



家庭宴客套菜

张 旺 周德峰 付乃平 编 ● 黑龙江科学技术出版社



家庭宴客套菜

张 旺 周德峰 付乃平 编

黑龙江科学技术出版社

责任编辑：车承棟

家庭宴客套菜

张旺 周德峰 付乃平 编

黑龙江科学技术出版社出版

(哈尔滨市南岗区建设街35号)

绥化印刷厂印刷·黑龙江省新华书店发行

787×1092毫米32开本 3.5印张17插页70千字

1990年10月第1版·1990年10月第1次印刷

印数：1--20,000册 定价：4.40元

ISBN 7-5388-1242-3/TS·86

前 言

随着人们生活水平的提高，家庭宴客水平也相应提高。怎样利用大众化的原材料，制作出一套多种多样，经济实惠，色味香形俱佳的家庭宴客菜肴，越来越为广大家庭所企望。

我们编撰的这本《家庭宴客套餐》就是旨在帮助广大家庭烹饪爱好者掌握家庭宴客套餐用料、特点、技法，也可为饭店、食堂提供参考。

本书以中低档菜为主，图文并茂，语言通俗。全书介绍了五种套餐，分别以8个、12个、16个、20个、24个为一套，以供不同层次生活水平的家庭选用，也可根据自家原料情况，自行组成一套菜。套餐取材容易，经济实惠，制作简便，有很强的实用性。

由于我们技术水平有限，本书很可能存在这样那样的缺点和错误，诚恳希望广大读者及饮食行业的同行们批评指正，不吝赐教。

本书在编写过程中，得到了有关方面领导、老师的热情关心和帮助，在此，谨表谢意！

编 者

目 录

套菜 (一)

1. 五香牛肉条……………(1)
2. 什锦拉皮……………(1)
3. 素炆菠菜……………(2)
4. 糖醋瓦块鱼……………(2)
5. 油爆鱿鱼卷……………(3)
6. 香酥鸡……………(4)
7. 炸茄盒……………(4)
8. 水边羊肉……………(5)

套菜 (二)

1. 鸡丝洋粉……………(5)
2. 油菜卷拼五香驴肉……………(6)
3. 酿黄瓜拼胡萝卜……………(7)
4. 糖拌西红柿……………(8)
5. 炆拼两样……………(8)
6. 香烹鸡……………(9)
7. 干烧鲫鱼……………(10)
8. 炒掐菜……………(10)
9. 串烧里脊……………(11)
10. 虾仁扒油菜……………(11)
11. 南稀豆腐……………(12)

12. 清炖羊肉……………(12)

套菜 (三)

1. 什锦水果……………(13)
2. 红身菜卷……………(14)
3. 虾仁芹菜……………(14)
4. 炆玉米笋……………(14)
5. 海杂拌……………(15)
6. 烧四素……………(16)
7. 油泼鸡……………(16)
8. 扒肘子……………(17)

9. 拼两样……………(18)

10. 浇汁鱼……………(18)
11. 鱼香豆腐……………(19)
12. 锅包牛肉……………(20)
13. 锅烧肘子……………(20)
14. 烧茄子……………(21)
15. 浇汁驴肉条……………(21)
16. 飞龙鸳鸯汤……………(22)

套菜 (四)

1. 核仁瓜角……………(23)
2. 糖醋瓜条……………(23)

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 3. 拌双丝.....(24) | 4. 五彩蛋卷.....(36) |
| 4. 糖拌肉条.....(24) | 5. 凉拌鲜蘑.....(37) |
| 5. 椒油豆角.....(25) | 6. 茄汁凤翅.....(37) |
| 6. 炆菜头.....(25) | 7. 糖醋胡萝卜丝(37) |
| 7. 什锦拼盘.....(26) | 8. 鸡丝拼芝麻饼(38) |
| 8. 葱烧海参.....(26) | 9. 拌三丝.....(39) |
| 9. 炸两样.....(27) | 10. 玉米海参.....(39) |
| 10. 地三鲜.....(28) | 11. 糖醋鲫鱼.....(40) |
| 11. 奶汤鲫鱼.....(28) | 12. 茄汁鲜贝.....(40) |
| 12. 海米烧菠菜.....(29) | 13. 奶汤鲜贝.....(41) |
| 13. 鸡丝掐菜.....(29) | 14. 鱼香肉片.....(42) |
| 14. 京烧鲜贝.....(30) | 15. 两吃鱼.....(42) |
| 15. 靠烧鸡翅.....(31) | 16. 酿蒸口蘑.....(43) |
| 16. 蜜汁苹果.....(31) | 17. 九转豆腐.....(44) |
| 17. 焦溜牛肉条.....(32) | 18. 熘腰花.....(45) |
| 18. 清蒸鲤鱼.....(32) | 19. 松熘虾仁.....(45) |
| 19. 芝麻鸡脯.....(33) | 20. 茄汁双卷.....(46) |
| 20. 酸辣汤.....(34) | 21. 素扒什锦.....(47) |
| 套菜 (五) | |
| 1. 炸牛排.....(34) | 22. 挂霜桔子.....(47) |
| 2. 蛋松.....(35) | 23. 铁扒鸡.....(48) |
| 3. 酱肘花.....(35) | 24. 三鲜汤.....(48) |

