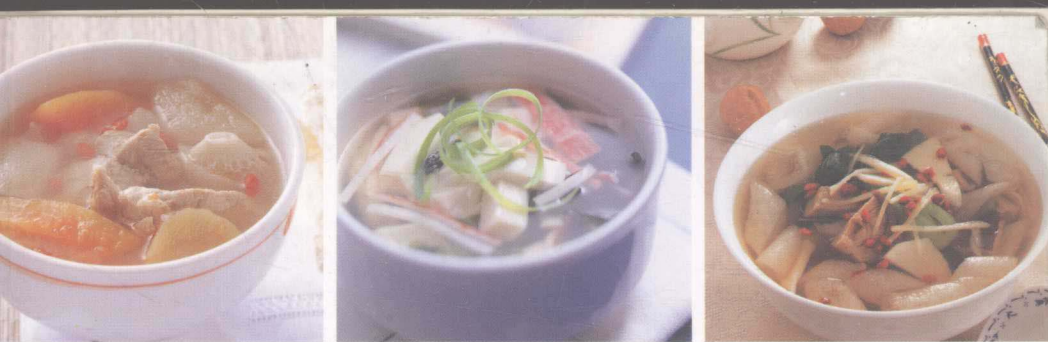




[家常美味系列]

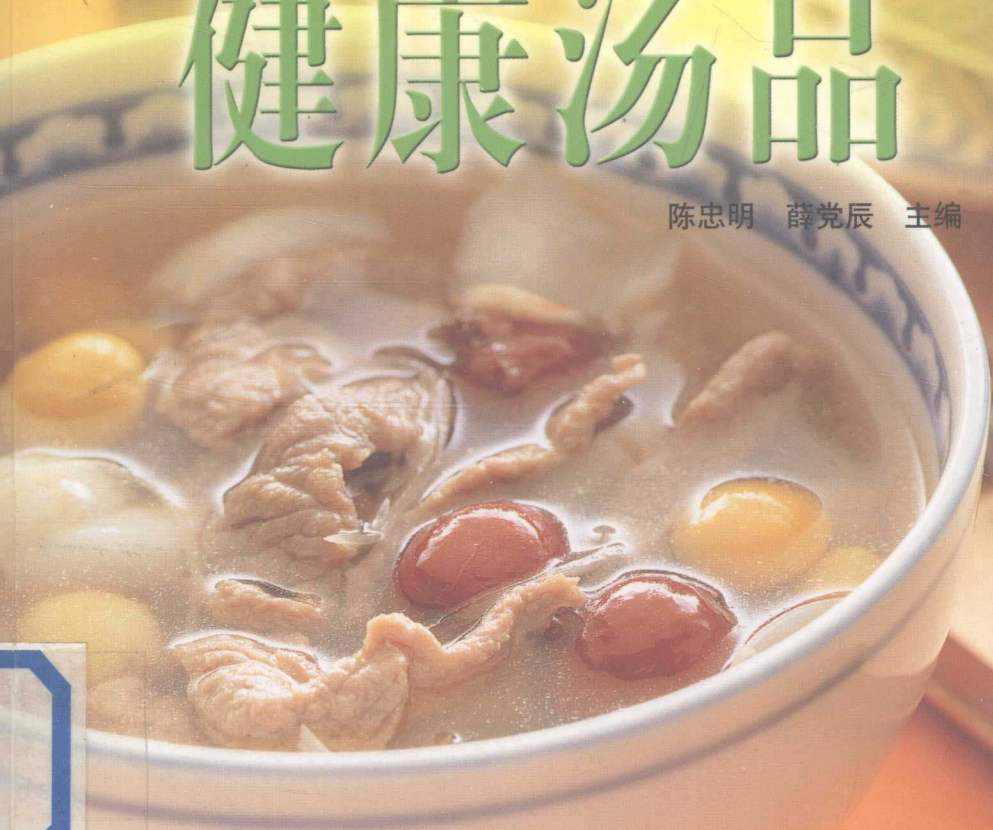
家庭

*Jiaxing
Jiankang Tangpin*

尚锦文化

健康汤品

陈忠明 薛党辰 主编



中国纺织出版社

家常美味系列

家庭健康汤品

陈忠明 薛党辰 编著

编委会主任：路新国

编委会副主任：嵇步峰 陈忠明

编委会委员：薛党辰 宋雷 周爱东

郭家 刘成汉

 中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭健康汤品 / 陈忠明, 薛党辰编著. — 北京: 中国纺织出版社, 2005.1

(家常美味系列)

ISBN 7-5064-3168-8/TS · 1883

I. 家... II. ①陈... ②薛... III. 汤菜—菜谱

IV. TS972.122

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 121262 号

策 划: 尚锦文化 责任编辑: 范琳娜

装帧设计: 王 欣 责任印制: 初全贵

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

电话: 010—64160816 传真: 010—64168226

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京东远新宏印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2005 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 880 × 1230 1/32 印张: 13

