩鸡 (17) | 百乐熏鸡 (26) |
| 酱油嫩鸡 (6) | 筒子母鸡 (17) | 右玉熏鸡 (26) |
| 熬锅油鸡 (7) | 茶叶熏鸡 (18) | 红油鸡翅 (27) |
| 浸豉油鸡 (7) | 五味仔鸡 (18) | 糟鸡翅尖 (27) |
| 糟香乌鸡 (8) | 姜汁仔鸡 (19) | 卤鸡三件 (28) |
| 盐卤鸡片 (8) | 怪味鸡块 (19) | 陈皮凤翼 (28) |
| 酱嫩公鸡 (9) | 五香熏鸡 (20) | 金钱鸡腿 (29) |
| 香卤油鸡 (9) | 月到中秋 (20) | 麻辣鸡腿 (29) |
| 德州扒鸡 (10) | 白斩肉鸡 (20) | 卤火鸡腿 (30) |
| 符离集鸡 (10) | 荷叶风鸡 (21) | 红卤鸡爪 (31) |
| 石家庄鸡 (11) | 怪味鸡鸭 (21) | 糟卤凤爪 (31) |
| 道口烧鸡 (11) | 滚白切鸡 (21) | 蒜蓉凤爪 (32) |



- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 酱鸡头爪 (32) | 糟蒸肫掌 (46) | 腌油鸡蛋 (60) |
| 糟制鸡心 (33) | 糟卤鸭肫 (47) | 酱渍鸡蛋 (60) |
| 酱汁鸡肝 (33) | 盐水鸭肫 (47) | 椒酱腌蛋 (60) |
| 酱渍鸡肫 (34) | 糟蒸鸭肝 (48) | 五香咸蛋 (61) |
| 盐水仔鸭 (34) | 糟熘鸭肝 (48) | 茶椒鸡蛋 (61) |
| 杭州卤鸭 (35) | 酒醉鸭肝 (49) | 酱酒醉蛋 (61) |
| 菠萝酱鸭 (35) | 盐水鸭肝 (49) | 糟香鸡蛋 (62) |
| 卤煮嫩鸭 (36) | 腊鸭肉肠 (50) | 五香茶蛋 (62) |
| 糟光嫩鸭 (37) | 腊鸭腰子 (50) | 熏香鸡蛋 (63) |
| 玫瑰酱鸭 (37) | 糟制白鹅 (50) | 虎皮鸡蛋 (63) |
| 酱白条鸭 (38) | 酱汁卤鹅 (51) | 酱香鸡蛋 (63) |
| 盐水白鸭 (38) | 香卤鹅翅 (52) | 鲜香蛋松 (64) |
| 玫瑰卤鸭 (39) | 桂皮鹅颈 (52) | 香糟鲜蛋 (64) |
| 糟熟片鸭 (40) | 酒醉鹅掌 (53) | 酒酿鸡蛋 (65) |
| 香糟冻鸭 (40) | 糟香鹅掌 (53) | 肉卤鸡蛋 (65) |
| 香糟蒸鸭 (41) | 糟油鹅心 (54) | 咸泥腌蛋 (65) |
| 盐水鸭子 (41) | 糟香鹅肝 (54) | 腌咸鸭蛋 (66) |
| 糟蒸鸭翅 (42) | 糟香菜鸽 (55) | 五香咸蛋 (66) |
| 冻制鸭膀 (42) | 糟香乳鸽 (56) | 泡咸鸭蛋 (66) |
| 糟鸭头颈 (43) | 卤汁鹌鹑 (56) | 塘心醉蛋 (67) |
| 糟鸭舌头 (43) | 五香鹌鹑 (57) | 醋糟鸭蛋 (67) |
| 水晶舌掌 (44) | 葡汁鹌鹑 (57) | 酒香鸭蛋 (68) |
| 糟卤鸭掌 (45) | 香糟鹌鹑 (58) | 糟香鸭蛋 (68) |
| 咖喱鸭掌 (45) | 卤禾花雀 (58) | 虎皮鸽蛋 (68) |
| 鸭掌鹌蛋 (46) | 酒醉鸡蛋 (59) | 香卤鹌蛋 (69) |
| | 酒渍鸡蛋 (59) | |

畜肉类

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 糟猪腿肉 (70) | 盐水扎肉 (70) | 美味卤肉 (71) |
|-----------|-----------|-----------|



