

文怡  厨房

尚線文化



跟  
大师  
学做  
家常菜

文怡 李铁钢 编著

 中国纺织出版社

文怡“心”厨房

# 跟大师 学做家常菜

文怡 李铁钢◎编著  
马琪◎摄影



菜谱整理：蒲 猛 王 芳  
卡通手绘：隋 杨  
封面造型：三米概念  
封面化妆：王焕桐  
参编人员：郦 旻 王丽华 马燕民  
陈 晨 王 伟 田 玥  
许 宁 申 思 冀 静

 中国纺织出版社



## 图书在版编目 (CIP) 数据

跟大师学做家常菜 / 文怡, 李铁钢编著. —北京: 中国纺织出版社, 2009.1

(文怡“心”厨房)

ISBN 978-7-5064-5334-9

I.跟… II.①文… ②李… III.菜谱 IV.TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第163231号

---

责任编辑: 傅颖 责任监印: 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](mailto: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: 79千字 定价: 19.80元

---

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社市场营销部调换

# 前 言

“飞水”，“上气儿”，“切花刀”，“挂糊”，“吊汤”，“少许”，适量……

哦，停！！再也不能这样下去了。

曾几何时，捧着一本文字菜谱，看着那些比外文还难以理解的“专业术语”，让我仅存的那一点儿想学做饭的美好愿望也飞到九霄云外去了。

在一个专业厨师看来，本该一点即通的问题，到我这个家庭厨房CEO的眼里，就成了可望不可及的“功夫秘籍”。这跟一个大学教授没法给学龄前儿童做启蒙教育的道理如出一辙。

认识铁钢，是在2006年底我意外混入CCTV《天天饮食》开始的。他是这个节目的厨艺顾问，每一次前期节目策划会上，看着他用小楷撰写的菜谱中那超多的“专业术语”，我都百般挠头，如同翻看那些早年间的老菜谱般抓狂。

我曾经开玩笑地说，“想要看懂你的菜谱，需要配备一名菜谱翻译师。”虽是一句玩笑话，但那时却在我心里生根发芽了。

师傅，师傅的，叫了他好些日子，铁钢终于招架不住我软磨硬泡的央求，不厌其烦地与我共同完成了这本可以让厨艺晋级的“高段位”菜谱。段位之高，并不指操作的难度，而是指菜品的味道。

在这本书里，没有那些主妇们看不懂的专业术语，没有含糊不清的用量，而代之的是精确，甚至有些许啰嗦的娓娓道来，和多年来学厨、入厨的经验分享、贴心叮嘱。

与铁钢一同制作这本书，对我而言，是个难得的学习过程。当然，我永远也不可能修炼成和他一样的厨艺大师，但这没关系，能成为一座厨艺大师和家庭主妇之间的桥梁，给更多的小厨娘、新煮妇和更多的家庭餐桌送上一道美味可口的“家肴”，还有比这更让我觉得有成就感的事儿吗？

感谢中国纺织出版社再一次实现了我的愿望。感谢铁钢，我生活中的挚友，学厨路上的恩师。感谢所有热爱生活的人们，美食因此有滋有味，生活因此丰富多彩，我，愿意用这样的形式，记录它，记忆它，纪念它。

文怡

2008年11月



# 目录

## Contents



### Part1 凉菜



- 7 蒜泥白肉
- 8 蜜汁叉烧肉
- 9 棒棒鸡
- 10 醉鸡
- 11 时蔬三文鱼沙拉
- 12 时蔬甜虾沙拉
- 13 凉拌剁椒黑木耳
- 14 冰镇香糟毛豆
- 15 灰树花爽口沙拉
- 16 赛香瓜
- 16 蓑衣黄瓜
- 17 奶汁虎尾笋