字数: 300 千字 定价: 18.00 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社市场营销部调换

目 录

一 清汤类 (162 例)

肉类清汤 (49 例)

1 榨菜肉丝汤	1
2 田七瘦肉汤	1
3 苦瓜瘦肉汤	2
4 猪肝菠菜汤	2
5 榨菜猪肝汤	3
6 茼蒿肉丸汤	3
7 余腰片汤	4
8 猪里脊清汤	4
9 平菇肉片汤	5
10 扣三丝汤	5
11 腰花木耳汤	6
12 山药里脊汤	6
13 莼菜肉丝汤	7
14 生菜肉片汤	7
15 汤泡肚尖	8
16 肉丝木樨汤	8
17 金针肉丝汤	9
18 紫菜肉丝汤	9
19 肉丝双冬汤	10
20 肉丝茭白汤	10
21 荠菜肉丝汤	11
22 三丝清汤	11
23 丝瓜肉片汤	12
24 淡菜小排汤	12
25 猪血粉丝汤	13

26 猪胰笋片汤	13
27 火腿脊梅汤	14
28 清汤猪脑	14
29 清汤鞭花	15
30 咸肉豆腐汤	15
31 咸肉河蚌汤	16
32 竹筒肚肺汤	16
33 腐皮腰片汤	17
34 翡翠肉圆汤	17
35 白果小排汤	18
36 肉丸豆腐汤	18
37 火腿莼菜汤	19
38 莼菜肉丝汤	19
39 肉丝鸡蛋汤	20
40 火腿鲜笋汤	20
41 牛肉清汤	21
42 牛肉丸子清汤	21
43 土豆牛肉清汤	22
44 番茄牛肉白菜汤	22
45 清炖牛尾汤	23
46 羊肉清汤	23
47 余羊肉丝汤	24
48 驴肉汤	24
49 狗肉清汤	25

禽蛋类清汤 (34 例)

50 平菇鸡汤	25
51 银耳鸡汤	26
52 蘑菇鸡汤	26



53 香菇鸡汤·····	27	83 三禽杂汤·····	42
54 凤爪香菇汤·····	27	海河鲜类清汤 (31 例)	
55 冬瓜凤爪汤·····	28	84 蚬子豆腐汤·····	42
56 平菇凤翅汤·····	28	85 清汤鱼圆·····	43
57 凤翅菊花汤·····	29	86 清汤老鳖·····	43
58 鸡蓉豆花汤·····	29	87 氽黑鱼片汤·····	44
59 鸡虾双珠汤·····	30	88 清汤鱼片·····	44
60 鸡丝莼菜汤·····	30	89 虾圆笋片汤·····	45
61 龙井鸡片汤·····	31	90 火腿虾圆汤·····	45
62 鸡丸清汤·····	31	91 火腿虾仁汤·····	46
63 鸡爪翅莼菜汤·····	32	92 清汤鲍鱼·····	46
64 三丝鸡块汤·····	32	93 清汤鱼翅·····	47
65 鸡血豆腐汤·····	33	94 干贝鸡块汤·····	47
66 腐竹凤鸡汤·····	33	95 车螯豆腐汤·····	48
67 乌鸡白风汤·····	34	96 竹蛭豆腐汤·····	48
68 推纱望月·····	34	97 青菜河蚌汤·····	49
69 芋艿鸭块汤·····	35	98 莼菜鲈鱼汤·····	49
70 银耳鸭舌汤·····	35	99 鳜鱼酸菜汤·····	50
71 冬瓜鸭舌汤·····	36	100 银鱼汤·····	50
72 煨鸭汤·····	36	101 虾仁鸡丝汤·····	51
73 风鹅冻豆腐汤·····	37	102 泥鳅豆腐汤·····	51
74 冬笋鹅掌汤·····	37	103 龟鳖汤·····	52
75 鸽肉土豆汤·····	38	104 黄颡鱼汤·····	52
76 煨清汤鸽子·····	38	105 塘鳢鱼汤·····	53
77 火腿鸽脯汤·····	39	106 罗非鱼汤·····	53
78 鸽丝青菜汤·····	39	107 河蚌咸肉汤·····	54
79 鸽丁三鲜汤·····	40	108 蚬子韭菜汤·····	54
80 煨鹌鹑汤·····	40	109 牛蛙汤·····	55
81 火腿笋片鹌鹑汤·····	41	110 清汤哈士蟆·····	55
82 鹌鹑鸽子汤·····	41	111 三丝敲鱼汤·····	56