- | | | |
|-----------|------------|------------|
| 蒜蓉白肉 (72) | 糟猪脚爪 (87) | 酱渍猪肝 (104) |
| 卤制臀尖 (72) | 酱汁猪爪 (87) | 卤煮猪肝 (104) |
| 冷冻猪蹄 (73) | 酒醉排骨 (88) | 麻辣猪肝 (105) |
| 酱汁猪蹄 (73) | 蜜汁排骨 (89) | 卤汁猪肝 (105) |
| 金钱全蹄 (73) | 酱炙排骨 (89) | 卤浸猪肝 (106) |
| 卤猪蹄子 (74) | 醉香排骨 (90) | 卤金银肝 (106) |
| 五香肘子 (74) | 丁香头肉 (90) | 酱制猪肝 (107) |
| 果汁里脊 (75) | 酱猪头肉 (91) | 茴香胰肝 (107) |
| 玫瑰叉烧 (75) | 卤水猪头 (91) | 酱肥大肠 (108) |
| 酱肉黄瓜 (76) | 糟猪耳朵 (92) | 卤煮肠头 (108) |
| 切肉腊肠 (76) | 香卤猪耳 (92) | 木樨晶冻 (109) |
| 酱汁蹄肉 (77) | 麻辣耳丝 (93) | 水晶彩冻 (109) |
| 卤水扎蹄 (77) | 凉拌猪耳 (94) | 酸辣皮冻 (110) |
| 五香扒蹄 (78) | 卤猪尾巴 (94) | 糟卤蹄筋 (110) |
| 酱渍猪蹄 (78) | 糟猪尾巴 (94) | 酱香牛肉 (111) |
| 五香酱肉 (79) | 糟猪舌头 (95) | 卤煮牛肉 (111) |
| 胡葱酥肉 (80) | 盐水猪舌 (96) | 五香酱肉 (112) |
| 酱豆腐肉 (80) | 糟卤猪心 (96) | 葱酱牛肉 (113) |
| 葱香糟肉 (81) | 多味猪心 (97) | 卤煮腿肉 (113) |
| 上海糟肉 (81) | 卤制猪心 (97) | 五香牛肉 (114) |
| 香糟蒸肉 (82) | 卤煮酥腰 (98) | 麻辣牛柳 (114) |
| 三镶冷盘 (82) | 酱渍猪肚 (98) | 酱牛腱子 (115) |
| 什锦拼盘 (83) | 葱油卤肚 (99) | 炸卤牛肉 (116) |
| 腊汁肋肉 (83) | 糟卤猪肚 (99) | 酥卤牛肉 (116) |
| 茶香卤肉 (84) | 卤汁猪肚 (100) | 红烧牛尾 (117) |
| 银丝卤肉 (84) | 金钱猪肚 (101) | 卤牛蹄膀 (118) |
| 卤制香肠 (85) | 酱制猪肚 (101) | 酱牛蹄筋 (118) |
| 卤水白肉 (85) | 五彩卤肚 (102) | 卤浸牛心 (119) |
| 酱野猪肉 (86) | 香油白肚 (102) | 酱牛舌头 (119) |
| 白云猪手 (86) | 麻花肚子 (103) | 椒香牛舌 (120) |

浸卤牛腰 (120)	白切羊肉 (124)	冷冻狗肉 (128)
香糟牛肚 (121)	手抓羊肉 (124)	酱野兔肉 (128)
芥末牛肚 (121)	五香羊肉 (125)	五香兔肉 (129)
卤汁牛肝 (122)	卤腊羊肉 (125)	凉拌兔丝 (129)
酱鲜羊肉 (122)	冷冻羊羔 (126)	麻辣兔脯 (130)
冷切羊肉 (123)	辣子狗肉 (127)	怪味鹿肉 (130)
五香羊腱 (123)	五香狗肉 (127)	

