

尚锦文化

酒楼 热卖凉菜

精选

JiuLou ReMai LiangCai JingXuan



李凯 编著



 中国纺织出版社

酒樓 热卖凉菜

李凯 编著

精 选

 中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

酒楼热卖凉菜精选 / 李凯编著. —北京: 中国纺织出版社,
2009.1

ISBN 978-7-5064-5099-7

I. 酒… II. 李… III. 凉菜—菜谱 IV. TS972.121

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第161222号

责任编辑: 卢志林 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](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: 710×1000 1 / 16 印张: 6
字数: 77千字 定价: 25.00元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社市场营销部调换

编 著：李凯

参与编著：冯勇 高原菊 陈强 邱力 高璞

摄 影：影人入胜影像工作室

(李凯 普天红 安琪 冯勇 雷鸣 张海燕 张芮 贺勋
王兴海 何燕)

技术支持：四川烹饪高等专科学校烹饪技术系



李凯，中国烹饪名师、国家高级中式烹调师、四川省烹饪协会会员、中国烹饪协会会员、《四川烹饪》杂志特邀记者。曾任四川锦江宾馆食品工艺美术师、青岛唐家老院子行政总厨、成都蜀府宴语餐饮有限公司副总经理、成都市财贸职业高级中学高级专业教师。现就职于四川烹饪高等专科学校，任烹饪技术系烹饪美学教研室主任。在十余年的餐饮工作中，曾多次在省、市及全国的烹饪大赛上获奖。个人作品曾多次在《四川烹饪》、《成都烹饪》、《华西都市报》、《烹调知识》等省、市级报刊、杂志上发表。



目 录 C O N T E N T S

禽 类

葱椒鸡	/6
小米椒拌鸡	/7
红袍鸡心	/8
迷迭香鸡翅	/8
葱油仔鸡	/9
鸿福鸡丝	/10
泡椒凤爪	/11
麻酱蒜香鸡	/12
沙拉鸡卷	/13
糖醋鸡肉卷	/13
钵钵鸡杂	/14
炆锅胗花	/15
椿芽鸡丝	/16
沙拉鸭片	/17
香酱鸭	/18
鸭胗拌凉瓜	/18
久久鸭颈	/19
飘香鸭脯	/20
陈皮鸭条	/21
奇味鸭舌	/22
芥末鸭掌	/23
锦绣仔鸭丝	/23
蕨根粉拌鹅肠	/24
萝卜干拌鹅肠	/25
水豆豉拌鹅肠	/26
泡酸菜炆鹅肠	/26
金沙蒜香鸽	/27
泡椒鸽胗	/28



畜 类

香蒜里脊	/29
菠萝肉	/30
糊辣肉丁	/31
肉丝茶树菇	/32
卤肉夹饼	/32
辣豆瓣拌白肉	/33
碳烧肉	/34
蒜香龙眼肉	/35
梅酱金钱肉	/36
私家香排	/37
泡萝卜爽脆肚	/38
三色拌肚丁	/38
芥辣脆耳丝	/39
葱椒嫩腰花	/40
酱猪手	/41
酸辣猪手	/41
蒜香肝片	/42
姜汁皮冻	/43
金椒蜂窝肚	/44
鲜椒金钱肚	/45
风味牛百叶	/46
金沙牛筋冻	/47
香酱牛舌	/47
孜然手撕兔	/48
口口脆	/49