112 龙井捶虾汤	56	140 萝卜豆腐汤	70
113 芙蓉蛋海底松	57	141 胡萝卜汤	71
114 竹荪响螺汤	57	142 蒲菜汤	71
豆制品清汤 (13例)		143 山药汤	72
115 黄豆芽豆腐汤	58	144 冬瓜海带汤	72
116 虾米干丝汤	58	145 瓠瓜汤	73
117 三鲜豆腐汤	59	146 丝瓜汤	73
118 三鲜腐竹汤	59	147 苦瓜汤	74
119 菠菜豆腐汤	60	148 佛手瓜汤	74
120 文思豆腐汤	60	149 慈姑汤	75
121 白菜粉丝汤	61	150 金针菇汤	75
122 番茄豆腐汤	61	151 猴头菇汤	76
123 肉丝豆腐汤	62	152 竹荪汤	76
124 香菜粉皮汤	62	153 莼菜汤	77
125 清汤豆腐斩肉	63	154 蘑菇汤	77
126 豆腐果蔬菜汤	63	155 苜蓿汤	78
127 榨菜干丝汤	64	156 菊花汤	78
蔬菜清汤 (35例)		157 紫菜汤	79
128 白菜肉片汤	64	158 五色蔬菜汤	79
129 菜秧鸡蛋汤	65	159 韭菜蛋汤	80
130 菜秧豆腐汤	65	160 芽菜汤	80
131 韭菜鸡蛋清汤	66	161 咸菜豆瓣汤	81
132 圆白菜汤	66	162 酸菜虾米汤	81
133 花菜肉片汤	67	二 炖汤类 (200例)	
134 苋菜汤	67	肉类炖汤 (57例)	
135 茼蒿汤	68	163 沙锅元宝肉	82
136 生菜汤	68	164 沙锅白肉	82
137 菊花脑汤	69	165 油辣菇炖肉	83
138 茼蒿汤	69		
139 虾米萝卜汤	70		

166 蛤蜊斩肉	83	196 牛肉炖白菜	98
167 沙锅风鸡狮子头	84	197 沙锅炖牛肉	99
168 淡菜煨猪肉	84	198 沙锅花生牛肉	99
169 沙锅肚肺	85	199 咸菜炖牛肉	100
170 沙锅肚片汤	85	200 红枣炖牛筋	100
171 沙锅肉末豆腐	86	201 沙锅花生牛筋	101
172 沙茶炖排骨	86	202 花生炖牛肺	101
173 红枣炖肘	87	203 沙锅牛尾	102
174 沙锅蹄肚	87	204 沙锅牛筋	102
175 榛蘑炖猪蹄	88	205 沙锅牛腱子	103
176 石耳炖蹄膀	88	206 枸杞炖牛冲	103
177 红菇炖猪蹄	89	207 沙锅羊头	104
178 石耳猪肺汤	89	208 沙锅羊蹄	104
179 白果炖猪肺	90	209 黄芪羊肉沙锅	105
180 人参炖猪心	90	210 沙锅咸菜羊肉	105
181 沙锅猪肝	91	211 沙锅羊肉萝卜	106
182 沙锅圈子	91	212 沙锅羊肚片	106
183 大巢菜炖蹄膀	92	213 木耳炖羊肉	107
184 沙锅糟钵头	92	214 参龟羊肉	107
185 沙锅口条	93	215 沙锅驴肉	108
186 沙锅酱肥肠	93	216 山药炖驴肉	108
187 沙锅酸辣肚块	94	217 清炖猫肉	109
188 沙锅炖酥腰	94	218 沙锅山药狗肉	109
189 沙锅蹄筋	95	219 黑豆狗肉	110
190 淡菜炖蹄筋	95	禽类炖汤 (48例)	
191 沙锅下水	96	220 清炖鸡	110
192 沙锅猪蹄	96	221 蛋美鸡	111
193 淡菜炖猪蹄	97	222 瓦罐鸡汤	111
194 火腿炖芽菜	97	223 沙锅冬菇小鸡	112
195 土豆牛肉沙锅	98	224 沙锅鸡块	112

