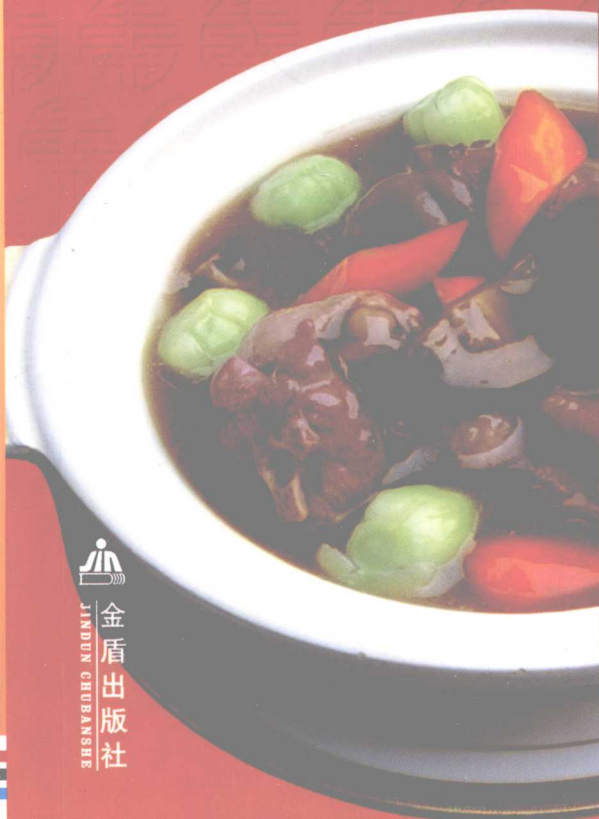


■ 彭铭泉 主编

中国药膳烹饪大全



金盾出版社
JINSHU CHUBANSHE

内容提要

中国药膳烹饪大全

主编 彭铭泉

编委 彭铭泉 彭年东 彭红

彭斌 彭莉 郑小姝

候坤 陈亚丁 候雨灵

王素明

图书在版编目(CIP)数据

中国药膳烹饪大全/彭铭泉主编. —北京:金盾出版社, 2002.3

ISBN 978-7-5082-4373-4

I. 中… II. 彭… III. 食谱—食疗—食谱 IV. R547.1 T597.101

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第176846号

金盾出版社出版

北京太平门 2 号(邮编 100000)

电话: 68214332 68214333 68214334

网址: www.jdsb.cn 传真: 68214333

总发行: 北京金盾书店

北京白河印刷厂

第 1 次印刷

各新华书店经售

开本: 880×1230 1/32 印张: 13.875 字数: 400 千字

2002 年 3 月第 1 次印刷

印数: 1—3000 册 定价: 38.00 元

(凡购买金盾出版社图书, 如蒙惠顾)

金盾出版社

内 容 提 要

本书由药膳专家彭铭泉教授根据多年教学和实践经验精心编写而成。全书内容分上下两篇:上篇为药膳烹饪基础知识,包括药膳烹饪概念、特点、分类、入药方法、原料加工、药膳炮制等;下篇为药膳制作实例,包括药膳烹饪炖菜、煲菜、卤菜、焖菜、炒菜等 20 种药膳的制作方法。

全书内容紧贴大众健康生活需求,既有药膳制作的必备知识,又有药膳实例供您学习,是一本理论与实践结合较好的书。适合家庭、餐馆、食疗爱好者、医师、营养师及药膳研究工作者使用。

图书在版编目(CIP)数据

中国药膳烹饪大全/彭铭泉主编. —北京:金盾出版社,2008. 3
ISBN 978-7-5082-4772-4

I. 中… II. 彭… III. 食物疗法-食谱 IV. R247.1 TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 176846 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

彩色印刷:北京精彩雅恒印刷有限公司

黑白印刷:北京外文印刷厂

装订:第七装订厂

各地新华书店经销

开本:880×1230 1/32 印张:13.875 彩页:4 字数:400 千字

2008 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1—8000 册 定价:28.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前言

