

江苏

当红总厨创新

JIANGSU HOT CHEF'S INNOVATIVE DISHES

邵万宽 / 主编

菜



东南大学出版社

创 新 是 餐 饮 竞 争 的 得 力 筹 码

江苏当红总厨创新菜

邵万宽主编



东南大学出版社
·南京·

创 新 是 大 师 身 份 的 实 力 标 志

《江苏当红总厨创新菜》编委会

主 任: 马健鹰

副 主 任: (按姓氏笔划为序)

朱宝鼎 宋佳玲 花惠生 周妙林 周晓燕 彭东生

主 编: 邵万宽

编 委: (按姓氏笔划为序)

于学荣 王友吾 刘必来 沈宪林 武宏旭 周文荣
周明元 周鹤奎 张指明 张洪儒 胡 畏 施道春
徐晓峰 黄 新 蔡 明 蔡俊明 戴锡华

图书在版编目 (C I P) 数据

江苏当红总厨创新菜 / 邵万宽主编. —南京: 东南大学出版社, 2008. 7
ISBN 978-7-5641-1267-7

I. 江… II. 邵… III. 菜谱—江苏省 IV. TS972. 182. 53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 085668 号

出版发行: 东南大学出版社

社 址: 南京四牌楼 2 号

邮 编: 210096

出 版 人: 江 汉

网 址: <http://press.seu.edu.cn>

电子邮件: press@seu.edu.cn

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 上海中华商务联合印刷有限公司

开 本: 889mm×1194mm 1/16

印 张: 15.5

字 数: 260 千字

版 次: 2008 年 7 月第 1 版

印 次: 2008 年 7 月第 1 次印刷

书 号: 978-7-5641-1267-7/TS·32

定 价: 128.00 元

中國烹飪魅力無限

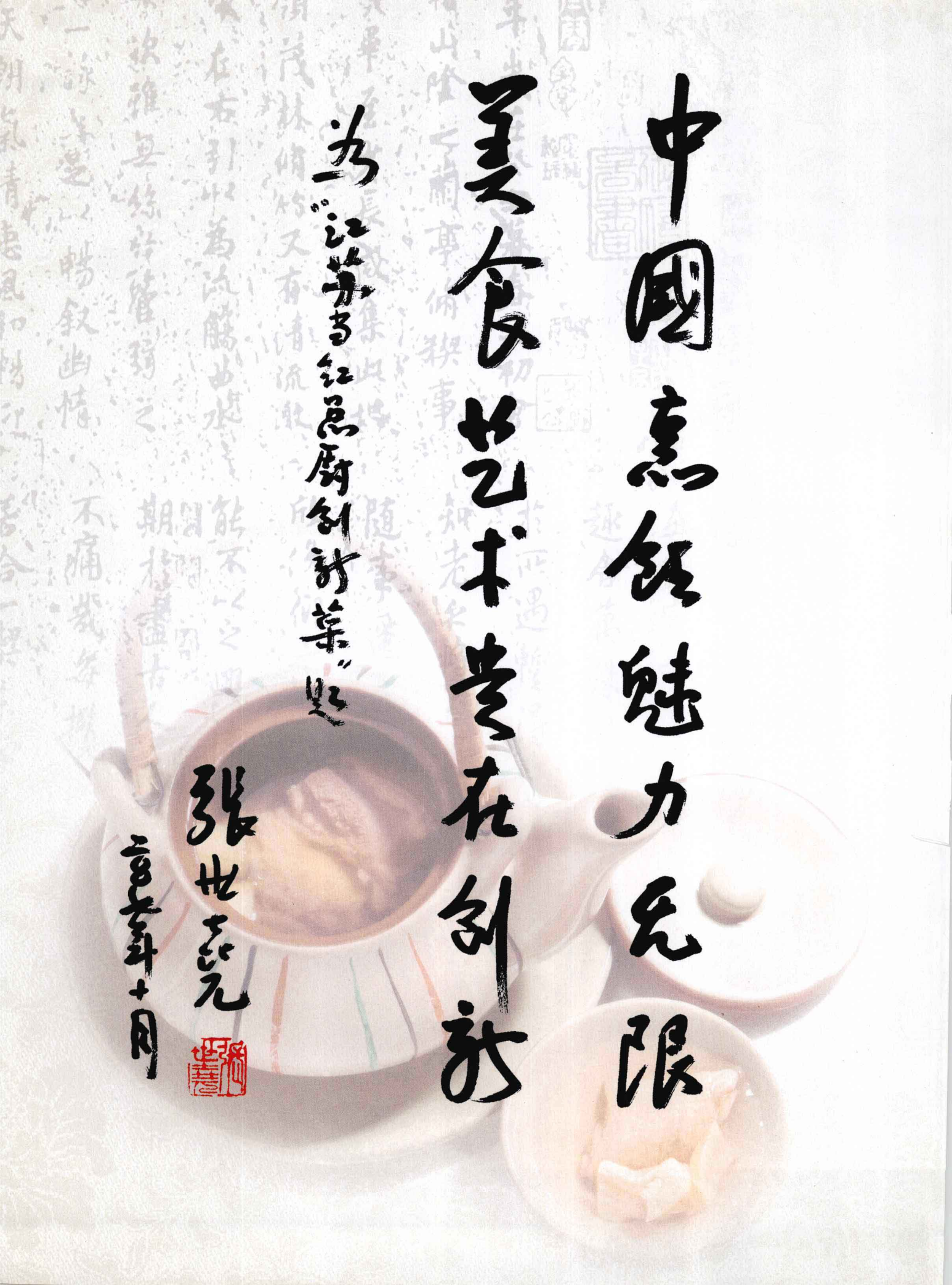
美食藝術是在創新

為“江蘇當紅派廚師創新菜”題

張世元



壬午年十月



开拓菜品创新思路
促进江苏餐饮繁荣

蘇軾



壬子年九月十三日

邵万宽

南京旅游职业学院烹饪工艺与营养系主任,江苏首批烹饪高级技师;中国餐饮文化大师,国家餐饮文化一级评审师;中国食文化研究会常务理事,《中国酒店》、《东方美食》杂志编委会委员,《餐饮新视