225 沙锅人参鸡·····	113	255 下水炖鸭·····	128
226 黄芪沙锅鸡·····	113	256 参芪沙锅鸭·····	128
227 沙锅鸡爪翅·····	114	257 清炖鸭掌·····	129
228 沙锅鸡翅鸭掌·····	114	258 火腿炖鸭·····	129
229 鲜蘑焖鸡·····	115	259 沙锅鸭舌掌·····	130
230 沙锅冬笋鸡·····	115	260 沙锅鸭四宝·····	130
231 沙锅京葱鸡翅·····	116	261 枸杞炖乳鸽·····	131
232 栗子炖鸡心·····	116	262 沙锅银耳鹌鹑·····	131
233 沙锅栗子鸡·····	117	263 沙锅蘑菇鹌鹑·····	132
234 乌鱼炖鸡·····	117	264 沙锅炖乳鸽·····	132
235 沙锅鸡杂·····	118	265 沙锅八宝鸽子·····	133
236 沙锅鸡圈肉·····	118	266 沙锅魔芋鸭·····	133
237 清炖二鸡·····	119	267 沙锅香糟鸭·····	134
238 当归炖鸡·····	119	海河鲜类炖汤 (31 例)	
239 三七炖鸡·····	120	268 沙锅荷包鱼·····	134
240 沙锅芋艿炖鸡·····	120	269 沙锅豆腐鱼片·····	135
241 慈菇炖草鸡·····	121	270 沙锅甲鱼·····	135
242 石耳炖鸡·····	121	271 黑豆炖甲鱼·····	136
243 平菇炖小鸡·····	122	272 沙锅头尾·····	136
244 沙锅京葱贵妃鸡·····	122	273 沙锅鱼头豆腐·····	137
245 沙锅野鸡·····	123	274 沙锅鲶鱼·····	137
246 花生炖肫花·····	123	275 沙锅盎斯鱼·····	138
247 白扁豆炖柴鸡·····	124	276 慈姑塘鳢鱼·····	138
248 蛤干炖鸡·····	124	277 沙锅雅鱼·····	139
249 火腿炖鸭·····	125	278 沙锅脐门·····	139
250 沙锅炖家野·····	125	279 沙锅雪菜黄鱼·····	140
251 沙锅文武鸭·····	126	280 清炖鳊鱼·····	140
252 沙锅馄饨鸭·····	126	281 沙锅腌川·····	141
253 沙锅芋艿鸭·····	127	282 沙锅三鲜鱼圆·····	141
254 干贝炖鸡·····	127	283 沙锅草鱼粉皮·····	142

284 沙锅黑鱼汤·····	142	313 沙锅腐竹汤·····	157
285 沙锅海味·····	143	314 豆芽炖牛肉饼汤·····	157
286 沙锅黄鱼汤·····	143	315 沙锅豆芽牛肚汤·····	158
287 沙锅鲫鱼汤·····	144	316 黄豆芽炖豆腐汤·····	158
288 沙锅鱼肚·····	144	317 胡鲢炖豆腐汤·····	159
289 沙锅糟香黑鱼·····	145	318 羊肉炖豆腐汤·····	159
290 沙锅塘鳢鱼·····	145	319 葫芦炖豆腐汤·····	160
291 茄汁鲤鱼沙锅·····	146	蔬菜类炖汤 (18 例)	
292 淡菜甲鱼·····	146	320 沙锅冬瓜汤·····	160
293 肉片海参·····	147	321 沙锅萝卜大排汤·····	161
294 乌鱼冬瓜·····	147	322 沙锅海米萝卜汤·····	161
295 龟肉炖猪肚·····	148	323 萝卜连锅汤·····	162
296 金龟炖鸡·····	148	324 雪里蕻炖豆腐汤·····	162
297 红枣龟肉沙锅·····	149	325 口蘑竹荪沙锅汤·····	163
298 花生炖泥鳅·····	149	326 沙锅凤尾笋汤·····	163
豆制品炖汤 (21 例)		327 沙锅四季豆汤·····	164
299 沙锅粉丝汤·····	150	328 沙锅菜心汤·····	164
300 沙锅豆腐汤·····	150	329 沙锅芋艿汤·····	165
301 沙锅冻豆腐汤·····	151	330 沙锅萝卜汤·····	165
302 沙锅菌油豆腐汤·····	151	331 沙锅三冬汤·····	166
303 沙锅鹌鹑豆腐汤·····	152	332 沙锅双菇汤·····	166
304 沙锅虎皮豆腐汤·····	152	333 沙锅虎爪笋汤·····	167
305 沙锅蜂窝豆腐汤·····	153	334 沙锅口蘑汤·····	167
306 鸡腿菇炖豆腐汤·····	153	335 芦笋沙锅汤·····	168
307 鲜蟹炖豆腐汤·····	154	336 冬瓜鸭架沙锅汤·····	168
308 鸭血炖豆腐汤·····	154	337 银耳芦笋沙锅汤·····	169
309 春笋炖腐竹汤·····	155	其他类炖汤 (25 例)	
310 白果炖腐竹汤·····	155	338 沙锅什锦汤·····	169
311 沙锅面筋汤·····	156	339 沙锅杂烩汤·····	170
312 沙锅面筋腐竹汤·····	156	340 沙锅三鲜汤·····	170