药膳是中华民族历经数千年不断探索、积累而逐渐形成的独具特色的膳食文化,是祖先留下来的宝贵遗产。早在二千多年以前,《黄帝内经》就有“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合而服之,以补精益气”的论述,其证明祖先对人体所需的营养物质早已有了明确的认识,这为祖国药膳食疗组方提供了理论依据。《神农本草经》中记载有许多治病和营养皆宜的食物,如大枣、苡仁、山药、芝麻、葡萄、莲米、核桃等,这些既是食物,又有药用价值,是药食同源的最好例证。

中国药膳经过几千年的发展,充分凸显出其在调理人体机能、营养保健、防治疾病、强身健体、增强人体免疫力等方面的疗效和作用,特别是在营养与保健受到空前重视的今天,药膳更显示出其特有的优势,成为备受大众青睐的膳食。

中国现代药膳烹饪在继承祖国药膳文化的同时不断创新,不仅注重药食的科学配制,而且在烹饪方面更加强调色、香、味、形俱佳,使良药不再苦口,让人们既饱了口福又增进了健康。今天,药膳广泛应用于家庭、宴请、宾客接待、保健、食疗等方面,成为大众健康生活的重要组成部分。

为了弘扬祖国膳食文化,满足大众健康生活需求,作者根据多年教学和实践经验,将研究成果充分应用其中,精心组织、编写了此书。本书内容紧贴大众生活,通俗易懂,重点突出,注重疗效,力求使广大读者能

够读得懂、用得上,在保健强身的同时充分享受膳食文化带来的温馨与快乐。食用药膳时,由于每个人的体质不同、情况各异,在医师指导下使用,更能收到食疗养生的效果。

本书传达的不仅仅是药膳的相关知识,更多的是切实可行获取健康的药膳制作实例。知而后行,是健康行动的要领,同时也是本书的初衷和出发点,愿广大读者能从中受益。

编者

目 录

上篇 药膳烹饪基础知识

第一章 概述	(3)	五、补法药膳	(11)
第一节 药膳的形成和发展	(4)	六、理气法药膳	(11)
第二节 药膳烹饪特点	(5)	七、祛湿法药膳	(12)
第三节 药膳分类	(6)	八、清法药膳	(12)
一、按药膳功效分类	(6)	第四节 食物的性味与禁忌	(13)
二、按药膳烹饪方法分类	(7)	一、食物的性味	(13)
第二章 药膳烹饪配药与治法	(8)	二、食物的五味	(14)
第一节 中医特点与药膳治法	(8)	三、药物与食物的相反及禁忌	(14)
第二节 药膳组方	(9)	第五节 “四因”施膳	(16)
第三节 药膳治病方法	(9)	一、因证施膳	(16)
一、汗法药膳	(9)	二、因时施膳	(16)
二、下法药膳	(10)	三、因地施膳	(16)
三、温法药膳	(11)	四、因人施膳	(16)
四、消食法药膳	(11)	第六节 五宜五补与四季五补	(17)
		一、五宜五补	(17)
		二、四季五补	(18)
		第三章 药膳烹饪	(19)
		第一节 药膳烹饪要求	(19)

第二节 药物与食物的结合	(19)	二、药膳配菜的基本方法	(44)
第三节 药膳的成形和调味	(20)	第十节 药膳冷菜与热菜的装盘	(44)
第四节 药膳烹饪原料加工	(22)	第十一节 药膳烹调的技术要求 ...	(45)
一、药膳用鲜活原料加工	(22)	第十二节 药膳调味料	(49)
二、药膳用干品的涨发	(23)	一、药膳咸味调味料	(49)
方法	(23)	二、药膳鲜味调味料	(49)
第五节 药膳炮制	(27)	三、药膳甜味调味料	(50)
一、药膳炮制的目的 ...	(27)	四、药膳酸味调味料	(51)
二、常用药膳药物和食物的炮制方法	(28)	五、药膳苦味调味料	(52)
三、药膳药剂的提取方法	(32)	六、药膳辣味调味料	(53)
四、过滤	(35)	七、药膳其他调味料	(53)
五、浓缩	(35)	八、药膳香味调料	(54)
六、精制	(35)	第十三节 药膳用色素	(55)
七、提取实例	(37)	第十四节 药膳用油脂	(56)
第六节 药膳烹饪所用刀具及墩板 ...	(38)	第十五节 药膳用添加剂	(57)
第七节 药膳制作刀工	(40)	第十六节 药膳食品雕刻	(58)
一、刀法	(40)		
二、刀工变化	(41)		
第八节 药膳用原料形状	(42)		
第九节 药膳配菜原则与方法	(42)		
一、药膳配菜原则	(42)		