### Part2 热菜



- 19 茶干回锅肉
- 20 豉粒蒸排骨
- 21 无锡排骨
- 23 锡纸酱烤排骨
- 24 咕噜肉
- 25 清炖狮子头
- 26 焦熘丸子
- 27 四喜丸子
- 28 软炸里脊
- 29 芫爆肉丝
- 30 鱼香肉丝
- 31 瑞典肉丸子
- 32 孜然风味烤羊腿
- 33 XO小瓜鸭片
- 34 豆豉青椒炒鸡片
- 35 胡椒柠香蒸鸡
- 36 美式乡村炸鸡排
- 39 啤酒酱香鸡翅
- 40 宫保鸡丁
- 41 西柠煎软鸡
- 42 紫金蒸凤爪
- 43 葱烧海参
- 44 武汉糍粑鱼
- 46 醋棱鱼
- 47 五香熏鱼
- 49 麻婆三文鱼
- 50 酸辣回锅三文鱼
- 51 西湖醋鱼
- 52 咸鱼干炖粉条



- 54 番茄虾
- 55 油焖大虾
- 56 山药青笋炒北极虾
- 57 锅塌豆腐
- 58 红烧豆腐
- 59 家乡炒笋干
- 60 萝卜干肉片炒蒜苗
- 61 蒜香荷兰豆
- 63 蒜汁香烤茄子
- 64 咸蛋黄焗南瓜
- 65 雪菜炒蚕豆



- 76 上汤娃娃菜
- 77 红枣羊肚菌煮苋菜
- 78 酸辣汤
- 79 美白养肤汤

### Part3 汤煲

- 67 灵芝花菇煲笨鸡
- 68 梅干菜花生煲鸡爪
- 69 冬瓜丸子汤
- 70 西湖牛肉羹
- 71 大煮干丝
- 72 梅菜腊味南瓜盅
- 74 腌笃鲜
- 75 客家豆腐煲



### Part4 主食和点心

- 81 菠萝海鲜炒饭
- 83 莲藕三文鱼寿司
- 84 腊味煲仔饭
- 85 担担面
- 86 海鲜两面黄
- 87 臊子面
- 88 四川凉面
- 89 蜜汁叉烧包
- 90 全麦豆沙包
- 91 肉末烧饼
- 92 蛋皮烧卖
- 93 水晶鲜虾饺
- 94 四喜蒸饺
- 95 蜂巢芋头酥
- 96 千层榴莲酥

#### 注意事项:

※书里的计量单位换算如下:

量取液体时, 1茶匙=5毫升, 1汤匙=15毫升;

量取固体时, 1茶匙≈5克, 1汤匙≈15克。

比如, 料酒1茶匙为5毫升, 盐1茶匙为5克。

※书里烹调用油是一般家庭常用的植物油、色拉油等, 原料、调料中不再列出。



Part 1  
涼菜

# 蒜泥白肉

## 【原料 Ingredients】

猪五花肉	500克
香菜	50克
胡萝卜	100克
白萝卜	50克

## 【调料 Seasoning】

葱、姜各10克，蒜泥2汤匙，香油2汤匙，盐2茶匙

## 【做法 Methods】

1. 五花肉洗净；将香菜切成5厘米长的段；胡萝卜、白萝卜分别切成一样长短的丝，放入清水中浸泡。
2. 汤锅中加入水，大火烧开后放入葱、姜，接着放入五花肉，煮到断生后，将汤锅端离火源，自然放凉。
3. 另取一只小碗，放入蒜泥、香油、盐拌匀，成调味汁备用。
4. 把放凉的肉片捞出，沥去汤汁，切成薄片。将香菜、胡萝卜、白萝卜一起放在肉片上，轻轻卷成白肉卷。肉卷搭配调味汁一起食用即可。



### 大师指点

- ❖ 五花肉即猪软肋部位的肉，肥瘦肉分布均匀，适合煮、炖，经常用于做红烧肉。这个菜里的五花肉不需要改刀，整条煮熟后再切片，能使肉片口感更好。
- ❖ 五花肉要充分晾凉后才能切片，否则很容易就碎了，但在此之前要将肉浸泡在汤汁中。