供 替 换 的 菜

冷 菜

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 1. 油吃黄瓜.....(49) | 3. 烧面筋.....(61) |
| 2. 辣元白菜.....(50) | 4. 锅塌白菜卷.....(62) |
| 3. 拌梨丝.....(50) | 5. 蕉条茄子.....(63) |
| 4. 拌合菜.....(51) | 6. 蒸三义卷.....(63) |
| 5. 花生仁拌熏干.....(51) | 7. 炸胡萝卜盒.....(64) |
| 6. 拌肉皮丝.....(52) | 8. 焦炒鱼片.....(65) |
| 7. 拌五丝.....(52) | 9. 荷包鲫鱼.....(66) |
| 8. 猪肝拌黄瓜.....(53) | 10. 软煎鱼扇.....(67) |
| 9. 肉丝拌腐皮.....(53) | 11. 银龙白果.....(67) |
| 10. 炆鲑鱼.....(54) | 12. 黄酥鱼卷.....(68) |
| 11. 炆鸡丁豌豆.....(54) | 13. 清蒸绣球鱼.....(69) |
| 12. 炆腰花.....(55) | 14. 青椒鱼丁.....(70) |
| 13. 炆心片.....(55) | 15. 麻果鱼球.....(70) |
| 14. 炆里脊瓜片.....(56) | 16. 炸象眼鱼.....(71) |
| 15. 炆猪舌.....(56) | 17. 虎皮鱼片.....(72) |
| 16. 炆四片.....(57) | 18. 金包鱼盒.....(72) |
| 17. 滑炆脊丝青豆.....(57) | 19. 番茄鱼排.....(73) |
| 18. 炆肚仁.....(58) | 20. 锅塌虾片.....(74) |
| 19. 西瓜鸡冻.....(58) | 21. 炸虾茸蛋卷.....(75) |
| 20. 水晶肘子.....(59) | 22. 靠虾段.....(75) |

热 菜

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1. 奶油萝卜球.....(60) | 23. 雪山脊丝.....(76) |
| 2. 酿大椒.....(61) | 24. 锅塌肉盒.....(77) |
| | 25. 宫爆肉丁.....(78) |

26. 肉片烧蹄筋……(78)
27. 珍珠丸子……(79)
28. 锅塌里脊……(79)
29. 煎猪排……(80)
30. 芙蓉里脊……(81)
31. 蒲棒里脊……(81)
32. 扒羊肉条……(82)
33. 雪花羊肉……(83)
34. 煎扒斩草……(83)
35. 熘三鲜金钟……(84)
36. 东坡羊肉……(85)
37. 油酥肝卷……(85)
38. 加沙蛋卷……(86)
39. 熘肝尖白肉……(86)
40. 炸猪肝……(87)
41. 油爆猪肚……(87)
42. 盐爆肚条……(88)
43. 扒瓢大肠……(89)
44. 菜包鸡……(90)
45. 宫爆鸡丁……(91)
46. 沙什件……(91)
47. 熘松花……(92)
48. 滑蛋青瓜……(93)
49. 烧熘蛋卷……(93)
50. 香蕉锅炸……(94)

汤 菜

1. 鸡茸豆花汤……(95)
2. 口蘑锅巴汤……(96)
3. 酸辣鱿鱼汤……(96)
4. 砂锅什锦……(97)
5. 余虾球……(98)
6. 鸡汤青椒脊丝……(99)
7. 鸡汤鱼块……(99)
8. 余鱼腹……(100)
9. 余洋粉……(100)
10. 肉片海参汤……(101)

套 菜(一)