下篇 药膳制作

一、药膳烹饪炖菜

- | | | | |
|-----------------|------|----------------|------|
| 人参炖猪肘 | (63) | 玉米须炖蚌肉 | (72) |
| 川明参红枣炖猪蹄 | (63) | 冰糖炖海参 | (72) |
| 白术黄芪炖猪瘦肉 | (64) | 白扁豆炖鲜藕 | (73) |
| 茴香炖猪腰 | (64) | 荸荠炖胡萝卜 | (73) |
| 参归炖猪腰 | (64) | 杏仁炖萝卜 | (73) |
| 陈皮桂香炖牛肉 | (65) | 蚕豆炖二仁 | (74) |
| 沙苑子炖牛肉 | (65) | 芹菜炖豆腐 | (74) |
| 菟丝子炖牛肉 | (66) | 北沙参炖扁豆 | (74) |
| 肉苁蓉炖牛鞭 | (66) | 党参炖白萝卜 | (75) |
| 山茱萸炖羊肉 | (66) | 二冬炖蚕豆 | (75) |
| 骨碎补炖羊肉 | (67) | 山药大枣炖扁豆 | (75) |
| 续断炖羊肉 | (67) | 旱莲炖扁豆 | (76) |
| 锁阳肉苁蓉炖羊肉 | (68) | 川芎炖豆腐 | (76) |
| 淫羊藿菟丝子炖羊肉 | (68) | 蚕豆炖冬瓜 | (76) |
| 蛤蚧炖羊肉 | (68) | 茅根炖鲜藕 | (77) |
| 人参远志炖母鸡 | (69) | 砂仁炖蚕豆 | (77) |
| 冬虫夏草炖乳鸽 | (69) | 荷叶炖扁豆 | (77) |
| 鹿茸炖乳鸽 | (70) | 扁豆炖山药 | (77) |
| 山药枸杞炖乳鸽 | (70) | 核桃龙眼炖蚕豆 | (78) |
| 川明参炖乳鸽 | (70) | 白芷炖赤小豆 | (78) |
| 天麻炖乳鸽 | (71) | 百合炖山药 | (78) |
| 川芎胡萝卜炖蛤蜊 | (71) | 何首乌大枣炖黄豆 | (79) |
| 枸杞炖鱼肚 | (72) | 党参炖豇豆 | (79) |

- | | | | |
|---------------|------|----------------|------|
| 党参炖赤豆 | (79) | 郁仁炖苦瓜 | (84) |
| 北沙参炖淮山药 | (80) | 淮山炖苡仁 | (84) |
| 白芷炖豆腐 | (80) | 党参炖胡萝卜 | (85) |
| 蚕豆炖南瓜 | (80) | 冰糖炖白萝卜 | (85) |
| 杜仲炖山药 | (81) | 兰花炖乳鸽 | (85) |
| 莲子炖绿豆 | (81) | 猴头代代花 | (86) |
| 熟地炖山药 | (81) | 黄花菜炖母鸡 | (86) |
| 青果炖白萝卜 | (82) | 菊花炖鱼片 | (86) |
| 山药苡仁炖南瓜 | (82) | 木槿花炖猪肉 | (87) |
| 附片炖红薯 | (82) | 黄花菜炖鸡 | (87) |
| 天冬炖南瓜 | (83) | 黄花菜炖猪蹄 | (87) |
| 明党参炖鲜土豆 | (83) | 牡丹花炖鹿肉 | (88) |
| 洋参炖荸荠 | (83) | 杜仲茴香炖猪肾 | (88) |
| 山药炖萝卜 | (84) | 黄花菜泥鳅炖豆腐 | (89) |