界》杂志顾问;中国食文化研究会中国菜研发中心顾问;中国烹饪协会名厨专业委员会特邀烹饪理论专家;江苏省劳动和社会保障厅职业技能鉴定高级考评员等。

从事厨房生产、饭店管理和餐饮研究工作 29 年,先后赴荷兰、德国、马来西亚、香港等地交流考察,曾被国家旅游局派往越南胡志明市旅游协会讲学。在国内饭店管理公司管理过多家饭店,担任餐饮总监、行政总厨等职;先后为全国数十家品牌餐饮企业进行咨询、培训、管理和指导,多次担任省、自治区、市级烹饪大赛评委和裁判长。2005 年获得美国国家餐馆协会颁发的食品安全管理资格证书。

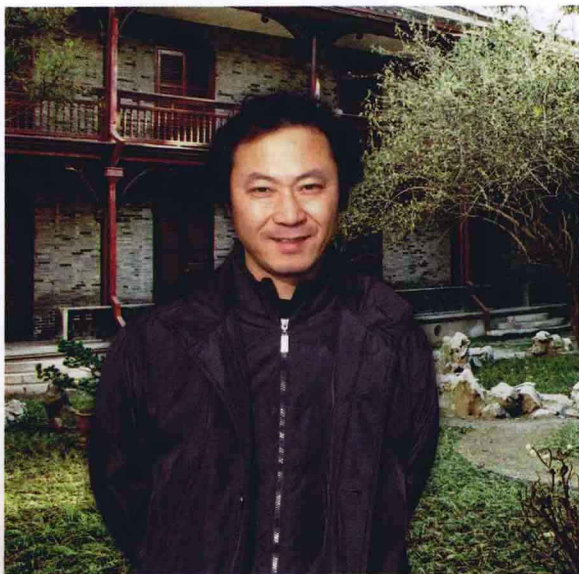
出版著作 34 本,发表饮食、烹饪研究论文及科普文章 200 余篇;先后在《中国食品报》、《美食》、《中国食品》、《东方美食》、《餐饮周刊》上开辟专栏,发表系列文章 100 余篇;主编丛书 2 套。代表著作有:《现代餐饮经营创新》、《美食节策划与运作》、《餐饮时尚与流行菜式》、《菜点开发与创新》、《菜点创新 30 法》、《厨房管理与菜品开发新思路》、《厨师长宝典》、《现代烹饪与厨艺秘笈》、《风靡欧洲的中国菜》、《中国烹饪概论》、《金瓶梅饮食谱》、《菜单设计》等。

序

“当红”者，行业圣手也。大凡于行业中既具深厚功底、又有赫卓盛名者，今人常冠以“当红”美之，餐饮业尤甚。

论及烹饪创新，中隐深意大道。“当红”之名，自以创新为根。创新为历史发展之主旋律，高厨为菜品创新之主力军。然创新绝非易事，成败唯美是论。创新之道，科学当为首要；求变之术，美味自成定则。传统肴馔，多含烹饪技法变化万千之妙，然常隐美味有余营养不足之弊。经济发达，餐饮市场繁荣；百姓嗜味，饮食之道大行。何谓饮食之道？理性消费，美味营养尽收；味养之余，显现人文精神。菜品创新有三要领，色香味形，无一偏废，一也；营养六素，各显功效，二也；文化底蕴，藏含其中，三也。得此三者，菜品占尽市场，高厨尽显风流。

世界各族文明，往往以饮食为创造之始，华夏文明更以烹饪创新之卓然态势夺目于世，且中国烹饪已成独学，实为世界文明做出巨大贡献。纵观中华历史，以文明创造为主脉；文明创造，又以烹饪创新独具特色。正因此故，中华文明方灼灼于世界民族之林。庖厨创新，多出奇人：伊尹任汤相，易牙得齐宠，如无创新精神，何以至此？此后，梁人孙谦、北魏侯刚之辈，莫不以精于庖厨创新而得取高官厚禄。至于布衣平民，因高超厨艺创新而传于世者不绝于史，膳祖、梵正、萧美人、王小余，身虽贫贱，然创新卓越，为世人称美。烹饪之事，创新之道；当红之名，创新之果也。



江苏一地，烹饪水平与餐饮市场经世不衰，究其缘故，自与物产富饶、经济繁荣、交通畅达、文人荟萃诸因素有关，然更为要者，当与历世高厨不断进取、勇于创新之精神关系密切。务实，即高厨之本；求变，乃当红之因。盐商斗富，珍错叠案；高厨争雄，奇馔竞出。江苏烹饪，由是风然一格，味倾千城。细览史卷，所载厨界之当红者，莫不以非常之功力，彰显美味之新奇。萧美人善制细点，味美形奇，必惊四座；陶方伯精制薄饼，天下薄饼，因此可废；程立万煎食豆腐，乱同雀脑，无人法效；江郑堂十样猪头，出奇制胜，市肆独局。倘无高厨烹饪技力多变，实不知江苏肴馔今行几多。历史因创造而发展，菜系因创新而成势，高厨因求变而当红，市场因当红而繁荣。

