

家常菜系列 10

尚锦文化

宴客菜 138道

尚锦文化/编

清蒸草鱼 · 油焖大虾 · 回锅肉 ·····

 中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

宴客菜138道 / 尚锦文化编. —北京: 中国纺织出版社,
2009.1

(家常菜系列10)

ISBN 978-7-5064-5134-5

I. 宴… II. 尚… III. 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第175373号

责任编辑: 李美华 责任印制: 刘 强

版式设计: 北京水长流文化发展有限公司

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

http: // www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

天津光明印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2009年1月第1版第1次印刷

开本: 889×1194 1/48 印张: 2

字数: 43千字 定价: 9.80元

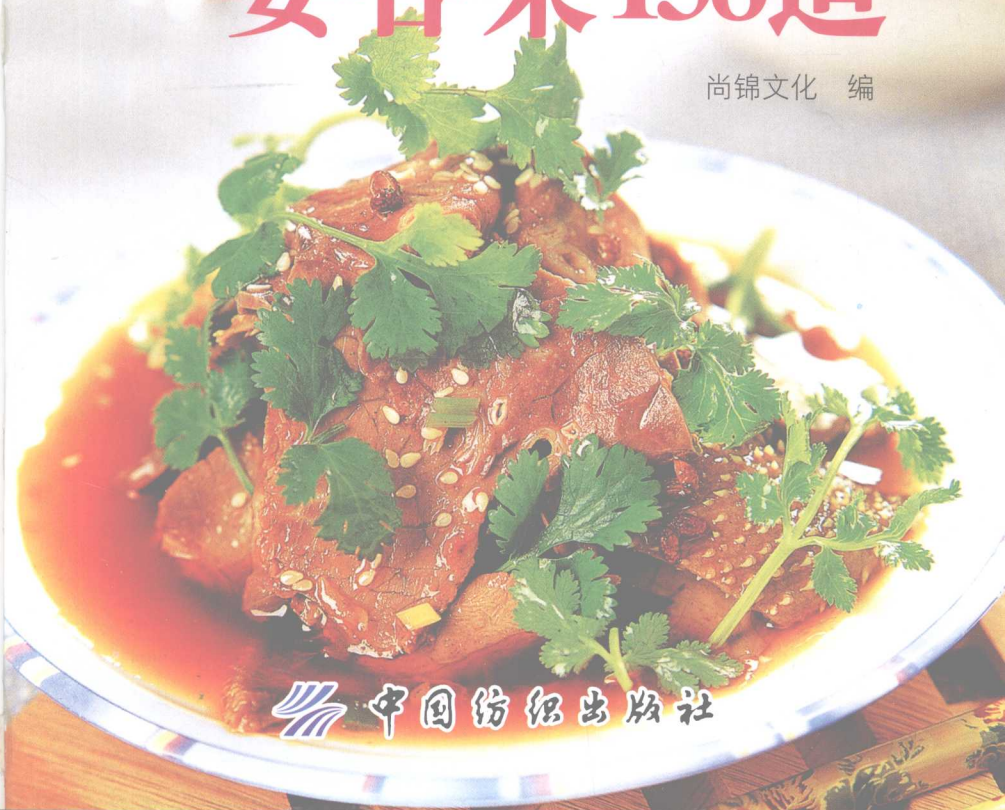
凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社市场营销部调换

家常菜系列10

尚锦文化

宴客菜138道

尚锦文化 编



中国纺织出版社

目录 Contents

清爽凉菜

- 1 夫妻肺片 4
- 2 口水鸡 5
- 3 盐水鸭 6
- 4 白煮肉 7
- 5 五香熏鱼 8
- 6 五香牛肉 9
- 7 五香卤猪肝 10
- 8 醋椒海蜇 11
- 9 香卤鸭脖 12
- 10 蜜汁藕 13

新鲜热菜

- 11 水煮鱼 14
- 12 清蒸草鱼 15
- 13 豆瓣鲤鱼 16
- 14 秘制带鱼 17
- 15 剁椒鱼头 18
- 16 老干妈炒鱿鱼 19
- 17 清蒸大螃蟹 20
- 18 油焖大虾 21
- 19 番茄炒虾仁 22
- 20 香辣田螺 23
- 21 豉椒蒸扇贝 24
- 22 炒耳丝 25
- 23 生爆盐煎肉 26