二、药膳烹饪焖菜

- | | | | |
|-------------|------|-------------|-------|
| 葱姜焖腊肉 | (90) | 锁阳焖狗肉 | (95) |
| 冬菇焖火腿 | (90) | 桑葚焖猪肾 | (96) |
| 砂仁焖牛肚 | (91) | 沙参焖牛排 | (96) |
| 当归焖羊肉 | (91) | 红枣焖猪蹄 | (96) |
| 天冬焖兔肉 | (91) | 蒜苗焖火腿 | (97) |
| 归参焖羊肉 | (92) | 香菇焖肉片 | (97) |
| 天麻焖猪脑 | (92) | 童参焖兔肉 | (98) |
| 白菜焖肉丸 | (93) | 草果焖牛肉 | (98) |
| 青瓜焖猪肚 | (93) | 黄芪焖猪蹄 | (98) |
| 党参焖牛肉 | (93) | 茯苓焖羊肉 | (99) |
| 黄豆焖排骨 | (94) | 板栗焖牛肉 | (99) |
| 山楂焖猪排 | (94) | 香菇焖猪脑 | (100) |
| 杜仲焖羊肉 | (95) | 红焖猪肚片 | (100) |
| 百合焖猪肉 | (95) | 人参焖兔肉 | (100) |

海带焖排骨	(101)	大蒜焖鳝鱼	(109)
二仙焖羊肉	(101)	红枣焖龟肉	(109)
桑葚焖瘦肉	(102)	百合焖虾仁	(109)
乌梅焖排骨	(102)	番茄焖墨鱼	(110)
枸杞焖鸡肉	(102)	海参焖木耳	(110)
核桃焖鸡丁	(103)	枸杞焖黄豆	(111)
鹿鞭焖老龟	(103)	红花焖豆腐	(111)
鹿茸焖海参	(104)	沙参焖豆腐	(111)
童参焖鲈鱼	(104)	鲜山药焖豇豆	(112)
灵芝焖鲳鱼	(104)	猴头焖蚕豆	(112)
山药焖鲤鱼	(105)	红杞焖蚕豆	(112)
六味焖海参	(105)	桃仁焖魔芋	(113)
虫草焖鱼肚	(106)	百合焖豆腐	(113)
天麻焖鱼头	(106)	核桃焖山药	(113)
珍珠焖鲫鱼	(107)	枸杞焖刀豆	(114)
豆蔻焖鲫鱼	(107)	麦冬焖萝卜	(114)
阿胶焖鲈鱼	(107)	天冬焖红薯	(114)
红花焖鱿鱼	(108)	灵芝焖豆腐	(115)
紫菀焖鲫鱼	(108)	鲜藕焖白萝卜	(115)
党参焖鲫鱼	(108)	苡仁焖鲜山药	(116)