- ❖ 煮肉需三分煮、七分焖，用余温浸熟，肉要八成熟，不宜过烂，否则没有筋道的口感。
- ❖ 蒜泥汁最好是用生蒜与熟蒜结合（熟蒜即炸熟的大蒜），这样吃起来既有蒜的浓香，又可以减少辣味。
- ❖ 配菜最好用口感爽脆的蔬菜，不但爽口解腻，还可以增加维生素，使营养更均衡。



### 文怡做笔记





### 大师指点

梅肉也称作“眉肉”或“枚肉”，即猪前臀尖肉。这个部位的肉质是猪肉中最嫩的，适合于切成片、丝，常用炸、熘、炒、爆等方法烹调。



叉烧酱在超市卖调料、瓶装酱菜的地方可以买到。对于初次做叉烧系列的朋友来说，直接选用这个酱料做菜，不仅很方便，最重要的是能确保您100%成功。



### 文怡做笔记

## 蜜汁叉烧肉

### 〔原料\* Ingredients〕

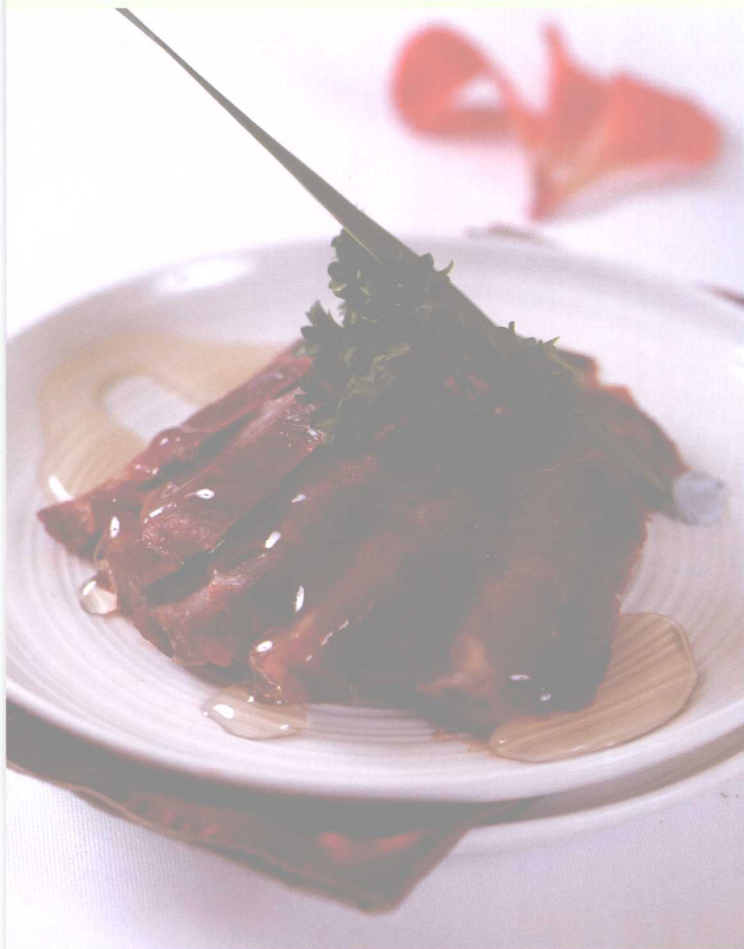
猪梅肉……………500克  
蜂蜜……………随意

### 〔调料\* Seasoning〕

叉烧酱1瓶（250克），盐1茶匙，葱10克，姜10克，花雕酒2汤匙，酱油2茶匙

### 〔做法\* Methods〕

1. 猪梅肉洗净后，切成5厘米左右的长条，加入花雕酒、葱5克、姜5克、盐、酱油拌匀，腌制10分钟入味。
2. 将腌好的猪肉条捞出，沥去汁水。油锅中加入适量油，大火烧至五成热时，转成中火，放入肉条炸制，待肉条炸至变色、外表稍稍定型后，沥油捞出。
3. 另起一锅，加入底油烧热，放入剩余的葱、姜，加入叉烧酱，用小火慢慢炒出香味，然后倒入300毫升开水，放入肉条烧制。
4. 锅中的汤汁烧开后转成小火，慢慢煨至肉条完全上色，最后转成大火将剩余的汤汁收干。捞出肉条放凉，切成小块，食用时淋上蜂蜜即可。