341 沙锅牛肉豆腐汤·····171	367 肚片煲·····184
342 鲫鱼炖豆腐汤·····171	368 百合猪肺煲·····184
343 沙锅虾球冬瓜汤·····172	369 罗汉果肚肺煲·····185
344 沙锅双丸汤·····172	370 小白蹄煲·····185
345 肥肠炖豆腐汤·····173	371 黄豆猪蹄煲·····186
346 沙锅腌鲜汤·····173	372 红枣猪心煲·····186
347 沙锅肉酿面筋汤·····174	373 雪菜肥肠煲·····187
348 沙锅冬菇凤爪汤·····174	374 鲜笋咸肉煲·····187
349 沙锅鸡丝干丝汤·····175	375 腐乳肉片煲·····188
350 肉饼炖鸭汤·····175	376 腐乳扣肉煲·····188
351 沙锅黄鱼豆腐汤·····176	377 咸肉冬瓜煲·····189
352 沙锅咸肉豆腐汤·····176	378 咸肉鲫鱼煲·····189
353 沙锅咸肉肚块汤·····177	379 火腿冬瓜煲·····190
354 沙锅天麻百合汤·····177	380 腊肉菜薹煲·····190
355 沙锅山海龟汤·····178	381 板桥子排煲·····191
356 沙锅如意卷汤·····178	382 猪肝煲·····191
357 沙锅黄焖四宝汤·····179	383 面筋酥肉煲·····192
358 沙锅杂烩汤·····179	384 竹笋鲜肉煲·····192
359 沙锅银丝鲫鱼汤·····180	385 水晶蹄筋煲·····193
360 三鲜葫芦沙锅汤·····180	386 芹菜火腿煲·····193
361 海米瓜皮沙锅汤·····181	387 莲子火腿煲·····194
362 鸡油菌炖肉汤·····181	388 牛仔圆清煲·····194

三 煲汤类 (200 例)

肉类煲汤 (52 例)

363 淡菜猪梅条肉煲·····182	392 牛肉豆腐煲·····196
364 干菜扣肉煲·····182	393 京葱牛筋煲·····197
365 猪蹄茭白煲·····183	394 牛筋煲·····197
366 田螺酿肉煲·····183	395 开洋牛筋煲·····198
	396 牛条煲·····198

397 牛尾煲	199	426 双色鸡丸煲	213
398 萝卜牛肺煲	199	427 魔芋鸡颈煲	214
399 羊肺煲	200	428 平菇鸡肫煲	214
400 羊排粉丝煲	200	429 百灵菇鸡肝煲	215
401 红枣羊肉煲	201	430 大葱鸡翅煲	215
402 羊肉栗子煲	201	431 火腿鸡翅煲	216
403 萝卜羊肉煲	202	432 蚝豉风足煲	216
404 大枣羊骨煲	202	433 乌鸡白凤煲	217
405 羊杂煲	203	434 白果凤足煲	217
406 口蘑驴肉煲	203	435 花生鸡爪煲	218
407 萝卜驴肉煲	204	436 奶汤鸡块煲	218
408 蚕豆驴肉煲	204	437 鸡火鳖煲	219
409 黄豆驴肉煲	205	438 猴头小鸡煲	219
410 豆豉驴肉煲	205	439 荠菜野鸡煲	220
411 黑豆狗肉煲	206	440 香芋山鸡煲	220
412 淡菜狗肉煲	206	441 蚝豉鸭掌煲	221
413 甘薯狗肉煲	207	442 冬笋鸭舌煲	221
414 陈皮狗肉煲	207	443 板鸭煲	222
禽蛋类煲汤 (41 例)		444 芡实老鸭煲	222
415 竹荪鸡脯煲	208	445 黄豆老鸭煲	223
416 鸡皮鲜菇煲	208	446 京葱鸭块煲	223
417 奶油鸡煲	209	447 馄饨鸭煲	224
418 番茄鸡块煲	209	448 山药鸭翅煲	224
419 栗子柴鸡煲	210	449 芦笋鸭腿煲	225
420 鳗鲡鸡块煲	210	450 魔芋鸭煲	225
421 白果鸡腿煲	211	451 鹅掌三鲜煲	226
422 豉汁滑鸡煲	211	452 板栗鸽子煲	226
423 豆瓣仔鸡煲	212	453 山药鸽子煲	227
424 油豆腐鸡煲	212	454 冬笋鹌鹑煲	227
425 沿淮烧鸡煲	213	455 鲍鱼鹌鹑煲	228

海河鲜类煲汤 (41 例)