海河鲜类

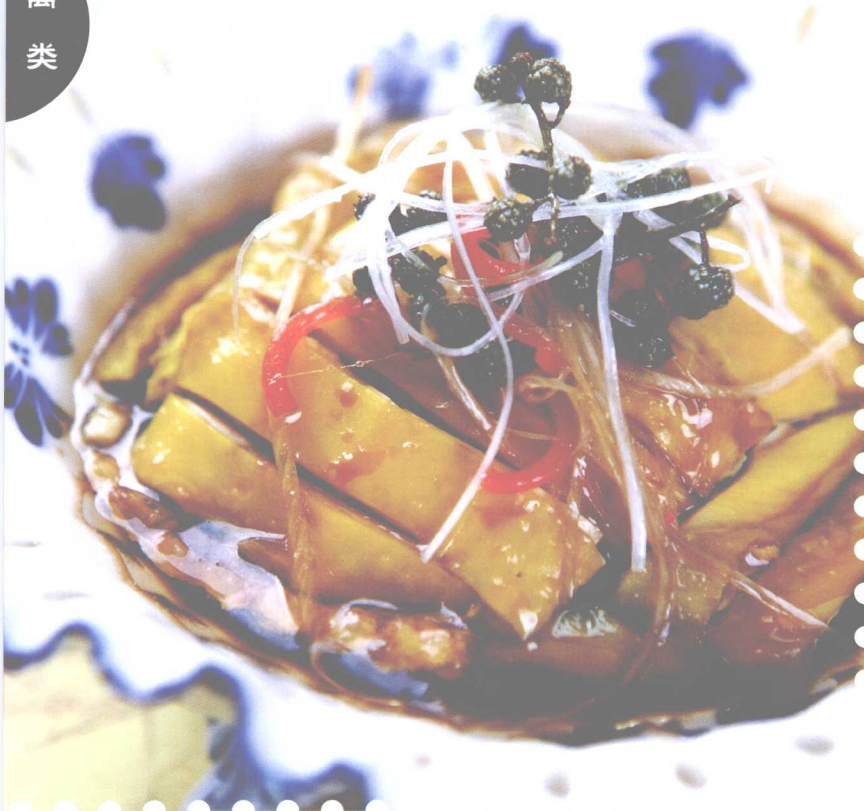
辣仔咖喱花甲	/50
蛤蜊大白菜	/51
酸椒文蛤	/52
辣鲜文蛤	/52
印尼辣螺	/53
鱼香田螺	/54
蒜泥白肉虾	/55
茴香酥河虾	/55
糖醋大虾	/56
剁椒鲜鱿鱼	/57
豉椒鲜鱿	/58
孜然鲜鱿须	/59
仔姜鳝丝	/60
烧椒鳝段	/60
陈皮鳝丝	/61
姜汁肉蟹	/62
紫菜蟹柳卷	/63
芥辣蜆皮丝	/64
香醋拌蜆丝	/64
麻辣泥鳅	/65
香菜白宫鱼	/66
紫霞沙丁鱼	/67
家乡腌酥鱼	/67
野鸡红拌鱼皮	/68
泰式海鲜沙拉	/69
吞拿鱼番茄沙拉	/70
彩虹生鱼柳	/71
菊香生鱼丝	/72



蔬菜类

桃仁玉米沙拉	/73
什锦冰淇淋沙拉	/73
鲜果沙拉	/74
花仁辣白菜	/75
美味渍白菜	/76
肉末粉丝	/77
家常酥豌豆	/78
粒粒酥	/78
爽口木耳	/79
麻辣酥藕片	/80
粉丝金钩拌菠菜	/81
金钩芥菜	/81
芹黄拌豆干	/82
泡豇豆炆腐丁	/83
橙汁山药	/84
醋拌杂菜	/85
麻酱油麦菜	/86
椒麻嫩笋	/87
风味萝卜丝	/88
脆爽萝卜干	/88
芥末拌三丝	/89
酸辣海带	/90
凉炆瓜条	/91
冰镇苦瓜	/92
爽口脆	/93
双椒水豆豉	/94
鲜椒韭花香	/95
蟹柳拌青豆	/95
青椒茄条	/96





Tips

葱油是指用大葱、洋葱、老姜加色拉油，以小火慢慢加热至其水分蒸发完所炼出的料油。

葱椒鸡

>>原料

三黄鸡500克，洋葱100克

>>调料

大葱30克，青花椒5克，蚝油15克，甜面酱10克，酱油少许，盐5克，味精3克，姜10克，料酒10克，白糖5克，花椒油5克，葱油50克

>>做法

- 1 三黄鸡宰杀治净，置入加有姜、葱、料酒的沸水锅中焯水，去净血污。
- 2 另取锅加水烧沸，下入料酒、姜、葱，放入三黄鸡用小火煮熟，关火后用原汤浸泡，待其自然冷却。
- 3 洋葱洗净，切成丝，装入盘内垫底；大葱切成葱丝，备用。
- 4 三黄鸡去大骨，改刀成1厘米厚、5厘米长的条装盘。
- 5 锅内下入葱油，以小火烧热，放入青花椒、甜面酱、蚝油炒香，掺入鸡汤，加盐、味精、白糖、酱油、花椒油调匀，制成葱椒味汁。
- 6 将调好的味汁浇在鸡肉上，撒上葱丝即成。