三、药膳烹饪蒸菜

红枣蒸肘子	(117)	紫河车大枣蒸牛肉	(120)
山药蒸排骨	(118)	全当归蒸羊肉	(121)
茯苓粉蒸排骨	(118)	生姜当归蒸羊肉	(121)
丁香米粉蒸牛肉	(118)	枸杞子蒸羊肉	(122)
香砂蒸牛肉	(119)	枸杞子蒸羊肝	(122)
山楂蒸牛肉	(119)	当归蒸鸡	(122)
陈皮蒸牛肉	(120)	红枣北芪蒸鸡	(123)
草豆蔻蒸牛肉	(120)	田七红枣蒸鸡	(123)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 海马蒸鸡····· (124) | 百合蒸茄子····· (130) |
| 川明参蒸鸡····· (124) | 赤小豆蒸南瓜····· (130) |
| 枸杞子党参蒸鸡····· (124) | 杏仁蒸西瓜盅····· (131) |
| 山药玉竹蒸乳鸽····· (125) | 枸杞蒸山药····· (131) |
| 天麻蒸乳鸽····· (125) | 苡仁蒸冬瓜····· (131) |
| 归芪蒸乳鸽····· (126) | 茯苓粉蒸番薯····· (132) |
| 枸杞虫草蒸乳鸽····· (126) | 薏苡冬瓜盅····· (132) |
| 洋参蒸燕窝····· (126) | 八味冬瓜盅····· (132) |
| 龟胶蒸燕窝····· (127) | 大枣蒸山药····· (133) |
| 银耳蒸燕窝····· (127) | 大枣蒸二萝····· (133) |
| 金耳环蒸燕窝····· (127) | 薏米蒸山药····· (133) |
| 人参蒸石斑鱼····· (128) | 黑豆麻仁团····· (134) |
| 菊花蒸石斑鱼····· (128) | 蜂蜜土豆甘薯羹····· (134) |
| 山药蒸青鳗····· (128) | 莲枣酿豆腐····· (134) |
| 天麻蒸白鳢····· (129) | 刀豆莲子冬瓜盅····· (135) |
| 参芪蒸墨鱼····· (129) | 绿豆山药包····· (135) |
| 豆豉蒸带鱼····· (130) | 苡仁蒸茄子····· (135) |

四、药膳烹饪煮菜

- | | |
|--------------------|------------------|
| 大枣煮豌豆····· (137) | 丁香煮蚕豆····· (140) |
| 五香陈皮煮蚕豆····· (137) | 山楂煮黄豆····· (141) |
| 黄精煮刀豆····· (138) | 紫菜豆腐羹····· (141) |
| 四味豆腐····· (138) | 砂仁煮豌豆····· (141) |
| 枸杞煮刀豆····· (138) | 山药莲子羹····· (142) |
| 红糖煮黑豆····· (139) | 南瓜煮苡米····· (142) |
| 绿豆煮荸荠····· (139) | 南瓜煮山药····· (142) |
| 首乌煮黄豆····· (139) | 茯苓煮苋菜····· (143) |
| 草果煮赤小豆····· (139) | 天冬煮芹菜····· (143) |
| 刀豆煮海带····· (140) | 苡仁煮豇豆····· (143) |
| 郁仁煮刀豆····· (140) | 莲子煮豇豆····· (144) |

百合煮绿豆····· (144)	核桃仁煮黑豆····· (145)
石斛煮黄豆····· (144)	菊花蚌肉汤····· (145)
茯神煮绿豆····· (145)	菊花煮茄子····· (145)

五、药膳烹饪熬菜

熬补益汤····· (147)	茯苓豇豆····· (155)
猪肉熟地熬鸡汤····· (147)	竹荪蚕豆····· (155)
附片当归熬羊肉····· (148)	冬瓜赤豆····· (155)
砂仁羊肉····· (148)	砂仁银芽····· (156)
山药生地····· (148)	海藻豆芽····· (156)
郁金丝瓜····· (149)	赤豆白菜····· (156)
玉竹山药羹····· (149)	双花豆芽····· (157)
枸杞冬瓜····· (149)	陈皮刀豆····· (157)
甘薯双仁····· (150)	赤豆南瓜····· (157)
桃仁莲藕····· (150)	茯苓豆腐····· (158)
莲藕瓜蒌····· (150)	桃仁豆腐····· (158)
淮山枸杞····· (151)	花生蚕豆····· (158)
薤菜马蹄····· (151)	银耳黄花····· (159)
玉竹山药黄瓜····· (151)	黄芪冬瓜····· (159)
茯苓冬瓜····· (152)	黑芝麻熬小白菜····· (159)
地黄荠菜····· (152)	山药熬黄花菜····· (160)
枸杞西芹····· (152)	银杏熬生菜····· (160)
玉须黑豆····· (153)	玉竹豌豆····· (160)
苡仁白菜····· (153)	枸杞黄豆····· (161)
北芪黑豆····· (153)	双耳豇豆····· (161)
甘草绿豆····· (154)	金银花豇豆····· (161)
黑豆天冬····· (154)	天冬豇豆····· (162)
黑豆红花····· (154)	枸杞豌豆····· (162)