456 咸肉鱼块煲	228
457 黑鱼脯煲	229
458 青鱼头尾煲	229
459 金蒜鳝筒煲	230
460 泥鳅鳝鱼煲	230
461 豉椒黄鳝煲	231
462 酱汁竹蛭煲	231
463 咸菜鲈鱼煲	232
464 螃蟹鲈鱼煲	232
465 大蒜鲈鱼煲	233
466 豆腐鲈鱼煲	233
467 大蒜鲢鱼煲	234
468 蒜子鲍鱼煲	234
489 带鱼煲	235
470 黄焖河鳗煲	235
471 咸菜墨鱼煲	236
472 豉汁牛蛙煲	236
473 雪菜牛蛙煲	237
474 蟹黄裙边煲	237
475 鸡肉甲鱼煲	238
476 鲍鱼煲	238
477 鲨鱼煲	239
478 墨鱼煲	239
479 鳗鱼煲	240
480 石鸡煲	240
481 龟肉煲	241
482 萝卜白鳝煲	241
483 陈皮鲤鱼煲	242
484 河虾粉丝煲	242

485 虾仁什锦煲	243
486 螃蟹鲢鱼煲	243
487 螃蟹鳊鱼煲	244
488 白汁肉蟹煲	244
489 蟹黄撒子煲	245
490 干贝萝卜煲	245
491 三鲜珧肉煲	246
492 酸辣鱿鱼煲	246
493 豆瓣牛蛙煲	247
494 一品海鲜煲	247
495 双娇龙虾煲	248
496 青蟹年糕煲	248

豆制品类煲汤 (19 例)

497 菜心豆腐煲	249
498 大葱豆腐煲	249
499 青鱼豆腐煲	250
500 冻豆腐肉片煲	250
501 竹蛭豆腐煲	251
502 蟹粉豆腐煲	251
503 咸鱼豆腐煲	252
504 芥菜豆腐煲	252
505 草菇豆腐煲	253
506 家常豆腐煲	253
507 海鲜豆腐煲	254
508 黄鱼豆腐煲	254
509 三虾豆腐煲	255
510 酱汁豆腐煲	255
511 银丝豆腐煲	256
512 银丝咸鸡煲	256
513 海米豆腐煲	257

- | | |
|---------------------|----------------------|
| 514 腐竹柴鸡煲.....257 | 542 蘑菇鹌鹑煲.....271 |
| 515 腐竹煲.....258 | 543 香菇三圆煲.....272 |
| 蔬菜类煲汤 (24 例) | |
| 516 蘑菇鸡块煲.....258 | 544 干贝冬瓜煲.....272 |
| 517 蘑菇丝瓜煲.....259 | 545 肉末粉丝煲.....273 |
| 518 奶油白菜煲.....259 | 546 开洋白菜煲.....273 |
| 519 白菜面筋煲.....260 | 547 荠菜春笋煲.....274 |
| 520 竹荪丝瓜煲.....260 | 548 鸡皮鱼肚煲.....274 |
| 521 臭豆腐黄豆煲.....261 | 549 腊肉菜心煲.....275 |
| 522 冬菇面筋煲.....261 | 550 咸肉豆腐煲.....275 |
| 523 雪菜冬笋煲.....262 | 551 白汁肉蟹煲.....276 |
| 524 双菇煲.....262 | 552 鸡翅海参煲.....276 |
| 525 芦荟鸡爪煲.....263 | 553 鸡丸鲍鱼煲.....277 |
| 526 虾子腐竹煲.....263 | 554 河蚌鲜肉煲.....277 |
| 527 蘑菇腐竹煲.....264 | 555 海参鸡块煲.....278 |
| 528 冬笋腐竹煲.....264 | 556 鸡火鱼皮煲.....278 |
| 529 奶油腐竹煲.....265 | 557 芦笋鲍鱼煲.....279 |
| 530 口蘑驼肉煲.....265 | 558 火腿鸽子煲.....279 |
| 531 萝卜驼肉煲.....266 | 559 腐乳猪蹄煲.....280 |
| 532 土豆驼肉煲.....266 | 560 咸鱼鸡条茄子煲.....280 |
| 533 干菜扣肉煲.....267 | 561 塘鲤白菜煲.....281 |
| 534 萝卜牛腩煲.....267 | 562 神仙肉煲.....281 |
| 535 花菜煲.....268 | |
| 536 口蘑响铃煲.....268 | |
| 537 海带煲.....269 | |
| 538 腐竹肉片煲.....269 | |
| 539 石耳蘑菇煲.....270 | |
| 其他类煲汤 (23 例) | |
| 540 什菜煲.....270 | |
| 541 素什锦煲.....271 | |
| | 四 浓汤类 (138 例) |
| | 肉类浓汤 (43 例) |
| | 563 老藕排骨汤.....282 |
| | 564 雪菜肉丝汤.....282 |
| | 565 冬菜肉片汤.....283 |
| | 566 火腿冬瓜汤.....283 |
| | 567 大排蘑菇汤.....284 |