成品特点：鸡肉软嫩，咸鲜清淡，葱椒香味浓郁。



小米椒拌鸡

>>原料

土仔鸡500克

>>调料

小米辣椒20克，青红尖椒各10克，鲜青花椒10克，泡椒5克，香菜10克，盐2克，味精3克，白糖少许，料酒10克，姜10克，葱20克，生菜子油10克

>>做法

- 1 仔鸡宰杀治净。净锅内入清水烧沸，加入姜、葱、料酒，再下入仔鸡煮熟，用原汤浸泡至冷。
- 2 将小米辣椒、泡椒分别剁成蓉，置于盆内，加盐、味精、白糖、鸡汤、生菜子油、鲜青花椒一起拌匀，腌渍1小时成味汁。
- 3 仔鸡去大骨后，斩成4厘米见方的块；香菜洗净切成4厘米长的节；青红尖椒切成圈。
- 4 鸡块加味汁、香菜、青红椒圈拌匀，装入盘内即成。

成品特点：鸡肉鲜嫩，口感清爽，鲜辣味十足。

红袍鸡心

>>原料

鲜鸡心250克

>>调料

干辣椒80克, 胡椒粉1克, 盐5克, 味精3克, 料酒10克, 醪糟20克, 姜10克, 葱10克, 花椒、糖色、酱油、香油、鲜汤各适量, 色拉油500克(约耗50克)

>>做法

- 1 鸡心洗净, 放入加有盐、料酒、姜、葱的沸水锅中氽至断生, 去净血污。
- 2 干辣椒入沸水锅中略煮至回软, 捞起; 姜洗净切成片; 葱切成马耳朵形。
- 3 锅内入油烧至五成热, 下入鸡心炸干表面的水分, 捞起沥油。
- 4 锅内留底油烧至五成热, 下入煮好的干辣椒、花椒、姜、葱炒香, 加入鲜汤、鸡心烧沸, 撇去浮沫, 加盐、糖色、酱油、胡椒粉、醪糟调味, 中火收干汤汁, 起锅前加香油、味精炒匀即可。

成品特点: 色泽红亮, 香辣味厚。

迷迭香鸡翅

>>原料

鸡翅中500克

>>调料

迷迭香10克, 五香粉5克, 胡椒1克, 盐5克, 味精2克, 姜10克, 葱10克, 料酒10克, 香油5克, 色拉油500克(约耗40克), 糖色、鲜汤各适量

>>做法

- 1 鸡翅中去尽杂质, 用清水洗净, 装入盆中, 加迷迭香、五香粉、盐、姜、葱、料酒、胡椒拌匀, 腌渍24小时。
- 2 将腌渍入味的鸡翅中放入五成热的油锅中浸炸至色泽金黄, 捞起沥净油。
- 3 另取锅入底油烧至五成热, 下姜、葱爆香, 掺入鲜汤, 加迷迭香、盐、料酒、糖色烧沸, 放入鸡翅中, 改用小火烧至汁干、色泽红亮, 加味精调味, 出锅前淋入香油, 待冷却后, 挑出鸡翅中装盘即可。

成品特点: 肉质细嫩, 芳香味浓郁。

Tips

迷迭香, 西餐中常用此增香, 具有独特的芳香, 能助消化, 安神, 对失眠、消化不良有良好的功效。



葱油仔鸡

>>原料

仔鸡1只（约1500克）

>>调料

大葱100克，小茴香2克，香叶2克，花椒1克，姜10克，盐2克，鸡精1克，味精4克，料酒10克，葱花、色拉油、鲜汤各适量

>>做法

- 1 仔鸡宰杀，治净；大葱切成3厘米长的段。
- 2 炒锅上火，下入适量油烧热，放入葱段爆出香味，倒出一半的葱油备用。锅中掺入鲜汤，加姜、小茴香、香叶、花椒烧沸，放入仔鸡、料酒烧沸，撇去浮沫，改用小火煮至成熟，关火，在汤内加入盐、鸡精、味精调味，浸泡至仔鸡冷却。
- 3 将冷却后的鸡去掉大骨，改刀成条块状，装入盘中。葱油加适量原汤调匀，淋在仔鸡上，撒上葱花即可。