六、药膳烹饪炒菜

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 黄精炒肉丝····· (163) | 菟丝子炒鸡蛋····· (175) |
| 白木耳炒肉片····· (164) | 玉竹炒鸭肉····· (176) |
| 枣仁炒猪舌····· (164) | 党参炒白鸭····· (176) |
| 砂仁杜仲炒腰花····· (165) | 百合子姜炒鹅肉····· (176) |
| 沙苑炒猪肝····· (165) | 枸杞炒斑鱼····· (177) |
| 砂仁炒肚片····· (165) | 归参炒花枝····· (177) |
| 枸杞牛肉丝····· (166) | 党参西芹炒鲜贝····· (178) |
| 陈皮牛肉片····· (166) | 白木耳炒海参····· (178) |
| 山药炒牛肚····· (167) | 竹荪炒虾仁····· (178) |
| 黄精爆牛肉片····· (167) | 韭菜炒大虾····· (179) |
| 砂仁爆牛肚头····· (168) | 玉竹炒生鱼片····· (179) |
| 枸杞叶炒羊肉丝····· (168) | 天冬炒鳝鱼丝····· (179) |
| 枸杞子炒羊肉丝····· (169) | 山茱萸炒鲩鱼片····· (180) |
| 苡蓉炒羊肉片····· (169) | 人参炒鳖肉····· (180) |
| 菟丝炒羊鞭····· (169) | 人参炒龟肉····· (180) |
| 淫羊藿炒羊鞭····· (170) | 天麻炒鲤鱼片····· (181) |
| 沙苑炒羊肝····· (170) | 玉米笋炒芹菜····· (181) |
| 人参炒乳鸽····· (171) | 百合炒苋菜····· (182) |
| 山药炒鸽片····· (171) | 天冬炒薤菜····· (182) |
| 玉竹炒鹌鹑片····· (172) | 山药炒藕丝····· (182) |
| 人参炒驴肉丝····· (172) | 苡仁炒荠菜····· (183) |
| 菊花炒驴肉片····· (172) | 黄精炒鲜黑豆····· (183) |
| 枸杞炒兔肉丝····· (173) | 山药炒黄豆····· (183) |
| 洋参炒兔肉丝····· (173) | 蚕豆炒韭菜····· (184) |
| 鲜菊炒鸡片····· (174) | 苡仁炒豌豆····· (184) |
| 山药芹菜炒鸡胗····· (174) | 灵芝菌炒豌豆荚····· (184) |
| 人参炒凤脯····· (174) | 芦荟炒芹菜····· (185) |
| 制首乌炒鸡肝····· (175) | 玉竹炒藕片····· (185) |

龙眼萝卜炒芹菜·····	(185)	百合西芹炒豆干·····	(191)
茯苓炒黄豆芽·····	(186)	山药炒刀豆·····	(191)
枸杞炒芹菜·····	(186)	银耳炒蚕豆·····	(192)
黄芪炒菠菜·····	(186)	灵芝百合炒蚕豆·····	(192)
枸杞炒洋葱·····	(187)	莲藕炒豆芽·····	(192)
龙眼炒韭菜·····	(187)	木耳炒扁豆·····	(193)
银耳炒油菜·····	(187)	枸杞炒韭黄·····	(193)
核桃炒芹菜·····	(188)	郁李蘑菇炒豆芽·····	(193)
核桃香油炒白菜·····	(188)	芫荽炒绿豆芽·····	(194)
大头菜炒菠菜·····	(188)	双耳炒豆干·····	(194)
桃杞炒黄豆·····	(189)	仙茅炒韭菜·····	(194)
苦瓜炒豆干·····	(189)	扁豆芝麻核桃泥·····	(195)
枸杞兰花炒豆干·····	(189)	菊花炒鸡鳝·····	(195)
枸杞炒蚕豆·····	(190)	芍药芹菜炒肚丝·····	(196)
山楂炒蚕豆·····	(190)	杞子炒腰花·····	(196)
山药炒豆芽·····	(191)		