# 棒棒鸡

## 〔原料 Ingredients〕

鸡腿肉……………300克

## 〔调料 Seasoning〕

葱、姜各10克，花生酱4汤匙，红油4汤匙，盐1茶匙，白糖2茶匙，酱油1汤匙，花生碎1汤匙，芝麻1茶匙，葱花10克，香菜碎10克

## 〔做法 Methods〕

1. 鸡腿肉洗净后，凉水入锅焯烫，水开后撇去浮沫，捞出备用。
2. 汤锅中重新倒入清水烧开后，放入葱、姜煮出香味，之后放入焯过的鸡腿肉，中火煮8分钟，直到鸡肉变色断生。
3. 将鸡肉捞出，放入冰水中浸泡，待鸡肉凉透后取出，用刀背轻轻拍松，切成小条装盘。
4. 取一只碗调酱汁，放入花生酱、红油、盐、白糖、酱油调匀，浇在鸡肉上。最后撒上花生碎、芝麻、葱花、香菜碎即可。



- ✿ 鸡肉一定不要余烫过火，一般七成熟最好，这样才能保持鸡肉的爽滑鲜嫩。
- ✿ 汁的口味为咸、甜、微辣、香浓。一定先调花生酱或芝麻酱，再放其他调味料。



棒棒鸡原来的意思就是在斩件时要用棒子敲打，撕成丝。也有一种说法是四川的挑夫（当地叫棒棒）比较钟爱它，因此叫棒棒鸡。



鸡胸肉的口感略柴，建议不要使用，鸡腿肉是最好的选择。



文怡做笔记



### 大师指点

三黄鸡是指羽毛、喙、爪都是黄色的鸡种，另外，三黄鸡的皮也呈黄色。选用这种鸡肉来做菜，成品的肉质嫩滑，皮脆骨软，味道鲜美。

这道菜中，三黄鸡的肉质是通过浸泡成熟的，口感非常鲜嫩，所以选用的鸡重量最好不要超过500克，以保证短时间就能浸泡成熟。

制作醉鸡，最好选用绍兴出产的花雕酒，这种酒滋味醇厚，味道浓香，在超市销售调料的专柜就能买到。

煮鸡时要三分煮、七分浸。浸泡完之后用冰水浸泡15分钟，外皮才有爽脆的口感。

调醉汁时，把花雕酒先煮开，待冷却后再浸泡鸡肉，这样既有酒香，味道又不会很浓烈，汁的味道更容易浸泡到鸡肉中。

这道菜冰镇一下，食用起来口感会更好。



### 文怡做笔记

## 醉鸡

### 【原料\* Ingredients】

三黄鸡……………1只  
姜……………10克  
大葱……………20克  
八角……………3颗

### 【调料\* Seasoning】

盐2茶匙，花雕酒4汤匙

### 【做法\* Methods】

1. 将三黄鸡治净，放入开水中煮2分钟，捞出备用。
2. 倒掉焯烫的水，洗净汤锅，加入清水，大火烧开后，放入葱、姜、八角，煮出香味后关火。
3. 将焯烫好的三黄鸡放入汤锅中，加盖浸泡8~10分钟，直到鸡肉断生。取出鸡肉，放在冰水中浸泡15分钟。
4. 在浸泡鸡肉的原汤中加入盐，倒入花雕酒，搅拌均匀后煮开，彻底冷却后，将鸡肉再次放入汤中浸泡一夜。
5. 将鸡肉取出，斩成小块，最后浇上汤汁即可。