水产类

糟制青鱼 (132)	卤凤尾鱼 (142)	酒醉黄螺 (150)
糟青鱼干 (132)	蒜酱鱿鱼 (142)	糟鲜田螺 (151)
酱汁鱼条 (133)	笔筒鲜鱿 (143)	麻酱海螺 (152)
糟腌青鱼 (134)	糟乌贼鱼 (143)	香葱海螺 (152)
卤浸草鱼 (134)	糟鲜河虾 (144)	糟鲜蛏子 (153)
暴腌鲤鱼 (135)	熟炆虾仁 (144)	糟鲜蛤蜊 (153)
香糟鱼块 (135)	酒醉鲜虾 (145)	酒醉牡蛎 (154)
酱汁鲫鱼 (136)	双色拼盘 (145)	醉山都蚶 (154)
酥香鲫鱼 (136)	葱烧大虾 (146)	香卤淡菜 (155)
橘香鱼条 (137)	咸虾豆豉 (146)	麻酱海参 (155)
香酥鳊丝 (137)	卤水青虾 (147)	鸡卤海参 (156)
五香鳊片 (138)	精卤虾片 (147)	香酥海带 (156)
糟泥鳅鱼 (139)	糟油龙虾 (148)	五香海带 (157)
糟海鳗鱼 (139)	糟活河蟹 (148)	酱甜海带 (157)
豉汁鱼块 (140)	香醉活蟹 (149)	酱腌海带 (158)
糖醋鱼脯 (140)	酒醉螃蟹 (149)	糟卤牛蛙 (158)
香卤墨鱼 (141)	糟兰花蟹 (150)	香卤蜗牛 (159)

主要参考文献 (160)

禽蛋类

香糟鸡块

原料 肥嫩光母鸡 1 只(约 1500 克),料酒 100 克,桂皮、茴香、味精和白糖各 5 克,葱段和姜片各 10 克,香糟 150 克,精盐 75 克,清鸡汤 400 克。

制法 1. 将光母鸡去杂后洗净,投入加有适量清水的锅中,用旺火烧滚后再用小火煨 30 分钟左右,取出冷却,斩成 4 块。再在鸡块的两面撒上精盐擦匀,腌 1 小时左右。

2. 将清鸡汤倾入锅中,加入料酒、桂皮、茴香、姜片、葱段、精盐、白糖和味精搅匀,置旺火上烧沸后离火冷却。将香糟捏碎,装入布袋中,放在鸡汤内,待其浸出糟香味后将布袋取出,除去桂皮等香料,便成为糟卤。再将鸡块放入坛内,加入糟卤,用盖盖好,放在阴凉处浸卤 3 小时左右。将鸡取出斩成条形,装入盘中,浇上原糟卤即成。

特点 糟香浓郁,松软滑口。

酒醉嫩鸡

原料 当年光母鸡 1 只(约 1500 克),姜片和葱各 30 克,酒酿



50 克,料酒 20 克,精盐 15 克,桂皮和八角各 8 克,丁香 5 克。

- 制法**
1. 将光母鸡开膛去内脏洗净,投入烧沸的水锅内氽一下后洗净,放入锅内,加入适量的清水、姜片和葱结烧沸,撇去浮沫,移小火上焖至六成熟即离火口,撇去鸡油,拣去葱和姜。待冷却后,取出鸡用刀切成 4 块,放入坛内。
 2. 锅置火上,放入鸡汤、精盐、丁香和八角烧沸,撇去浮沫后离火。待鸡汤冷却后,放入酒酿和料酒搅匀,用汤筛滤去渣,汁倒入有鸡块的坛中,盖上盖,浸卤 12 小时,取出鸡块改刀装盘,浇入卤汁即成。

特点 洁白鲜嫩,酒香扑鼻。

上海糟鸡

原料 光鸡 1 只(约 1500 克),白糖、葱段和姜片各 10 克,香糟 150 克,绍兴料酒 125 克,精盐 50 克,花椒 3 克,桂皮和茴香各 5 克,味精少许。

- 制法**
1. 将活鸡宰杀去杂后洗净,斩去鸡头、脚和翼尖,投入烧沸的水锅内用小火煨 30 分钟左右,取出冷却后斩成 4 块,表面用精盐擦匀腌 1 小时。
 2. 撇去原汤汁中的杂质,加入料酒、精盐、白糖、味精、花椒、桂皮和茴香搅匀,置火上烧沸后离火让其自然冷却。然后将香糟装入布袋中捏碎,投入汤汁中浸出味后,滤去渣滓,去净香料,便成为糟卤。
 3. 将腌鸡块放入菜盆内,倒入糟卤,盖上盖,置于冰箱中,糟制 3 小时后即可取出食用。食用时取出鸡块,切



成6厘米长、1厘米宽的条形块,装盘后浇上原卤即成。

特点 鸡肉黄润,皮脆肉嫩,香鲜肥爽,糟香绵长,上海特色。

绍兴糟鸡

原料 光鸡1只(约2500克),酒糟1000克,白酒150克,绍兴料酒250克,精盐125克,味精5克。

制法 1. 选用绍兴本地光鸡(以阉过的雄鸡为最佳),去净毛桩和绒毛,取出内脏后洗净,放入沸水锅中氽2分钟,取出洗净血污;再放入锅中,加入清水浸没,用旺火烧沸,改用小火焖30分钟左右,端锅离火口,让其自然冷却。