滋补汤羹

- 24 京酱肉丝 27
- 25 糯米蒸排骨 28
- 26 啤酒鸭 29
- 27 宫爆鸡丁 30
- 28 贵妃鸡翅 31
- 29 黑椒煎牛排 32
- 30 葱爆羊肉 33
- 31 泡椒牛蛙 34
- 32 荷兰豆炒腰花 35
- 33 蚝油牛肉 36
- 34 四喜丸子 37
- 35 西芹百合 38
- 36 拔丝莲子 39
- 37 花生猪蹄汤 40
- 38 鱼头豆腐汤 41
- 39 罗宋汤 42
- 40 上汤炖八珍 43
- 41 三才老鸡煲 44
- 42 萝卜牛腩煲 45
- 43 白玉猪肚煲 46
- 44 火腿鲜笋汤 47
- 45 蟹黄腐羹 48
- 46 酒酿蛋羹 48

地道家乡菜

川菜

- 47 四川泡菜 49
- 48 毛血旺 49
- 49 回锅肉 50
- 50 麻婆豆腐 50
- 51 鱼香肉丝 51
- 52 重庆辣子鸡 51

湘菜

- 53 农家小炒肉 52
- 54 东安子鸡 52
- 55 酸豆角炒肉末 53
- 56 毛氏红烧肉 53
- 57 萝卜干炒腊肉 54
- 58 腊味合蒸 54
- 59 白椒炒牛肉 55
- 60 酸辣大肠 55

闽菜

- 61 荔枝肉 56
- 62 糟爆排骨 56
- 63 清炖石斑鱼 57
- 64 盐酥虾 57
- 65 响铃肉 58
- 66 生炒土笋 58

徽菜

- 67 腐乳爆肉 59
- 68 糯米鸭条 59
- 69 徽州蒸鸡 60
- 70 腌鲜鳊鱼 60

粤菜

- 71 白灼虾 61
- 72 生炒酥肚 61
- 73 掌上明珠 62
- 74 群鱼追月 62
- 75 长久鸡片 63
- 76 虾蛋彩盘 63

淮菜

- 77 大煮干丝 64
- 78 八宝葫芦鸭 64
- 79 蟹粉狮子头 65
- 80 水晶肴蹄 65
- 81 元宝虾 66
- 82 西湖醋鱼 66
- 83 梅菜烧肉 67
- 84 脆皮鸡 67
- 85 东坡肉 68
- 86 钱江肉丝 68

鄂菜

- 87 珍珠丸子 69
- 88 宫保藕丁 69
- 89 酸菜煮泥鳅 70
- 90 黄豆炖猪蹄 70

- 91 红菜薹炒腊肉 71

- 92 豌豆辣牛肉 71

鲁菜

- 93 挂霜丸子 72
- 94 九转大肠 72
- 95 油爆双脆 73
- 96 糖醋黄河鲤 73

吉祥祝福菜

- 97 全家福 74
- 98 金玉满堂 74
- 99 红红火火 75
- 100 丰收鱼米包 75
- 101 吉祥豆腐 76
- 102 五福临门 76
- 103 大吉大利 77
- 104 鸿运脆皮鸽 77
- 105 富贵金钱鳗 78
- 106 三财及第 78
- 107 马到成功 79
- 108 步步高升 79
- 109 状元及第粥 80
- 110 一枝独秀 80
- 111 鱿鱼顺风 81
- 112 兄弟全鱼 81
- 113 鸳鸯灯盏 82
- 114 心心相印 82
- 115 百合鲫鱼汤 83
- 116 相思莴笋 83

花样主食

- 117 炸酱面 84
- 118 素三丝炒面 84
- 119 打卤面 85
- 120 鸡蛋饼 85
- 121 糊塌子 86
- 122 家常烙饼 86
- 123 葱油饼 87
- 124 双麻酥饼 87
- 125 蜂巢玉米 88
- 126 宫灯麻团 88
- 127 象形南瓜 89
- 128 虾仁蒸饺 89
- 129 鸿运酥 90
- 130 翡翠烧卖 90
- 131 扬州炒饭 91
- 132 红椒牛肉饭 91
- 133 羊肉抓饭 92
- 134 香菇蛋炒饭 92
- 135 锅贴 93
- 136 生煎包 93
- 137 韭菜盒子 94
- 138 三鲜炒米粉 94