江苏自古即为经济繁华、人杰地灵之地，是史不争。帝王趋驾，侯绅盈门，商贾云集，文人登临。如此，则商贸昌盛，已成四海宏标；餐饮发达，向为举国仰首。时逢盛世，国民享祚。江苏餐饮，风采再现；高师云集，名厨星灿。珍味创新，香浸四海；厨师当红，名彻九汉。各地餐饮同行，欲求新菜新技者趋之若鹜。为此，特辑江苏当红总厨创新作品，菜品不求其离奇，但求能畅于市；形色不求其哗众，但求能醒于心。以此为辑，则可以飨世人。是书多得中国烹饪协会关心、餐饮业同行支持，故得水到渠成之利，结顺理成章之果，在此诚表谢意。江苏餐饮业，自古多风流人物，今日当红者，又岂仅此书所囊！且今之当红者常大隐于世，此卷疏漏亦实难免，在此诚表歉意。如此书能不负众望，是亦编者之大欣慰矣。

马健鹰

2008年3月6日

前言

江苏菜是我国著名的地方风味菜系。在现代改革开放的大潮中,江苏餐饮业也出现了喜人的景象,其菜品的制作更加体现出文化气息和商海风情,这与江苏优越的自然条件和人文特质是分不开的,既具有江南秀美水乡的气质,又彰显时代的风尚。

在创新菜的研究方面,笔者已进行了长达十多年的研究,相继出版了4本专著,从不同的层面进行了探索。近几年来,笔者在全国各地考察、讲学,特别是为全国各地行政总厨们讲授《菜品设计与创新》课程时,各地的总厨们对创新菜品需求的迫切心情,使笔者对创新菜品探究的欲望愈加强烈。但笔者发现,国内的许多创新菜也有一些不尽如人意的地方,特别是不重卫生和过于装饰方面,是很值得我们现代烹饪创作者们深思的,这也促使笔者下决心编写一本对总厨实用的创新菜范本。

江苏餐饮市场上,大小企业数以万计,烹饪从业人员有百万之众,所以很难用一本书去涵盖所有内容。我们只是从中遴选出部分代表人物和作品,所选的行政总厨必须是“江苏人”,还应该是“当红者”和在职的总厨,菜品具有代表性,并体现“创新”特色。本书在选取和编写创新菜肴的时候,始终突出以下特点:

第一,实用性。本书对菜品的选取拒绝华而不实、忽视食用价值的“花架子菜”,尽量做到食用与美观、雅致与通俗相结合,符合新时代的需求。

第二,时尚性。特别是近年来比较流行的菜品款式,注重吸收外来的有价值的东西为我所用,提倡新原料、新风味、新式样、新装饰等。

第三,创新性。在江苏传统菜品的基础上,注重原料、口味、造型、技法、盘饰等方面的创新,许多菜品的制作在菜点结合、中外结合、地方风味嫁接上展现出新的风格特色。

第四,营养性。菜品的设计依据现代营养学的要求,重视原料的搭配和营养价值的体现,以突出菜品养生滋补的功效。

经过一年多时间的筹备、组稿,这本书终于付梓出版了。编写这样一本汇集56位行政总厨创新菜品的书难度确实不小,特别是组稿,牵涉十多个城市,每位总厨都在百忙之中拨冗参与,最终使我们按原计划、保质保量完成了此项工作。这些菜品都是各位总厨的心血之作,不少菜肴也进行了多次的修改和调整,以符合本书的特点和要求。

应该说,本书是我们江苏烹饪界的共同财富,在继承江苏传统菜品的基础上,力求体现年青一代当红总厨们的菜品制作新思路,在江苏烹饪业发展过程中可起到承上启下的作用。本书不仅是现代总厨菜品研制的成果,还是21世纪初期江苏地区菜品创新的一个缩影。

为了本书的出版,《中国烹饪信息》主编、扬州大学旅游烹饪学院马健鹰老师和东南大学出版社张丽萍老师付出了很多心血,中国烹饪协会也给予了大力支持,特别是世界中国烹饪联合会张世尧会长、中国烹饪协会苏秋成会长在百忙之中特为本书题词,对此,我们表示由衷的谢忱!

邵万宽

2008年3月于南京

江苏菜品文化概述

江苏菜点是中国地方风味菜系的重要组成部分。江苏自古富庶繁华,文人荟萃,商业发达,素有“鱼米之乡”之称,兼有海产之利,饮食资源十分丰富。优越的地理位置和丰富的文化底蕴为江苏烹饪的发展提供了厚重的物质文化之源。