2. 将鸡取出沥去水分,放在案板上,斩下头颈和脚,用刀从尾部沿背脊骨对剖开,剔出背脊骨(对折断)和鸡翅,并在腿的内侧肉厚的地方剖一刀。将鸡身每半切成2片,用精盐75克和味精拌匀,抹遍鸡的各部分,腌1小时左右。另将酒糟、白酒、料酒和精盐同放一盆内搅匀。

3. 取一洁净的瓦罐,将调制成的酒糟一半放入罐底,酒糟上面铺一块消毒过的纱布,再将鸡肉放在上面。另用一块消毒过的纱布装入余下的酒糟,覆盖在鸡的上面,盖上罐盖,密封糟腌2~3天后,即可取出食用。

特点 鸡肉白净,鸡皮淡黄,皮质脆爽,肉质肥嫩,糟香浓郁,绍兴风味。



红糟嫩鸡

原料 嫩母鸡 1 只,红糟 600 克,料酒 120 克,白糖 40 克,精盐 6 克,猪油 500 克(实耗约 100 克),清汤 500 克,葱、姜和淀粉各适量。

制法 1. 将鸡从背部剖开,挖去内脏,斩去头脚,洗净后切成 3 厘米见方的块。
2. 炒锅置火上,放入猪油烧热,投入鸡块热泡约 2 分钟取出。锅再置火上,放油烧热,将红糟和白糖略炒片刻,加入鸡块、葱、姜、清汤、料酒和精盐混合煮熟,取出葱和姜,再用淀粉勾芡即成。

特点 肉质鲜嫩,糟味香浓。

卤煮嫩鸡

原料 嫩鸡 1 只(约 1000 克),花椒、桂皮、八角、草果、陈皮、甘草、丁香、白糖、精盐和酱油各适量。

制法 1. 将活鸡宰杀洗净,小腿窝入鸡腹内。
2. 将花椒、桂皮、八角、草果、陈皮、甘草和丁香用纱布包好,放入锅内,加入白糖、精盐、酱油和适量的清水,置火上煮 1 小时,投入鸡浸烫,每隔 10 分钟,倒出鸡腹内的卤水;再入卤浸烫,直至鸡熟为止。

特点 肉质细嫩,鲜美可口。

酱渍嫩鸡

原料 当年肥嫩鸡 1 只(约 1500 克),精盐、酱油、白糖、料酒



和香油各适量,香料袋1只(内装适量的大葱、鲜姜、大蒜、花椒、八角、桂皮和丁香)。

制法 1. 将鸡宰杀放血沥净,去杂开膛后放入清水中浸泡4~5小时,取出,投入烧沸的水锅内,烧开后撇去浮沫,煮10分钟捞出。

2. 锅置火上,以铁箅子垫在锅底,把鸡摆在锅内的四周,中间留一空心,从中间倒入原汤、精盐、酱油、白糖、料酒、香料袋,用小火煮至熟透后捞出,沥净酱汁,摆入平盘中,趁热将皮面抹上香油,冷却后切片装盘即可食用。

特点 色泽金黄,咸香味鲜,肉质酥烂,肥而不腻。

卤水白鸡

原料 白条嫩鸡1只(约1000克),花椒20粒,精盐30克,葱段50克,八角1粒,料酒25克,姜块20克。

制法 将开膛去脏的鸡洗净,放入锅中,加入能淹没鸡身的清水、葱段、拍松的姜块、花椒、八角、料酒和精盐,用旺火烧沸后撇去浮沫,大火煮10分钟,改用小火煮熟即成,晾凉后切片装盘即可食用。

特点 鸡香纯正,嫩滑爽口,色泽白亮。

香卤仔鸡

原料 当年仔鸡1只(约800克),白糖75克,酱油10克,八角、葱段和桂皮各5克,料酒100克,香油25克,姜片2克,植物油750克(实耗约75克)。

制法 1. 将仔鸡宰杀放血、水烫去毛后,从腋下开一个小洞,



去肠脏洗净,用洁布拭干水分,再用酱油 15 克涂抹鸡身。

2. 炒锅置旺火上,放入植物油烧至六成热,投入仔鸡炸至金黄色倒入漏勺沥油。炒锅内留油 50 克置火上烧热,将葱段、姜片、八角和桂皮炸香,加入清水 1000 克、酱油和白糖,烧沸后撇去浮沫,放入仔鸡,改用小火焖至六成熟,再上旺火,淋入香油,收稠汤汁,取出仔鸡,冷却后改刀装盘,浇上卤汁即成。