# 时蔬三文鱼沙拉

## 【原料 Ingredients】

三文鱼	150克
菠菜	5根
豆腐干	4块
红、黄彩椒	各半个
洋葱	10克
生姜	10克
柠檬	3片
杏干、杏仁片、核桃	各少许

## 【调料 Seasoning】

盐1茶匙，美极酱油1茶匙，镇江香醋4茶匙，蜂蜜1茶匙，香油1/2茶匙

## 【做法 Methods】

1. 菠菜洗净后，用开水焯烫半分钟捞出，在冷水中浸泡一会儿，捞出沥干，切段备用。豆腐干切成粗丝；彩椒、洋葱切丝；姜部分切丝，部分切末；杏干切块。
2. 将三文鱼用清水冲洗一下，然后用纸巾吸干表面水分，先片成5毫米的片，再切成条，用盐、姜末和醋腌制3分钟。
3. 将三文鱼、菠菜、豆腐干、彩椒、洋葱、柠檬片、杏干倒入大碗中，加入盐、美极酱油、醋、蜂蜜、香油和姜丝拌匀装盘，撒上少许杏仁片和核桃即可。



大师指点

因要生食，建议到大型超市购买冰鲜的三文鱼，这种原料从打捞到超市售卖的时间不超过48小时。冷冻的三文鱼一般不建议生食，但可以用来做菜。



所谓时蔬，就是手边能方便买到的蔬菜，并不是非要和菜谱中的一样，挑自己喜欢的蔬菜或水果搭配都可以。



文怡做笔记



大师指点

这种虾被打捞上来，直接经海水煮熟后，在-30℃急冻，也就是说，其实我们在超市中买到的北极虾都是熟的。因此，只要按正确的方法解冻，就可以直接吃。吃之前用纯净水或凉开水冲洗一下（不是浸泡）更卫生。

芒果蛋黄酱的口味非常独特，适合用来调拌所有的蔬菜或海鲜沙拉，可以一次多做一点，装入密封的瓶子，放在冰箱冷藏室内保存，一周之内吃完就可以。

大杏仁经常用来做菜，一般开袋后要装到不透风的储物罐中，放在干燥和阴凉的地方保存，当然尽快吃完更好。如果受潮，变得不脆了，也别担心，放在烤箱中用180℃烤3分钟，拿出晾凉就可以了。



文怡做笔记

## 时蔬甜虾沙拉

### 〔原料 Ingredients〕

北极虾	200克
美国大杏仁	20颗
甜豆	20根
圣女果	10颗
彩椒	半个
芦笋	10根

### 〔调料 Seasoning〕

芒果半个，柠檬半个，蛋黄酱4汤匙，炼乳2汤匙，糖1汤匙

### 〔做法 Methods〕

1. 将北极虾从冰箱冷冻室里提前一夜拿出，放到冷藏室中，进行12小时的自然解冻（不要放在水中，尤其是热水中解冻，以免影响口味）。然后去头、去皮，用纯净水冲洗一下备用。
2. 甜豆去筋；芦笋切去底部，洗净后用开水焯烫半分钟，捞出入冷水，以保持碧绿的颜色；圣女果对半切开；彩椒去蒂，切成条。
3. 将芒果去皮、切块，放入搅拌机搅打成泥（不要加水），倒入碗中，调入炼乳、蛋黄酱、半个柠檬的汁和糖，充分搅拌均匀，制成芒果蛋黄酱。
4. 将所有原料倒入大碗中，调入芒果蛋黄酱，搅拌均匀即可。