江苏菜品精美,烹饪文化历史悠久。据淮安青莲岗、吴县草鞋山等遗址出土的文物表明,最晚在距今6000多年以前,江苏先民已用陶器烹调。《楚辞·天问》载,远在帝尧时代,就有名厨彭铿因制野雉羹供尧享用而被封赏城邑的传说,其野雉羹是江苏见于典籍最早的名菜。夏、商、周三代,有“淮夷贡鱼”之说,说明当时的淮鱼已是很有名气的美味佳肴。商汤时,江南佳蔬扬名天下,并已登上了宫廷的大雅之堂。春秋时,调味圣手易牙在江苏传艺并创制了名馐“鱼腹藏羊肉”。两汉、三国和南北朝时期为江苏菜点初步发展的时期,除荤食菜肴之外,面食、素食与腌菹之类食品均达到了一定的水平。隋唐、两宋时期是江苏菜发展的高峰期,不少海味菜、糟醉菜成为贡品。隋朝开辟大运河后,江苏成为国内重要的南北交通枢纽。据《清异录》所载的扬州缕子脍、建康七妙、苏州玲珑牡丹鲙等,说明江苏菜点工艺已达到相当水平,有“东南佳味”之美誉。明清时期,是江苏菜点发展的又一高峰期,许多官僚、文人、富豪、盐商在江苏定居,盐运使设扬州,漕运使设淮阴,舟楫所经,必会停泊,商贾云集,经济繁荣,带来了烹饪事业的发达,使江苏菜点南北沿运河、东西沿长江的发展更为迅速。其东边临海的地理交通和繁华的商业贸易等条件促进了江苏菜点进一步向四方皆宜的特色发展,并扩大了江苏菜点在海内外的影响。

从隋唐到清末的1600多年时间里,江苏人文荟萃,善知味者世代有之,故烹饪典籍多出此处,有不胜枚举之感。如南朝梁代建康人诸葛颖的《淮南王食经》,元代无锡人倪瓒的《云林堂饮食制度集》,明代吴门人韩奕的《易牙遗意》,清代袁枚在江宁撰《随园食单》、童岳荐在扬州编《童氏食规》(与《北砚食单》同收入《调鼎集》)等,对促进江苏菜点烹饪技艺的提高,推动江苏菜点的发展,扩大江苏菜点的影响,都起到了很大的作用。

江苏菜点在历史的长河中不断丰富和发展,特别是明清时期,已孕育成体系完备的地方风味特色。其体系由今淮扬(淮安、扬州)、金陵(南京)、苏锡(苏州、无锡)、徐海(徐州、连云港)四大地方风味组成。在菜品的风味体系中,除江苏各地的风味菜品以外,还包括用料讲究的船宴和船点、南朝梁武帝提倡吃素时发展起来的素食斋宴菜和主料同类的全席菜以及多种不同风格的宴席菜等,其风味对长江中下游和东南沿海一带的菜品风味产生影响。江苏菜点是中国地方菜点中适应面很广的风味之一。

风格特色

取料广博,制作精美 江苏菜点用料不拘一格,物尽其利,所用原料广泛,而更重要的是能因料施艺。由于地处东南之地、长江下游,江湖河海交错,所以其用料多以水鲜为主,著名的海产品有竹蛭、海蜇、文蛤、对虾等;淡水产品有长江鲥鱼、刀鱼、鲢鱼、白虾、梅鲚、银鱼、大闸蟹等。一年四季芹蔬野味种类繁多,著名的有野芦蒿、菊花脑、茼儿菜、木杞头、马兰头、矮脚黄青菜、金针菜、茼白、白果、板栗、毛笋等。至于调料,如海盐、香醋、糟油、酱菜、麻油,皆是个中佳品。丰富的物产,为江苏烹饪的繁荣奠定了坚实的物质基础。自古及今,江苏不断引进省外、国外烹饪原料来丰富自己的菜品和特色。在菜点的制作上,江苏厨师不仅对菜点原料的要求特别高,而且善于利用不同的原料施展不同的技艺。如根据不同淡水鱼的自身特点制作的拆烩鲢鱼头、出骨刀鱼球、荷包鲫鱼、红烧划水、炒软兜等,充分体现了他们对本地菜品制作的精湛技术。

注重火功,擅长炖焖 江苏菜点重视火候,讲究火功。江苏宜兴为中国陶都,所产沙锅焖钵,为炖、焖、煨、焙提供了优质工具,其他在蒸、烤、熏、熬等烹饪技法中,也均可见其火功之精妙。在菜品的制作中,重视调汤,其汤清则见底,浓则乳白,在火功的把握上,则强调浓而不腻,淡而不薄,酥烂脱骨而不失其形,滑嫩爽脆而不失其味。著名的有“镇扬三头”(扒烧整猪头、清炖蟹粉狮子头、拆烩鲢鱼头)、“苏州三鸡”(常熟叫化鸡、西瓜童鸡、早红桔酪鸡)和“金陵三叉”(叉烧鸭、叉烤鱼、叉烤乳猪)以及沙锅鱼头、醉蟹炖鸡、鳊鱼炖鸭、黄焖鳊等,均堪称众多菜品的代表菜。

清淡入味,咸甜适宜 江苏菜点以清鲜平和为基调。江鲜、河鲜、湖鲜、海鲜及多种鲜蔬、瓜果,都突出主料本味的一个“鲜”字;荤素组合,合理配伍,咸甜醇正,都注重调味技法的一个“清”字。淡用淮盐,间用五香、椒盐

和糖醋,常用葱、姜、笋、蕈和糟油、酱醋、红曲、麻油、虾子以及鸡汁肉汤等,以出味提鲜,皆显示了江苏风味的丰富内涵。江苏各地的口味风格以清淡见长,多突出咸甜之淡雅,并注重咸甜之不同特色,如鲜咸味醇、咸中稍甜,甜咸适中、甜出咸收等不同变化。菜肴力求保持原汁,强调本味,讲究一物呈一味,一菜呈一味,形成清新爽适、浓淡相宜、味合南北的独特风格。江苏小吃广集原料,具有浓厚的乡土风味,且一向以制作精巧、造型讲究、馅料多样、各具特色著称。