特点 色泽棕红油亮,鸡肉油润鲜嫩,五香扑鼻可口。

酱油嫩鸡

原料 嫩光仔鸡 1 只(约 1200 克),酱油 500 克,白糖 100 克,料酒和葱段各 20 克,八角、桂皮和姜片各 10 克,香油 5 克,鸡汤 1500 克。

制法 1. 将光鸡开膛除内脏,斩去鸡爪,抽去腿骨,洗净后沥干水分。

2. 炒锅置旺火上,放入鸡汤、料酒、白糖、桂皮、八角、葱段、姜片、酱油和鸡烧沸,将鸡翻身用平底圆盘压住鸡身,将锅端离火口焙(焙是利用卤中的余热使鸡成熟,卤汁温度在沸点以下,可以使鸡肉较好地保持水分)约 10 分钟,再改用中火加热,焙约 5 分钟,待烧沸后捞出仔鸡,用刀斩成条块放在盘中,浇上酱油卤和香油即成。

特点 呈酱红色,香味浓郁,鲜嫩爽口。



熬锅油鸡

原料 嫩母鸡 1 只(约 1500 克),料酒 50 克,葱段、八角、山柰和桂皮各 10 克,小茴香、精盐、玉果、姜黄和姜块各 5 克,植物油 250 克。

制法 1. 将活鸡宰杀放血、水烫去毛、开膛去内脏后洗净,斩去鸡爪,投入沸水锅中烫去血污,至断生捞出。

2. 炒锅置火上,放入八角、山柰、桂皮、小茴香和玉果炒 3 分钟,待香味很浓时取出,装在洁净的纱布袋内,用细线扎紧袋口,放在一大汤锅中。

3. 炒锅置旺火上,放入植物油烧至六成热后离火冷却,倒入盛有香料袋的汤锅中,加入清水 1500 克以及葱段、精盐、姜黄和姜块,置旺火上烧沸成油卤,俗称熬锅。

4. 将鸡沥干水分,放入油卤中,上面压一圆盘,加盖置中火上烧沸,改用小火焖约 1 小时后便熟。待鸡晾凉后,斩成块装盘,淋上原卤,吃时可以蘸点酱油或其他可口的调味佐料。

特点 色泽金黄光亮,芳香扑鼻可口,鸡肉鲜嫩肥酥。

浸豉油鸡

原料 净嫩草鸡 1 只(约 1000 克),精卤水适量。

制法 1. 将净嫩草鸡洗净入滚水锅内氽烫一下,捞出沥干水分。精卤水制法:将生姜 100 克和葱白 200 克入油锅置火上炸透后,放入生抽 5000 克、料酒 100 克、精盐 100 克、白糖 400 克、香料袋 1 只(内装八角 75 克、桂皮



100克、甘草 100 克、草果 25 克、丁香 25 克、沙姜 25 克、陈皮 25 克、罗汉果 1 只和红谷米 150 克),用小火烧滚 30 分钟即成。

2. 锅置火上,放入精卤水烧滚,投入草鸡,用小火(汤面保持泡状)浸煮 20 分钟后端锅离火,待冷却后取出,斩块装盘即成。

特点 鲜香滑嫩,风味独特。

糟香乌鸡

原料 净乌鸡 1 只(约 450 克),醪糟汁 150 克,清汤 500 克,香油、精盐和料酒各 10 克,味精 1 克,胡椒粉 2 克,葱段和姜片各 20 克。

制法 1. 将乌鸡洗净后放入开水锅内烫紧皮后捞出洗去血污。

2. 炒锅置火上,放入鸡、葱段、姜片、料酒和适量的清水烧开后,再转用小火上保持微开,并不时翻动鸡身,使鸡受热均匀,待鸡熟透即起锅。

3. 让鸡自然冷却后去头顶及大骨(另用),再把鸡腿撕下,鸡身对剖两半,放入用清汤、醪糟汁、胡椒粉、精盐及味精调制的香糟汁中浸渍 4 小时左右。食时取鸡改刀装盘,淋入适量的香糟汁及香油即成。

特点 肉质细嫩,糟香浓郁,咸鲜回甜。

盐卤鸡片

原料 熟鸡脯肉 400 克,黄瓜 100 克,香油、精盐、味精和花椒水各少许。