# 凉拌剁椒黑木耳

## 【原料✿ Ingredients】

干黑木耳……………10朵  
剁椒……………3汤匙  
青葱……………2根  
姜……………1小块  
大蒜……………2瓣  
白芝麻……………随意

## 【调料✿ Seasoning】

白糖1茶匙，香醋1汤匙，生抽1茶匙，盐1/4，味精1/4茶匙，香油1/2茶匙，白胡椒粉1/4茶匙

## 【做法✿ Methods】

1. 将黑木耳用冷水泡发，变软后洗净，用手择掉木耳的硬结，并将木耳撕成一口大小的块儿。
2. 锅中倒入清水，大火煮开后，放入木耳，焯烫半分钟后捞出备用。
3. 青葱和姜切成末，大蒜用压蒜器压成泥，与剁椒混合在一起，倒入木耳中。
4. 调入糖、香醋、生抽、盐、味精、香油和白胡椒粉，搅拌均匀后，盖上盖子，放在冰箱里冷藏2小时后食用，味道更好，装盘后撒上一些熟白芝麻（如在冬季，搅拌后腌制半小时后即可食用）。



✿ 用冷水浸泡黑木耳，能更好地保留木耳的营养成分。不建议为了节省时间，而用开水浸泡木耳，这样的话，虽然泡发的速度很快，但泡好的木耳会失去弹性，变得黏软，影响口感。

✿ 如果你买到的木耳比较脏，可以在冷水中先加一些干淀粉，搅拌一下再浸泡，会有助于杂质的清除。

✿ 剁椒有一定的咸度，而且这道菜中还放了酱油，因此一定要酌量放盐。

✿ 如果没时间等待腌制，为了保证好的口味，也可以将保鲜盒封好后，不断摇晃几分钟，使里面的各种调料和木耳充分融合。



文哈做笔记



### 大师指点

除了毛豆，其他蔬菜也可以用这种糟制的方法处理，比如芥蓝等脆口的蔬菜。凤爪、三黄鸡、猪耳朵也都可以这样做，但都要经过焯烫的步骤。

可以在糟完毛豆之后，用这个糟卤继续糟制其他东西。但糟过肉类的糟卤就不要再糟蔬菜或豆类了，因为里面会有些油，会影响蔬菜和豆类的清爽感。

毛豆洗净后尽量剪掉两边的角，以便在用糟卤浸泡时更容易入味。怕费力不剪也行，但味道会打折扣。

糟卤是一种调料，在超市有售。一般会放在卖酱油、醋、料酒的货架附近。除了这种原味的，现在还有辣味的可供选择。

这道菜是夏日里解馋的零食、就酒的小菜，冰镇过后口感和口味更好。

糟卤是咸的，因此不要加盐。如果喜欢更浓郁的口味，可以在浸泡的时候再滴入2滴高度白酒。



### 文怡做笔记

## 冰镇香糟毛豆

### 【原料 Ingredients】

毛豆 ..... 1000克  
姜丝 ..... 少许

### 【调料 Seasoning】

糟卤1瓶



### 【做法 Methods】

1. 将毛豆反复清洗3次以上，洗净后，用剪刀将毛豆两头剪开，形成两个小口，以便在随后浸泡的时候入味。
2. 锅中倒入清水，烧沸腾后倒入剪好的毛豆，水再次开锅后，继续煮30秒钟，捞出毛豆，立即放入冷水中。此时水的温度会变高，倒出温水，再倒入新的清水，直到毛豆的温度彻底冷却下来。
3. 捞出毛豆，沥干水分，倒入容器中，然后将整瓶的糟卤倒入，盖上盖子（或保鲜膜），放入冰箱冷藏4小时后，取出，撒上姜丝食用。超过12小时味道更浓。