色调雅丽,兼容善变 江苏菜点的风格自古受当地文人雅士、商贾政客口味的影响。南北大运河开通后,因旅游资源丰富,江苏成为游览胜地,菜肴风味亦雅致而精湛。在菜品的色调上风格清新、多姿多彩。四季菜品应时迭出,注重造型,讲究美观。苏南的白汁、清炖技法和善于用红曲、糟制之法与苏北的原汁原味、造型清新的菜品一起构成了江苏菜品特有的风尚。在传统特色的基础上,江苏菜点的制作不断吸收其他地方菜品的制作特点,如胶东的海鲜制作风格、西北的羊肉菜品的优势、港粤的制作技艺、川湘的辣香特色再加上从海外引进各式烹饪原料,从而使江苏菜点不断完善和丰富,特别是随着改革开放以后的交流与发展,江苏菜点走遍全国,走向世界。

形成原因

地理因素 江苏地处我国东部温带的长江下游,气候温和,地理条件优越,东濒黄海,南临太湖,西拥洪泽,北临齐鲁,源源长江东西相穿,滔滔运河南北贯通,境内大小湖泊星罗棋布,河汊港湾纵横交错。长江以北平原广阔,河流纵横,长江以南则丘陵起伏,呈现一派山明水秀的景象,加之土地肥沃,物产丰富,交通便利,各种粮油珍禽、鱼虾水产、干鲜名货、调料果品罗致备极,所以江苏素有“鱼米之乡”之称。“春有刀鲚夏有鲥,秋有肥鸭冬有蔬”,江鲜、湖鲜、河鲜、海鲜应接不暇,一年四季水产禽蔬联翩上市,遍布南北水乡的鹅、鸭、茭白、藕、菱、芡实等令人目不暇接。这些富饶的物产为江苏烹饪技术的发展和菜品的制作提供了良好的物质条件。

历史因素 江苏具有悠久的文明史。自古就为富庶之地,物华天宝,人杰地灵,交通便利,经济繁荣,风景秀丽,文化发达,又多山林寺院,历史名城颇多。南京古为六朝金粉之地,饮食市场素来繁荣,茶榭酒肆屡见于古今诗文。“夜泊秦淮近酒家”,秦淮画舫之船宴,也曾“万声齐沸,应接不暇”而为人称道。扬州自隋唐大运河通航后,曾经是我国南北交通枢纽、东南经济文化中心且饮食市场繁荣发达。“扬州三把刀”之一的厨刀著称于世,扬州肴馔素有“饮食华侈,制作精巧,市肆百品,夸视江表”之誉。苏州、无锡一带烹饪技艺在春秋战国时期即已具相当造诣,鱼馔如“全鱼炙”、“鱼脍”等早已见于文献。此后,市肆官宴、家庖寺斋无不力求精美。而今,江苏各地厨师走出去、请进来,不断吸收外来烹饪文化为我所用,通过兼容善变不断地迎合和满足当地居民的饮食要求。改革开放以后,江苏厨师利用本地的特产原料,继承传统、改良传统,兼收外帮特色风味和海外烹饪制作之长,使江苏菜点的制作更加适应时代、适应市场。

民俗传承因素 江苏地处东南一隅,江苏人民多是“靠水吃水”,就地取材,“饭稻羹鱼”。这里自古为经济发达、文化繁荣之地,且在长江下游一带与四邻交通便捷,饮食文化交流方便,为饮食业博采众长创造了条件。江苏人在四季分明的日常生活中,养成一种清淡平和的饮食风格,故其风味菜也能适应南北东西人的口味。

在历史的传承中,江苏之地市井繁荣,商贾云集,游人如织,文人荟萃。官府宴菜、民间家厨、江南糕团、淮扬细点历来闻名全国。《吴中食谱》、《扬州画舫录》、《随园食单》中都详细记载着饮宴之盛况。到明清时期,船宴在江苏发展,南京的秦淮河、扬州的瘦西湖、苏州的太湖等处都十分流行。江苏饮食占据地势之利,加上帝王多次巡游的影响、盐商高消费的刺激、文人诗酒的汇集、商业竞争的推动等,皆促使江苏烹饪快速发展。而今的江苏人,在改革开放之际,随着经济的发展和生活水平的提高,正不断追求更为健康、营养的美食,使江苏烹饪得到了新的发展和壮大。