不可不知的烹饪秘诀 .. 95





Tips
老卤即反复煮牛肉的卤水。掌握好煮牛肉和牛杂的火力与时间。

1 夫妻肺片

◎原料

鲜黄牛肉2500克，牛杂（牛心、牛舌、头皮、干层肚、肚梁）2500克

◎调料

香料袋（八角、山柰、大茴香、小茴香、草果、桂皮、丁香、姜、花椒）1个，老卤、盐、白酒、味精、辣椒油、酱油、花椒粉、熟花生、熟芝麻面、香菜各适量

◎做法

1

将鲜牛肉、牛杂洗净，牛肉切成大块，放入沸水锅焯后捞出，洗净。另取一锅，加入老卤和香料袋、盐、白酒，再加清水和原料，用旺火烧沸约半小时，改用小火煮1.5小时，先熟

2

的先捞出，晾凉待用。味精、辣椒油、酱油、花椒粉、老卤调成味汁；熟花生切末。

3

将晾凉的牛肉、牛杂等切成6厘米长、3厘米宽的薄片，混合在一起，淋上味汁拌匀，撒上熟芝麻面、熟花生末、香菜即可。

◎原料

小母鸡1只(约700克)

◎调料

盐5克, 酱油20克, 醋10克, 味精5克, 红油10克, 花椒油10克, 老姜水5克, 香油5克, 葱花5克, 蒜蓉汁10克, 熟白芝麻5克, 猪油适量

◎做法

1 将小母鸡宰杀, 治净, 放入沸水中烫至断生, 取出, 切成一指宽的条, 放入盆内待用。

2 油取一大碗, 加所有调料, 调成汁倒入鸡盆中拌匀即可。



2 口水鸡

Tips

选未产蛋的小母鸡制作; 煮鸡的火候要适度, 时间短了欠火, 煮久了鸡肉绵老。





3 盐水鸭

◎原料

光鸭1只

◎调料

盐、椒盐、黄酒、八角、葱、姜、蒜泥各适量

◎做法

- 1 光鸭治净，用椒盐内外擦遍，腌3小时，沸水烫后晾干。
- 2 锅中加清水、八角烧沸，放入盐、姜、葱、黄酒、鸭，烧沸，小火焖熟。
- 3 食时改刀成块，淋上原汁，蘸蒜泥食用即可。

Tips

鸭子用沸水烫制后要晾干，焖制时火要小。

◎原料

猪坐臀肉300克，芹菜叶
少许

◎调料

葱段、姜片、料酒、蒜泥、
酱油、香菜、胡椒粉、红油
各适量

◎做法

1 肉洗净；锅中加水、
葱段、姜片、料酒及
猪肉，用大火烧开，
小火煮8~10分钟，取
出晾凉，切片装盘，
淋上红油。

2 蒜泥、酱油、香菜、
胡椒粉调制成味汁，
淋在猪肉上（也可蘸
食），装饰芹菜叶
即可。

4 白煮肉

Tips
掌握好肉的煮制时间。





Tips
腌鱼时腌入味才能熏，
否则影响成品质量。

5 五香熏鱼

◎原料

青鱼5条

◎调料

花椒20克，八角15克，干姜10克，鲜姜10克，丁香10克，桂皮5克，荜拔5克，山柰3克，砂仁10克，糖浆200克，五香粉10克，盐20克

◎做法

- 1 将青鱼宰杀治净，放入盆内，加入所有调料（糖浆除外），腌制20小时。
- 2 将腌好的鱼放入熏锅内，加木屑和糖浆，熏至色泽透红、油光发亮、离骨即成。
- 3 吃时先将熏鱼上笼蒸10分钟，取出切块即可。