# 灰树花爽口沙拉

## 〔原料\* Ingredients〕

干灰树花	2朵
番茄	1个
大柚子	2瓣
生菜	2片
洋葱	2片
杏仁片	少许
鲜迷迭香	1根

## 〔调料\* Seasoning〕

柠檬半个, 盐1.5茶匙, 糖1/2茶匙, 橄榄油1汤匙, 黑胡椒1/4茶匙

## 〔做法\* Methods〕

1. 用40℃的温水浸泡灰树花约30分钟, 将泡发的灰树花洗净。锅中倒入清水, 大火煮开后加入1茶匙盐, 放入灰树花焯烫2分钟后捞出, 稍微冷却后用手撕成寸段。
2. 番茄洗净后切成条。大柚子去外皮及瓣上的薄皮, 掰成小块。生菜洗净, 用手撕碎, 洋葱切成薄片。
3. 将灰树花、番茄、柚子、生菜、洋葱、杏仁片倒入碗中, 再将洗净后的迷迭香叶片捋掉放入碗中。
4. 用手挤出柠檬汁, 调入盐1/2茶匙、糖、橄榄油和黑胡椒粉, 搅拌均匀即可。



### 大师指点

这款口感酸甜的沙拉汁也可以配合其他口味的水果和蔬菜, 橄榄油不要用植物油或香油来替代, 否则味道会很奇怪。橄榄油有一股清淡的果香味, 最好购买超市中的初榨橄榄油来拌凉菜。



灰树花是菌类的一种, 在日本又叫舞茸, 因为找到它的人会很兴奋, 手舞足蹈。在亚洲地区, 灰树花是颇受人们欢迎的烹饪及药用蘑菇, 这不仅因为它含有丰富的蛋白质、碳水化合物、纤维素、维生素、多种微量元素, 有利于人体健康, 美味可口也是重要原因之一。



如果没有灰树花, 也可以用其他你喜欢的菌类来代替, 比如香菇、草菇等。



### 文怡做笔记



# 赛香瓜

## 〔原料❁ Ingredients〕

黄瓜1根, 梨1个, 金糕1块

## 〔调料❁ Seasoning〕

盐1/4茶匙, 蜂蜜1汤匙

## 〔做法❁ Methods〕

1. 将黄瓜洗净, 切细丝; 梨去皮, 切细丝; 金糕切细丝。将黄瓜丝和梨丝放入大碗中, 调入盐和蜂蜜, 封上保鲜膜腌制20分钟。
2. 盛入盘中, 撒上金糕丝即可。

用梨丝和黄瓜丝放在一起, 加上调料再腌制一会儿, 这两种味道的融合, 最终出来的香味和香瓜很像。黄瓜也可去皮, 但有点绿色会比较好看。

金糕也叫山楂糕, 酸酸甜甜的, 既开胃又解腻。这道菜, 可以说是一道饭前的开胃菜, 也是一道餐后的爽口甜品。



文怡做笔记



大师指点

黄瓜和苹果丝放在一起, 用同样的方法制作, 味道很像哈密瓜, 有兴趣的话, 可以尝试一下。

# 蓑衣黄瓜

## 〔原料❁ Ingredients〕

乳黄瓜1根, 姜丝50克, 干辣椒50克

## 〔调料❁ Seasoning〕

白醋3汤匙, 白糖3汤匙, 盐1/2茶匙

## 〔做法❁ Methods〕

1. 锅中放入清水200毫升、白醋、白糖、干辣椒、盐, 混合均匀后用中火煮成酸辣味的调味汁, 然后自然晾凉备用。
2. 将乳黄瓜顶刀斜切, 连刀切到瓜身2/3处, 不要切断。切完一面后, 翻面继续斜切至2/3处, 直到切完整根黄瓜。
3. 在黄瓜上撒上少许盐, 腌制10分钟, 轻轻挤出渗出的水分。将蓑衣黄瓜放入晾凉的酸辣汁中, 浸泡半小时入味。食用时取出黄瓜, 撒上少许姜丝即可。

要使切出的黄瓜美观, 就要掌握好下刀的距离, 尽量保证均匀。为了防止黄瓜切断, 可以在底部放2根筷子, 刀切至筷子处停止, 就能防止力度掌握不均而切断。



文怡做笔记



大师指点

切好的黄瓜加盐逼出多余水分, 可以使黄瓜更好地吸收腌渍汁水。但是挤出水分时, 不要用力过度, 以免破坏蓑衣黄瓜的外观。