七、药膳烹饪卤菜

党参卤猪蹄·····	(198)	丁香卤鸡块·····	(202)
五香卤牛肉·····	(198)	陈皮卤凤爪·····	(203)
白术五花肉·····	(198)	甘草卤仔鸡·····	(203)
胡椒卤猪肠·····	(199)	木香卤乳鸽·····	(203)
草果卤猪血·····	(199)	木香卤凤爪·····	(204)
肉桂卤排骨·····	(199)	肉桂卤鸭腿·····	(204)
天冬卤猪蹄·····	(200)	杜仲卤鸡块·····	(204)
水晶猪肘肉·····	(200)	香卤鸡胗肝·····	(205)
丁香卤猪耳·····	(201)	香干卤鸡蛋·····	(205)
奇香罗汉肚·····	(201)	香卤鹌鹑蛋·····	(206)
麦冬卤猪肝·····	(201)	玉竹卤鹌鹑·····	(206)
麻油香菇肉·····	(202)	八角卤嫩鸡·····	(206)

- | | |
|------------------|------------------|
| 天麻卤鱼头..... (207) | 香卤蜗牛..... (210) |
| 草果卤鲫鱼..... (207) | 石斛卤墨鱼..... (210) |
| 白术卤鱿鱼..... (208) | 丁香卤豆干..... (211) |
| 黄芪卤鲜虾..... (208) | 枸杞卤豆腐..... (211) |
| 椒盐卤虾片..... (208) | 五香排骨..... (211) |
| 果香草鱼条..... (209) | 丁香排骨..... (211) |
| 糖醋鳝鱼片..... (209) | |

八、药膳烹饪炸菜

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 山药炸猪排..... (213) | 菟丝炸里脊..... (219) |
| 香炸五花肉..... (214) | 小茴炸里脊..... (219) |
| 五彩炸里脊..... (214) | 丁香脆皮鹌鹑..... (219) |
| 砂仁炸羊肚..... (214) | 鸡头炸里脊..... (220) |
| 松仁炸鸡丁..... (215) | 杏仁酥鸭..... (220) |
| 核桃炸豆腐饼..... (215) | 牡丹鸡片..... (221) |
| 赤豆炸茄夹..... (216) | 丁香脆皮鸭..... (221) |
| 灵芝炸锅巴..... (216) | 首乌炸鸭肝..... (222) |
| 珍珠炸圆子..... (217) | 丁香鸡翅..... (222) |
| 洋参炸里脊..... (217) | 月季花炸虾仁..... (223) |
| 山药炸佛手..... (217) | 雪蛤炸脊髓..... (223) |
| 茯苓炸葱卷..... (218) | 藿香炸排骨..... (223) |
| 淮山炸圆子..... (218) | 菟丝炸鸭腰..... (224) |

九、药膳烹饪烤菜

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 人参烤牛肉脯..... (225) | 佩兰烤鹅..... (227) |
| 白芍药烤乳鸽..... (225) | 果仁烤羊排..... (227) |
| 玉竹烤牛肉..... (226) | 草豆蔻烤猪蹄..... (227) |
| 旱莲草烤羊肉..... (226) | 茯苓烤猪肘..... (228) |
| 藿香烤鲈鱼..... (226) | 薏苡仁烤羊肉..... (228) |

连钱草烤乳鸽	(229)	果仁烤猪排	(233)
山药烤猪排	(229)	鸡肉金烤鸡排	(233)
党参烤乳鸽	(229)	谷芽烤鲈鱼	(234)
明党参烤羊肉	(230)	莱菔子烤鸭肉	(234)
鹿茸烤仔鸡肉	(230)	海金沙烤鲫鱼	(235)
锁阳烤羊肉	(230)	灵芝烤黄鸡	(235)
龙眼肉烤鸭肉	(231)	珍珠烤鲤鱼	(235)
桑葚烤兔肉	(231)	丹参烤黄鱼	(236)
北沙参烤羊排	(231)	核桃仁烤仔鸡	(236)
南沙参烤鸭肉	(232)	红花烤鲳鱼	(236)
旱莲草烤兔肉	(232)	橘皮烤鸡肉	(237)
藿香烤鲤鱼	(232)	蜂蜜烤鸭	(237)
砂仁烤牛肉	(233)		