成品特点：肉质细嫩，入口滑爽，葱香味浓郁。



鸿福鸡丝

>>原料

土仔鸡1只

>>调料

红油30克，蒜蓉辣椒酱20克，盐2克，鸡粉3克，姜10克，大葱15克，料酒10克，鸡汤20克，白糖、美极鲜酱油、花椒面、香油、花椒油各少许，芝麻3克

>>做法

- 1 仔鸡宰杀，治净，入沸水锅加姜、葱、料酒烧沸，汆净血水。另取锅置火上，加水、姜、葱、料酒、仔鸡大火烧沸5分钟后关火，加盖，利用汤的温度将鸡焖熟，捞出，刷上香油晾凉。
- 2 将仔鸡从头至尾对剖开，卸下鸡翅和鸡腿，去掉胸骨，平放于菜墩上，用刀剁成0.3厘米厚的片，装入盘内。
- 3 将红油、蒜蓉辣椒酱、花椒面、盐、鸡粉、白糖、美极鲜酱油、花椒油、鸡汤调成麻辣味汁，浇于装好盘的鸡肉上，撒上芝麻即可。

成品特点：造型美观整齐，麻辣味醇厚。

泡椒凤爪

>>原料

鲜鸡爪10只，洋葱20克，青红椒30克，西芹30克

>>调料

野山椒水250克，野山椒50克，花椒10克，盐10克，味精3克，白糖5克，白醋10克，姜10克，葱10克，料酒10克，白酒10克

>>做法

- 1 鸡爪治净，放入加有姜、葱、料酒的沸水锅中煮5分钟至熟，捞起晾凉，剁去趾尖，对剖成两半。
- 2 青红椒、洋葱、西芹分别切成1厘米宽、5厘米长的条。
- 3 将野山椒水、野山椒、洋葱、青红椒条、花椒、盐、味精、白糖、白醋、白酒、姜、葱入盆调成味汁。
- 4 将鸡爪放入味汁中浸泡12小时至入味即可。

成品特点：酸辣爽口，风味独特，带有泡菜特有的香味。



麻酱蒜香鸡

>>原料

三黄鸡1只

>>调料

芝麻酱20克，蒜泥50克，盐2克，味精1克，胡椒粉1克，白糖1克，酱油5克，姜5克，葱10克，料酒10克，红油35克，花椒油10克，熟芝麻5克

>>做法

- 1 三黄鸡宰杀，治净，剁去脚爪，入盆加姜、葱、料酒、盐、胡椒粉、蒜泥反复搓揉，使其充分入味，静置2小时后挂于通风处，吹干表面的水分。
- 2 将码好味的三黄鸡上笼蒸30分钟至熟，取出晾凉，去掉鸡骨，将肉片成片装入盘中。
- 3 将芝麻酱、盐、味精、白糖、酱油、蒜泥、红油、花椒油入碗调成味汁，浇于鸡肉上，撒上熟芝麻即可。

成品特点：鸡肉细嫩，酱香浓郁，带有蒜香味。



沙拉鸡卷

>>原料

鸡脯肉100克，胡萝卜、黄瓜、紫甘蓝、鲜玉米粒各50克，春卷皮150克

>>调料

沙拉酱50克，白糖5克，柠檬1个，盐3克，姜10克，大葱15克

>>做法

- 1 鸡脯肉入加有盐、姜、大葱的沸水锅中，大火煮5分钟至熟，关火后用原汤焖至汤冷，捞起切成二粗丝。
- 2 胡萝卜、黄瓜、紫甘蓝分别切成细丝；玉米粒入沸水锅中煮熟，沥尽水分。
- 3 将柠檬挤出汁，入碗加白糖、盐、沙拉酱搅匀成酱汁备用。
- 4 将春卷皮逐一平铺于菜墩上，放上适量丝料，挤上酱汁，再放上玉米粒，卷成卷，改刀成马蹄状，装盘即可。