目录

花惠生 001

富贵南非鲍	001
土鸡炖五羊翅	002
葱烧梅花参	003
葱椒秋叶肚	004
马来海鲜汤	005

沈宪林 006

锦绣澳龙刺身	006
四海同春	007
大烧八爪	008
年年有鱼	009

施道春 010

金钱鲍鞭花	010
香芋茸对虾	011
金瓜双色豆茸	012
沙律乳猪件	013
鳊鱼炖豆腐	014
酥皮太湖银鱼	015

薛大磊 016

酥盒白鱼米	016
粒粒飘香	017
鱼汤鳊柳干丝	018
雀巢果仁香螺	019
水晶泡什锦	020

刘亚军 021

碧绿酿鱼肚	021
瑶柱捞珍珠	022
卜茸蛤土蟆	023
椰盅佛跳墙	024
板桥蚕豆	025

孙学武 026

菊花牛宝	026
南瓜蟹珍珠	027
锅贴干巴菌	028
香茅海鲜	029
小笼荷香腊味	030

吴俊生 031

南国炖血燕 031

飘香生麸	032
风沙野菜球	033
黄椒明虾	034

刘亚东 035

一品功夫汤	035
百味伴官燕	036
生腌北极贝	037
翠蛤伴仙裙	038
珍品佛回头	039

蒋应荣 040

皇汁海捕虾	040
咖汁玉环虾	041
彩椒伴肉眼	042
蟹粉素燕窝	043
冰激北极贝	044
腌肉烤茄鲞	045

陈以家 046

锦绣珊瑚	046
百花金钱鹅肝	047
火龙翠珠虾	048
翅汤四宝	049

殷允明 050

乌米圆烧肉	050
火球溜冰	051
如意大烩	052
水晶活鲍	053

戴明权 054

玉环瑶柱	054
富贵黄金螺	055
酥蒙牛茶盅	056
菊香蟹黄	057

洪顺安 058

蟹粉生蚝汁	058
虾蟹伊府面	059
妙手回春	060
蟹粉生敲鸽蛋	061

目录

海皇芝麻豆腐	062	鲍汁浸石斑	089
曹建华	063	程光武	090
椒汁王鱼脸	063	芙蓉燕窝	090
煎烧鲷鱼	064	面包煎牛排	091
蒜茸小青龙	065	网油焗鳊鱼	092
香料卤肉	066	西式虾球	093
水果鳊鱼	066	王彬	094
缪进	067	鱼香锅巴鱼	094
双色炒饭	067	薄饼丁香鱼	095
玛瑙小炒煌	068	海鲜干捞粉丝	096
酥皮叫化鸡	069	百花酿鱼肚	097
双鲜萝卜丝	070	章戈	098
丁洪平	071	贵盏培根明虾	098
田园香炸蒿青	071	酥棒芦蒿鱼饼	099
浓汁金蹼舌裙	072	香糟小黄鱼	100
墨鱼伴明虾	073	茸泥烤玉参	101
酥蒙原壳鲍翅	074	田翔	102
林宝华	075	藏红花鱼云	102
瑶柱双丸煲	075	黑豆浆涮多宝鱼	103
蒜香扇贝	076	五谷杂粮粥	104
洋葱焗蜗牛	077	新派鱼羊鲜	105
虫草花浸芽菜	078	陈海星	106
周永虎	079	千层卤肉	106
香炖生敲盅	079	富贵鱼排	107
肉酱刺参捞面	079	沙滩黄螺	108
金牌羊腿	080	橄榄鱼丸	109
鲜鱼炖饭	081	周国良	110
吉祖贫	082	荠菜鸡茸球	110
伊面鳊鱼	082	如意笋	111
水果虾仁茶馓	083	锅贴银鱼	112
荷香糟扣肉	084	怪味牛头肉	113
杂色炒饭	085	五彩白鱼圆	114
陶宗虎	086	灌蟹翡翠球	115
丰收鱼满仓	086	徐平	116
雪映红梅鲍	087	金钱莲心肉	116
蟹菇河豚皮	088	菜胆白鱼球	117
蟹肉炖菜核	088	墨鱼小花螺	118

粥油白玉卷	119
栾庆根	120
布依锅御腐	120
翅汤银鱼	121
香肉玉兰片	122
顾建宏	123
红沙菊花带	123
太极瑶柱无米粥	124
银丝绣球	125
邱晓东	126
香干滑银丝	126
滋补明骨盅	127
翡翠鸡汁象拔蚌	128
招财进宝	129
酱椒群鲜娃娃菜	130
蔡元	131
鸳鸯雪蛤羹	131
珊瑚银鱼	132
富贵灵芝鱼肚	133
太湖翠竹	134
张子平	135
藕花千层酥	135
三味江白虾	136
血糯元宝虾	137
陈昆明	138
参蛤炖水蛋	138
罐焖牛春	139
明珠河蚌	140
兰鳖向阳肉	141
金洪男	142
茶香蟹巴翅	142
牛气冲天	143
金汁双味包	144
秋菊映鱼网	145
五谷竹香饭	146
庞黎明	147
金塔火焰炒姜鸡	147
蜜制黄金条	148
江南茉莉虾仁	148
香汁焖牛尾	149

吴健	150
雪花鱼子菜	150
荠菜鸡血蛋饺	151
金钱慈姑肉	152
徐洪明	153
茶香功夫汤	153
虾子油浸鳊鱼	154
瓜脯银鱼馄饨	155
段志豪	156
沛公馨脯	156
千岛鳕鱼	157
富贵松花包	158
香茅焗腩脯	159
张复金	160
毗陵脆薄饼	160
烧汁煎香芋	161
神户酿中椒	162
鱼汁萝卜	162
陶志刚	163
特色烤肉	163
金汤竹荪蛋	164
翅汤拆蟹瓜脯	165
菊花墨鱼	166
居永和	167
XO酱酥皮扇贝	167
银鳕飘香	168
夹饼咸江刀	169
桥形象牙骨	170
网皮九吐鱼	171
潘小峰	172
蟹粉翅汤鱼云	172
野菜鸡茸包	173
椰香鲷鱼	174
鸡汁罗汉	174
翡翠龙虾花	175
陈建华	176
芝士焗红薯	176
芋饼蒜香虾	177
烧汁扒鸡腿	178
鳕鱼菜汁饭	179