十、药膳烹饪烧菜

丁香烧猪手	(239)	五味烧鸡块	(245)
百合烧茄子	(239)	党参烧鸡腿	(245)
橘皮烧排骨	(240)	通草烧白鸭	(246)
砂仁烧猪肚	(240)	茯苓烧乌鸡	(246)
杜仲烧猪腰	(241)	银杏烧白鸭	(246)
草果烧大肠	(241)	菊花烧鳝片	(247)
白芷烧香肠	(241)	双花烧鱼尾	(247)
红烧咕噜肉	(242)	枸杞烧鲫鱼	(247)
山药烧藕丸	(242)	黄芪烧鲤鱼	(248)
锁阳烧牛鞭	(243)	陈皮烧鲢鱼	(248)
金针菇烧牛肉	(243)	黄精烧鲫鱼	(249)
党参烧鸡块	(243)	鹿茸烧黄鳝	(249)
草果烧鸡翅	(244)	虫草烧乌龟	(250)
凉瓜烧仔鸡	(244)	巴戟烧鲜虾	(250)
参芪烧鸡肉	(244)	桂圆烧冬瓜	(250)

- | | | | |
|-------------|-------|-------------|-------|
| 当归烧香芋 | (251) | 冬菇烧土豆 | (253) |
| 大蒜烧茄子 | (251) | 玉竹烧豆腐 | (254) |
| 青瓜烧豆腐 | (252) | 甘草烧冬瓜 | (254) |
| 菱角烧苦瓜 | (252) | 麦冬烧芹菜 | (255) |
| 天冬烧豆腐 | (252) | 豆豉烧南瓜 | (255) |
| 杏仁烧丝瓜 | (253) | 山药烧芹菜 | (255) |
| 山药烧莲藕 | (253) | 二冬烧茼蒿 | (256) |

十一、药膳烹饪冒菜

- | | | | |
|---------------|-------|---------------|-------|
| 童子参冒丝瓜 | (257) | 天冬冒茄子 | (262) |
| 山药冒南瓜 | (258) | 巴戟冒大虾 | (262) |
| 天冬冒黄瓜 | (258) | 沙苑子冒羊肉 | (262) |
| 鹿茸冒羊肉 | (258) | 锁阳冒牛肉 | (263) |
| 山药冒倭瓜 | (259) | 海马冒鸽肉 | (263) |
| 鹿茸冒鸡块 | (259) | 砂仁冒猪肚 | (263) |
| 川明参冒仔鸭肉 | (259) | 草豆蔻冒猪排骨 | (264) |
| 北沙参冒南瓜 | (260) | 肉桂冒牛肉 | (264) |
| 西洋参冒土豆 | (260) | 丹参冒鸡片 | (264) |
| 太子参冒黄瓜 | (261) | 人参冒凤片 | (265) |
| 五味子冒南瓜 | (261) | 三七冒鸽肉 | (265) |
| 地黄冒白萝卜 | (261) | 天麻冒鱼片 | (266) |

十二、药膳烹饪煲菜

- | | | | |
|---------------|-------|---------------|-------|
| 山楂瘦肉仔鸡煲 | (267) | 银杏鸡煲 | (269) |
| 玉竹苡仁仔鸭煲 | (267) | 果仁排骨煲 | (270) |
| 黄精猪肘煲 | (268) | 百合鲜藕乌鸡煲 | (270) |
| 沙参心肺煲 | (268) | 参芪仔鸭煲 | (270) |
| 虫草全鸭煲 | (268) | 参麦团鱼煲 | (271) |
| 百仁鸭肉煲 | (269) | 砂仁鲫鱼煲 | (271) |