568 土豆排骨汤	284	598 咖喱牛肉汤	299
569 黄豆猪蹄汤	285	599 牛尾汤	300
570 淡菜冬瓜汤	285	600 羊肉粉丝汤	300
571 竹笋肝膏汤	286	601 羊肉萝卜汤	301
572 莲子肚片汤	286	602 羊杂汤	301
573 白菜肉丸汤	287	603 羊肉汤	302
574 腊肉冬笋汤	287	604 炖汤	302
575 排骨海带汤	288	605 山药羊肉汤	303
576 花生排骨汤	288	禽蛋类浓汤 (40例)	
577 家常肚片汤	289	606 竹笋蘑菇鸡汤	303
578 猪肚蹄汤	289	607 平菇鸡汤	304
579 丝瓜猪肝汤	290	608 红枣香菇鸡汤	304
580 咸菜肉片汤	290	609 瓦罐鸡汤	305
581 白果猪肚汤	291	610 黄瓜鸡片汤	305
582 肉片冻豆腐汤	291	611 鸡肫竹荪汤	306
583 板栗排骨汤	292	612 酸辣鸡丝粉皮汤	306
584 鸡头米炖排骨汤	292	613 鸡杂汤	307
585 咸肉慈姑豆腐汤	293	614 咖喱鸡丁汤	307
586 拆骨肉粉丝汤	293	615 奶油鸡片汤	308
587 蹄肚浓汤	294	616 家常蛋汤	308
588 萝卜排骨汤	294	617 肉丝鸡蛋汤	309
589 腌笃鲜	295	618 木樨汤	309
590 酥腰白果汤	295	619 海米冬瓜鸡蛋汤	310
591 玉米排骨汤	296	620 海米番茄鸡蛋汤	310
592 猪蹄莲藕汤	296	621 蛋花汤	311
593 牛蹄汤	297	622 紫菜蛋汤	311
594 白煨牛鞭汤	297	623 三鲜鸡糕汤	312
595 牛蹄筋浓汤	298	624 青菜蛋花汤	312
596 南瓜牛肉汤	298	625 韭菜鸡蛋汤	313
597 牛肉番茄汤	299	626 丝瓜蛋汤	313

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 627 榨菜鸡蛋汤·····314 | 656 奶汤鱼丸·····328 |
| 628 三鲜鸡蛋汤·····314 | 657 甲鱼汤·····329 |
| 629 鸡蛋粉丝汤·····315 | 658 酸辣鱿鱼汤·····329 |
| 630 番茄鸡蛋汤·····315 | 659 酸菜竹蛭汤·····330 |
| 631 黄瓜蛋汤·····316 | 660 干贝豆腐汤·····330 |
| 632 凤菇乌鸡汤·····316 | 661 干贝萝卜汤·····331 |
| 633 翡翠鸭汤·····317 | 662 乌鱼蛋汤·····331 |
| 634 鸡腿菇鸭汤·····317 | 663 酸辣乌鱼蛋汤·····332 |
| 635 芋艿鸭块汤·····318 | 664 河蚌咸肉汤·····332 |
| 636 鸭架汤·····318 | 665 蚬子豆腐汤·····333 |
| 637 鸭血豆腐汤·····319 | 666 牛蛙浓汤·····333 |
| 638 鸭舌浓汤·····319 | 667 奶汤沙光鱼·····334 |
| 639 口蘑鸭舌汤·····320 | 668 大汤鳊鱼·····334 |
| 640 鸭头鸭掌汤·····320 | 669 煨脐门·····335 |
| 641 火腿鸽子汤·····321 | 670 泥鳅豆腐汤·····335 |
| 642 枸杞仔鸽汤·····321 | 671 蟹黄豆腐汤·····336 |
| 643 香菇鹌鹑汤·····322 | 672 碧螺虾仁汤·····336 |
| 644 凤鹅慈姑汤·····322 | 673 白汤鳗鱼·····337 |
| 645 冬笋鹅掌汤·····323 | 674 霸王别姬·····337 |
| 海河鲜类浓汤 (30 例) | 675 羊方藏鱼·····338 |
| 646 玉兰片汤·····323 | 豆制品浓汤 (10 例) |
| 647 鲫鱼萝卜丝汤·····324 | 676 家常豆腐汤·····338 |
| 648 奶汤鲫鱼·····324 | 677 黄豆芽豆腐汤·····339 |
| 649 奶汤鲃鱼·····325 | 678 白菜豆腐汤·····339 |
| 650 酸菜鲫鱼汤·····325 | 679 芥菜豆腐汤·····340 |
| 651 雪菜黄鱼汤·····326 | 680 肉丝豆腐榨菜汤·····340 |
| 652 雪菜鲢鱼头汤·····326 | 681 豆腐海带汤·····341 |
| 653 鱼头豆腐汤·····327 | 682 韭菜豆腐汤·····341 |
| 654 粉皮鱼头汤·····327 | 683 白菜冻豆腐汤·····342 |
| 655 脆鱼干丝汤·····328 | 684 煮干丝汤·····342 |