马新勇 180

飘香鲰鱼肚	180
粽香黄金肉	181
功夫翠芽鱼片	182
奇香一品鲜	183

洪建华 184

红花炖雪蛤	184
翅汤珍珠参	185
金汁芙蓉虾	186
蟹肉桂花翅	187
水晶百花鲍	188

陶晓东 189

烧汁百叶松	189
鳕鱼焗青龙	190
三色泡菜	191
芥菜山药羹	192
蓝莓虾仁卷	192

吴松德 193

芙蓉蟹黄	193
古法烙白玉	194
明月鱼唇	195
翅汤鲰鱼段	196

杨耀茗 197

雪蛤锅贴瑶柱	197
红烧鲜鲍	198
鱼羊一锅鲜	199
锅烧鳝背	200
果香凤脯	201
蟹粉芦荟	202

孙会中 203

黄焖肉排	203
菜头百叶	204
芙蓉鱼肚	205
蟹粉白菜卷	206

曹乃荣 207

四喜酿田螺	207
美味韭香鸡	208
石锅烹软兜	209

陈 权 210

姿色木瓜虾	210
-------	-----

黑椒羊腱骨	211
-------	-----

莲藕锅贴蟹	212
-------	-----

珊瑚鲍鱼	213
------	-----

奶汤沙光鱼	214
-------	-----

柳红卫 215

松茸水晶包	215
-------	-----

鹅肝极品菌	216
-------	-----

鲍汁牛尾	217
------	-----

蒜汁牛仔粒	218
-------	-----

李顺林 219

荷夹酥肉	219
------	-----

酥皮牛尾盅	220
-------	-----

蒜茸鳝蛭	221
------	-----

彭 军 222

美味什锦炖	222
-------	-----

仔姜鸭舌	223
------	-----

荷香牛肋骨	224
-------	-----

张建农 225

太平炭烤牛舌	225
--------	-----

慈姑沙塘鳖	226
-------	-----

蛭王蒲菜里脊丝	227
---------	-----

海肠江鱼杂	228
-------	-----

芥蓝蜇花螺片	229
--------	-----

孙谨林 230

一片水乡情	230
-------	-----

碧绿培根卷	231
-------	-----

养生苦荞辽参	232
--------	-----

苦荞鳕鱼狮子头	232
---------	-----

仙老醉九酥	233
-------	-----

菜品索引

234-235

花惠生

中国烹饪大师,高级烹饪技师,国家级评委,江苏省烹饪协会副会长,省烹饪协会名厨专业委员会主任。现任南京金陵饭店股份有限公司副总经理,金陵饭店餐饮及菜肴研发中心主任。

1972年起从事烹饪工作,在几十年的从厨生涯中,对技术精益求精,对厨房管理认真探求。担任金陵饭店行政总厨师长 10 多年间,潜心研究菜肴的创新与改良,不断走访和汲取各家之长为己所用,在菜单设计和产品研发方面取得了可喜的成绩。曾先后荣获“江苏省劳动模范”、星级旅游饭店“五星名厨”、“全国旅游系统劳动模范”称号,连续 4 年荣获“江苏省旅游行业先进工作者”称号。1999 年加入法国“世界顶级名厨”协会,2007 年获得江苏旅游行业突出贡献奖。

花惠生大师曾先后赴新加坡、香港、泰国、美国、台湾等地举办江苏美食节和烹饪技艺表演,并亲自设计国宴菜单接待过诸多中国领导和外国首脑以及国内外的要政和集团总裁等。他烹制的精美肴饌,受到中外嘉宾的一致好评。

在工作之余,编写出版了《中华名厨——花惠生烹饪艺术》、《新编食雕技法及实例》、《鱼翅厨艺》等专著,并担任金陵饭店《金陵食谱》、《金陵点心 100 例》的副主编。2003 年 12 月自行开发出“中国第一部厨房管理软件”(软件版权登记号:“2006SR00012”)。