成品特点：造型美观，色泽艳丽，味道清新淡雅，具有西式风味。

糖醋鸡肉卷

>>原料

土仔鸡1只，黄瓜100克，大葱50克，香菜梗50克

>>调料

白糖20克，保宁醋15克，盐2克，味精3克，姜10克，葱20克，料酒20克，香油少许

>>做法

- 1 将仔鸡洗净入锅，加水、姜、葱、料酒大火烧开，5分钟后关火，加盖，将仔鸡焖熟，原汤浸泡待其自然冷却。
- 2 黄瓜、香菜梗、大葱分别切成5厘米长的二粗丝。
- 3 锅中入水、白糖，小火熬制成糖浆。
- 4 将冷却的仔鸡片成薄片，卷入黄瓜丝、葱丝、香菜梗，装入盘中。
- 5 将保宁醋、糖浆、盐、味精、香油调成糖醋汁，浇在鸡肉卷上即成。

成品特点：酸甜爽口，鸡肉软嫩，清香味浓。



Tips

藤

椒又名香椒子，其果油多有光泽，其味芬芳易挥发，口感香麻。据《本草纲目》记载，其果入药具有散寒解毒，散淤活络，消食健胃，增进食欲之疗效。藤椒果实可提取芳香油，即藤椒油，具有调味、健脾、去风、散寒之功效。

钵钵鸡杂

>>原料

鸡杂（鸡心、鸡肝、鸡肠、鸡胗、鸡皮）200克，香菜10克，香芹20克，熟芝麻2克

>>调料

藤椒油20克，盐3克，味精3克，白糖3克，鸡汤100克，姜10克，葱20克，料酒10克，红油30克

>>做法

- 1 鸡杂去尽杂质，洗净。锅中入水烧沸，加盐、料酒、姜、葱，分别下入鸡杂煮熟，用原汁浸泡至其自然冷却。
- 2 香菜、香芹洗净，切成2厘米长的节，放入盛器内垫底。
- 3 将鸡杂里的鸡肠切成5厘米长的段，鸡心、鸡肝、鸡胗分别切成薄片，鸡皮切成菱形块，放入垫过底的盛器内。
- 4 盐、味精、白糖、鸡汤、红油、藤椒油入碗，兑成味汁，浇淋于鸡杂上，撒上熟芝麻，放上几片香菜叶即可。

成品特点：鸡杂口感嫩脆，口味清新宜人。



炆锅胗花

>>原料

鸡胗250克

>>调料

干辣椒10克，干花椒5克，蚝油10克，盐2克，味精3克，鸡精5克，糖色10克，白糖5克，姜10克，葱20克，蒜瓣10克，料酒10克，色拉油10克

>>做法

- 1 鸡胗去尽杂质，洗净，剞上交叉十字花刀，使其成菊花形；姜去皮，切成薄片；蒜瓣切成薄片。
- 2 鸡胗入加有姜、葱、料酒、盐的沸水锅中煮至断生，捞起沥净水。
- 3 锅置中火上，下入适量色拉油烧热，加干辣椒、干花椒、蒜片、姜片炒出香味，放入鸡胗快速翻炒均匀，加盐、味精、鸡精、糖色、白糖、蚝油调味，炒匀出锅。
- 4 待炆好的鸡胗冷却后，装入盘中即可。

成品特点：口感爽脆，糊辣鲜香。



椿芽鸡丝

>>原料

土仔鸡300克，鲜椿芽50克，春卷皮10张

>>调料

芝麻酱20克，花椒面5克，盐2克，味精3克，白糖15克，醋15克，酱油少许，红油20克，熟芝麻5克，香油少许

>>做法

- 1 仔鸡治净，入锅煮熟，原汤浸泡使其自然冷却。
- 2 将煮好的仔鸡去骨，取净肉切成丝；椿芽去老叶、残叶，洗净备用。
- 3 将芝麻酱、酱油、醋、盐、味精、白糖、花椒面、红油、熟芝麻、香油调成怪味汁，装于味碟内。
- 4 春卷皮平铺于案上，放上适量鸡丝、椿芽，包裹成卷装入盘中，配怪味味碟上桌蘸食。

成品特点：荤素搭配合理，口感丰富，咸、甜、麻、辣、酸、鲜、香七味兼备。