◎原料

牛肉500克

◎调料

色拉油2匙，蒜4瓣，姜3片，八角3个，辣椒2个，花椒、辣豆瓣酱各1匙，料酒3克，酱油200毫升，冰糖20克，五香卤包1包，五香粉适量

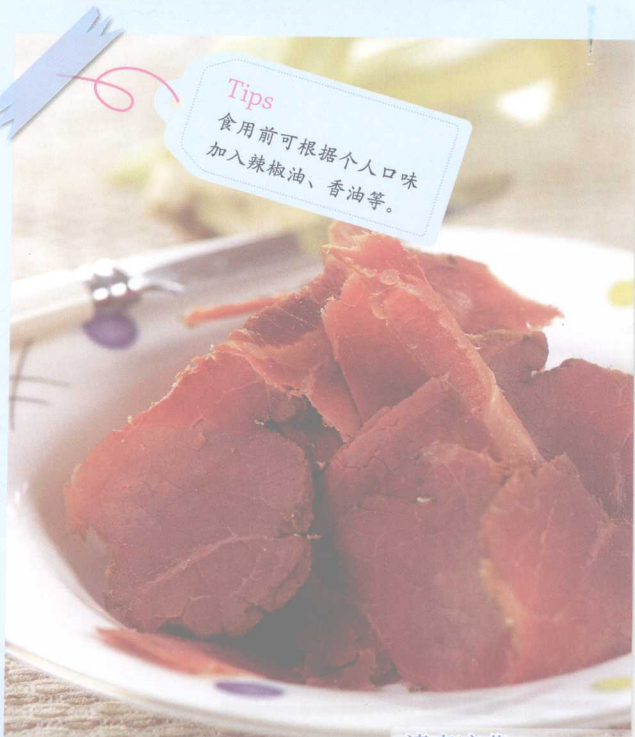
◎做法

- 1 牛肉洗净，用开水氽烫。
- 2 油锅烧热，放入蒜、姜片、八角、花椒和辣椒爆香，再加入辣豆瓣酱翻炒片刻，加入料酒煮，再加入清水、酱油、冰糖、五香卤包及五香粉煮沸。
- 3 牛肉放入卤锅内煮沸，改小火卤煮至熟，取出沥水放凉，切片即可。

6 五香牛肉

Tips

食用前可根据个人口味加入辣椒油、香油等。



清爽凉菜



7 五香卤猪肝

◎原料

猪肝500克

◎调料

葱花、姜末、八角、香叶、花椒、桂皮、盐、味精、料酒、鸡精、芹菜叶各适量

◎做法

- 1 猪肝洗净，在上面打花刀，下沸水锅，焯水后捞出，用冷水洗净；葱、姜、八角、香叶、花椒、桂皮放入纱布袋。
- 2 锅中放水，加入盐、味精、料酒、香料袋、鸡精、猪肝，烧沸后改小火，卤煮1小时，捞出冷却，切片装盘，装饰芹菜叶即可。

◎原料

海蜇200克

◎调料

盐、味精、香油、野山椒汁、香醋各适量

◎做法

海蜇浸泡洗净，用沸水冲烫后，再用温水泡至酥脆，沥干，加盐、味精、香油、野山椒汁、香醋拌匀即可。



8 醋椒海蜇



Tips

食用时还可撒些胡椒粉。



9 香卤鸭脖

◎原料

鸭脖子2根

◎调料

八角4个，辣椒、花椒、味精、冰糖、盐、料酒、蚝油、桂皮、小茴香、甘草、香叶、五香粉、陈皮、草果各适量

◎做法

- 1 鸭脖子洗净，用沸水焯后备用。
- 2 锅中放入调料和水，小火煮沸，放入鸭脖子慢卤至熟。
- 3 捞出鸭脖子冷却，改刀装盘即可。



◎原料

莲藕1节，糯米100克

◎调料

红糖、桂花香精、蜂蜜各适量

◎做法

1 糯米洗净，用温水浸泡1小时；莲藕刮去外皮，一头切掉2.5厘米长的藕做盖。

2 将糯米填入莲藕，加上盖子，用牙签固定，然后加入水、红糖和桂花香精，大火煮沸，改小火煮30分钟，捞出晾凉。

3 糯米藕切片，浇上蜂蜜即可。

10 蜜汁藕

Tips
用小火煮可防止糯米
溢出。





11 水煮鱼

◎原料

草鱼1条(约1250克), 辣椒100克, 黄豆芽500克, 蒜苗段10克

◎调料

花椒粉30克, 水淀粉10克, 鸡蛋1个, 盐10克, 香油5克, 胡椒粉3克, 味精3克, 芥末油3克, 色拉油适量

◎做法

- 1 鱼取肉切片, 入碗加盐、味精、鸡蛋、水淀粉码味, 抓匀待用。
- 2 油烧热, 下黄豆芽炒干, 加盐调味, 倒入盆内垫底。
- 3 锅内加水烧沸, 加少许盐, 下入鱼片, 待鱼片发白捞出, 倒在豆芽上面, 然后撒上花椒粉、辣椒、胡椒粉、蒜苗段, 淋上芥末油和香油。
- 4 净锅上火, 加色拉油烧至120℃, 倒在盆内。上桌时用漏勺捞出辣椒即可。

◎原料

活草鱼1条(约500克), 火腿25克, 冬笋25克, 水发冬菇50克, 葱白丝、姜丝、红椒丝各少许

◎调料

盐、料酒、胡椒粉、葱段、姜片、色拉油、豉油皇酱油各适量

◎做法

1 将草鱼刮去鳞, 去鳃, 除去内脏, 洗净肚内黑衣, 沿脊骨斜切数刀, 使其肚档相连; 冬笋、火腿、冬菇均切成丝待用。

2 将草鱼摆在长盘中, 上面放火腿丝、冬笋丝、冬菇丝, 撒上胡椒粉、盐、葱段、姜片, 加料酒, 浇上色拉油, 上笼蒸12分钟, 取出, 除去葱段、姜片, 浇上豉油皇酱油, 撒上葱白丝、姜丝和红椒丝即可。

12 清蒸草鱼