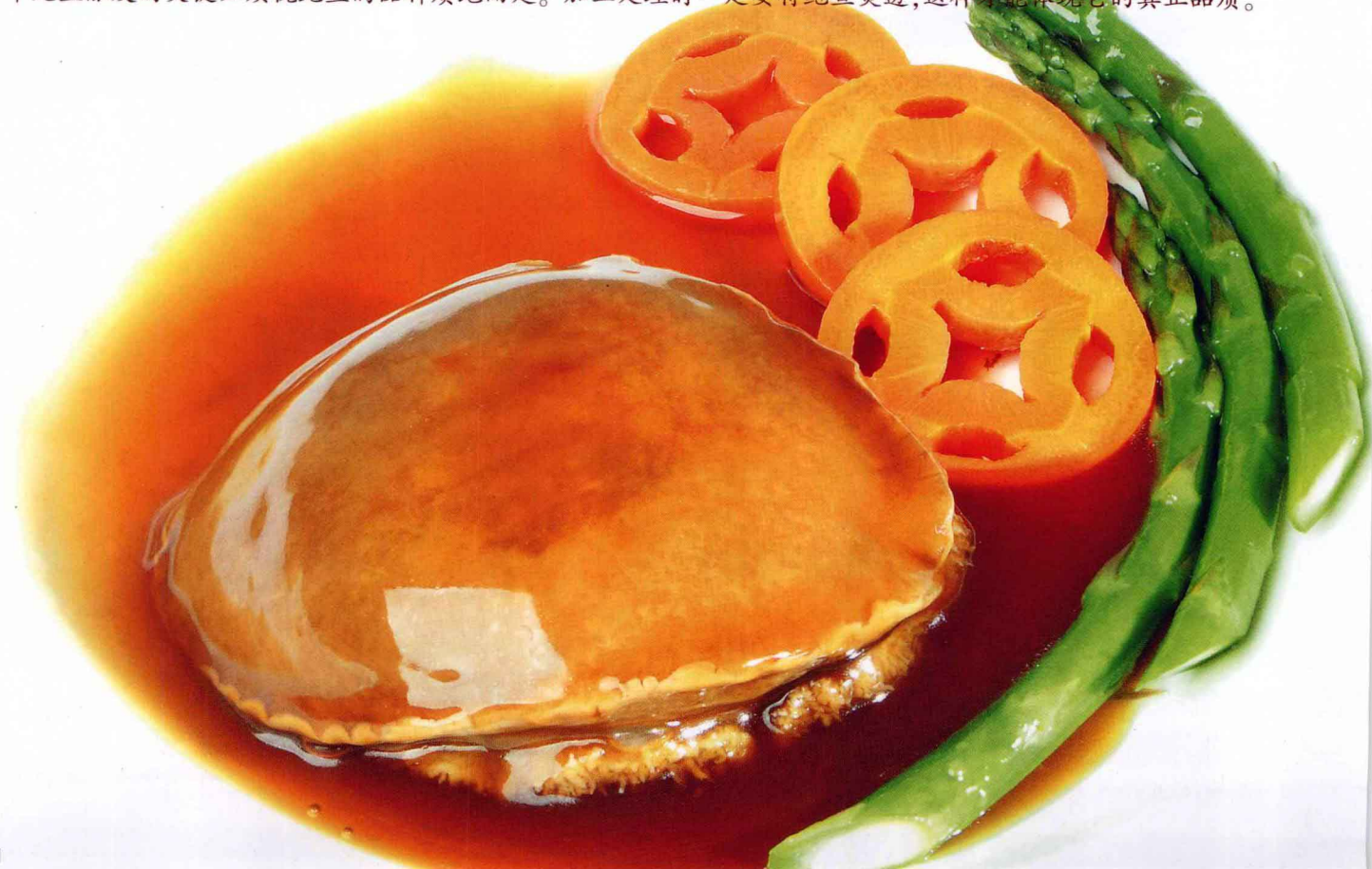
富贵南非鲍

原料:烧好干鲍鱼 1 只(约 120 克)、胡萝卜 100 克、芦笋 100 克、鲍汁 100 克、淀粉 10 克、色拉油少许。(1 客量计)
(鲍鱼料:老母鸡、火腿、仔排、火腿皮、葱白、姜、鸡爪、桂圆肉、白胡椒粒、鸡油、鸡粉、盐、冰糖。)

制法:1. 取锅上火,放水烧开,加少许色拉油,将胡萝卜、芦笋用水焯水,放置盘中摆好。

2. 将干鲍用鲍汁煲好,取出放置盘中,用沙锅将鲍汁收浓勾芡浇在干鲍上即可。

点评:鲍鱼一直是餐饮业比较流行的高档原材料,十多年来在高档饮食市场十分走俏,人们主要是看中它的名贵和营养。此菜注重搭配,造型清新,并且原汁原味,丰腴味美。鲍鱼只要加工得法,食之韧、糯、爽、滑,就能体现它的价值。目前鲍鱼的装盘大多以“各客”为主,利用有色蔬菜拼装不仅色彩美观,而且营养更加均衡。发制过程中,干鲍鱼涨发的关键必须视鲍鱼的品种质地而定。加工处理时一定要将鲍鱼煲透,这样才能体现它的真正品质。





【土鸡炖五羊翅】

原料：水发五羊翅 250 克、净土母鸡 1 只(1 250 克)、火腿 3 片(100 克)、料酒 10 克、盐 2 克、姜 5 克、水 1 000 克、白胡椒 20 粒。

制法：1. 锅上火，放水烧开，投入土母鸡焯水至透取出、洗净。

2. 将土母鸡放在瓦罐中，加入水、料酒、白胡椒粒、姜，盖上盖，用保鲜膜封好，上蒸箱蒸制 4 小时。

3. 将蒸制后的土鸡取出，放入火腿、鱼翅、盐，再盖上盖，用保鲜膜封好，上蒸箱蒸制 2 小时后取出，即可上桌。

点评：这是一味土洋结合的菜品，酥烂脱骨、汤味鲜醇，适合众多高档的餐饮市场。如今人们就喜欢吃那些“土”的原材料，越是“土”的东西，越有它的市场。在当今饮食发展得如此迅速的年代，返朴的潮流十分明显，这是因为“土”的东西更有营养、更有品质，口味更地道、更纯正。如此的土鸡原料与高档的鱼翅结合，岂不是好马与好鞍的搭配！此菜的价值自然就可想而知了！



葱烧梅花参

原料：水发梅花参1只(1500克)、京葱500克、盐4克、味精2克、鸡精3克、淀粉10克、老抽5克、绵白糖3克、姜片40克、料酒30克、白胡椒粉2克、浓汤500克、色拉油20克。

制法：1. 水发梅花参用姜片20克、料酒15克放入开水锅中焯水后待用；京葱取200克放入烤箱烤制后排列于盘上。

2. 起锅上火，加色拉油，用300克京葱、20克姜片煸香后，加入浓汤、梅花参、料酒等调味料调好口味，用小火煨至入味后，勾琉璃芡起锅，盘下垫上烤制好的京葱段即可。

点评：这是一款地方传统菜，以梅花参为主料，以京葱作配饰。这道菜品的制作在继承传统技法的基础上又进行了新的尝试与探索，在用料上更强调品质和规格。用京葱煨制梅花参后，再用烤制的京葱装盘垫底，其造型新颖，风味浓郁。偌大的梅花参要保持其形状的完整，以体现其技术含量和风格特色。此菜的制作给人一种大气、豪气之风格，更不失高档海鲜之气质。