685 油豆腐粉丝汤·····343

蔬菜类浓汤 (15 例)

686 海米白菜汤·····343

687 奶汤白菜·····344

688 白菜粉丝汤·····344

689 海米冬瓜汤·····345

690 虾皮丝瓜蛋汤·····345

691 木耳丝瓜汤·····346

692 三鲜黄瓜汤·····346

693 奶汤花菜·····347

694 雪菜冬笋汤·····347

695 土豆浓汤·····348

696 鸡毛菜土豆汤·····348

697 藕片汤·····349

698 奶汤芋艿·····349

699 奶汤蒲菜·····350

700 浓汤炖萝卜·····350

五 甜汤类 (100 例)

701 燕窝杏仁汤·····351

702 燕窝冰糖汤·····351

703 冰糖玛瑙燕窝羹·····352

704 蛤士蟆冰糖汤·····352

705 冰糖南瓜翅·····353

706 八宝参汤·····353

707 芙蓉银耳羹·····354

708 金瓜醉仙羹·····354

709 银耳荔枝汤·····355

710 银耳莲子羹·····355

711 益寿银耳汤·····356

712 银耳桂圆汤·····356

713 双耳汤·····357

714 甜味蛋花汤·····357

715 冰糖银耳鸽蛋汤·····358

716 西瓜翠衣汤·····358

717 莲子桂圆汤·····359

718 莲子雪花汤·····359

719 莲子葡萄汤·····360

720 莲子银耳汤·····360

721 莲子马蹄汤·····361

722 莲子山药汤·····361

723 红枣萝卜汤·····362

724 红枣银耳汤·····362

725 红枣茯苓汤·····363

726 红枣绿豆汤·····363

727 红枣甘麦汤·····364

728 花生桂圆汤·····364

729 花生红枣赤豆汤·····365

730 杏仁霜汤·····365

731 四仁蛋汤·····366

732 杏橘丝瓜汤·····366

733 杏菊汤·····367

734 杏仁蜜汁汤·····367

735 枸杞酒酿汤·····368

736 桂圆红枣汤·····368

737 绿豆百合汤·····369

738 牛奶玉米汤·····369

739 百合花生汤·····370

740 百合汤·····370

741 薄荷绿豆汤.....	371	771 栗子羹.....	386
742 冰冻绿豆汤.....	371	772 桂花栗核羹.....	386
743 清暑豆汤.....	372	773 栗子白果羹.....	387
744 赤豆汤.....	372	774 发财栗蓉羹.....	387
745 莲子汤.....	373	775 栗枣羹.....	388
746 杨梅汤.....	373	776 香芒芋头羹.....	388
747 山楂梅汤.....	374	777 西豆羹.....	389
748 菠萝山楂汤.....	374	778 甘薯羹.....	389
749 丁香酸梅汤.....	375	779 苹果干羹.....	390
750 乌梅汤.....	375	780 苹果毛丹羹.....	390
751 草莓汤.....	376	781 杏子苹果羹.....	391
752 奶油玉米浓汤.....	376	782 马蹄鲜奶羹.....	391
753 南瓜奶油浓汤.....	377	783 红枣桂圆羹.....	392
754 胡萝卜香橙汤.....	377	784 金玉满堂羹.....	392
755 土豆奶汤.....	378	785 金橘罗汉果露.....	393
756 什锦水果羹.....	378	786 百合羹.....	393
757 西米银耳羹.....	379	787 雪花果羹.....	394
758 金丝蜜枣羹.....	379	788 猕猴桃羹.....	394
759 八宝莲子羹.....	380	789 苹果猕猴桃羹.....	395
760 鲜莲菠萝羹.....	380	790 山药莲子羹.....	395
761 莲子橘羹.....	381	791 西米百合羹.....	396
762 通江银耳羹.....	381	792 橘酪元宵.....	396
763 扁豆花生羹.....	382	793 酒酿百合羹.....	397
764 哈密瓜羹.....	382	794 龙眼枇杷羹.....	397
765 樱桃蚕豆羹.....	383	795 香蕉芒果羹.....	398
766 藕丝羹.....	383	796 西瓜羹.....	398
767 芋头羹.....	384	797 西瓜哈密瓜羹.....	399
768 杏子苹果羹.....	384	798 荔枝火龙果羹.....	399
769 枇杷羹.....	385	799 菠萝草莓羹.....	400
770 牛奶葡萄羹.....	385	800 枇杷桃脯羹.....	400