1. 五 香 牛 肉 条

主料：生牛肉500克。

配料：清水1 500克。

调料：精盐、酱油、料酒各适量，药料袋（适量的大葱、鲜姜、大料、大茴香籽、桂皮、丁香）一个。

做法：（1）将牛肉切成2~3块，放入凉水内浸泡两小时后，用开水焯一下，再用冷水洗净待用。

（2）锅内放水1 500克，用旺火烧开，放入牛肉，汤开时撇出浮沫，煮30分钟左右，加精盐、酱油、料酒、药料袋。

（3）用慢火煮，待肉熟烂时捞出，凉透，用刀改成条，整齐码在盘中。

特点：味咸，醇香，紫红色。

2. 什 锦 拉 皮

主料：生肉丝75克，粉皮250克。

配料：豆芽、菠菜、胡萝卜丝、白菜丝、青萝卜丝各100克，哲头50克，海米（水发好的）15克，香菜少许，熟豆油50克，香油15克。

调料：精盐、味素、酱油、麻酱、醋、辣椒油、芥菜（水发

好的)、蒜泥、香油各适量。

做法: (1) 把肉丝炒熟备用。豆芽、菠菜用开水稍烫后捞出,用冷水投凉,捞出沥干待用。

(2) 把各种丝,按不同颜色调配好,整齐码成菱形块,然后把改好刀的粉皮放在上面,再放上哲头丝、熟肉丝、海米和香菜段。然后将各种调料对成汁,浇上即成。

特点: 酸、辣、咸、鲜。

3. 素炆菠菜

主料: 菠菜500克。

配料: 熟豆油75克。

调料: 精盐、味素、花椒粒、姜末等适量。

做法: (1) 菠菜摘去废叶和根,洗净,用开水烫透捞出,速用冷水投凉,沥干水装入大碗内。

(2) 炒勺放油烧热,然后放花椒粒炸出香味,略凉一下,浇在菠菜上,闷一会。再加精盐、姜末拌匀。

(3) 叶上半部用刀改成三角块,根部用刀改成3厘米的段,三角菠菜块围边,中间放菠菜段。

特点: 造型讲究,翠绿,鲜香。

4. 糖醋瓦块鱼

主料: 鲤鱼一条,750克左右。

配料: 豆油、青豆、胡萝卜丁适量。

调料: 盐、味素、白糖、醋、淀粉各适量。

- 做法:** (1) 将鲤鱼刮鳞, 去鳃, 除内脏, 洗净。头部切下, 尾部斜刀切下, 左手将鱼在菜墩上按稳, 右手握刀从鱼背部下刀片下鱼肉, 去皮, 切成3厘米的段, 然后用刀顺着3厘米的段斜刀片下, 第一刀片到 $\frac{3}{4}$ 时, 抽出刀再从第二片处片到底, 形成二片连在一起的瓦块形状。
- (2) 将二个鸡蛋和淀粉抓成糊状, 将瓦块形鱼片沾匀糊, 在4~5成热油中炸成金黄色, 码在鱼池中间。鱼头、鱼尾分别炸透摆好。
- (3) 勺内留底油, 放入配料和调料勾成汁, 然后用二个红樱桃点一下鱼眼睛, 将汁浇在鱼身上即成品。
- 特点:** 形状美观, 外焦里嫩, 酸甜微咸。

5. 油爆鱿鱼卷

主料: 鱿鱼500克(水发好的)。

配料: 豆油、青豆适量。

调料: 盐、味素、料酒、淀粉、葱、姜各适量。

- 做法:** (1) 将鱿鱼里朝上, 顺着鱿鱼一个角度切成 $\frac{3}{4}$ 深的斜坡刀, 再从另一个角度交叉成 $\frac{3}{4}$ 深的斜直刀, 把鱿鱼切成4~8块, 用热水焯一下, 待鱿鱼卷成麦穗形时捞出待用。
- (2) 待勺内油六七成热时, 将焯好的鱿鱼下入勺内, 迅速捞出控净油分。
- (3) 用大碗装拌匀的高汤, 再加入盐、味素和淀粉对成汁。

- (4) 勺内留底油，下葱丝、姜丝，待出香味时放入鱿鱼卷和配料，用料酒烹一下，去掉斜味，再倒入对好的汁，翻炒勺速点明油出勺，装盘。

特点：形如麦穗，清淡可口。

6. 香酥鸡

主料：白条鸡一只1 000克左右。

调料：熟豆油、酱油、盐、味素、十三香、葱、姜各适量。

做法：(1) 将白条鸡从背部开膛，用清水洗净，白布沾净，用刀背把鸡的主要大骨拍碎，用盐、十三香粉、酱油擦遍鸡的全身，装盆内并在鸡身上放上葱、姜块，然后上屉蒸至断生时捞出（约40分钟）。

- (2) 炒勺内放熟油，烧五六成热时下鸡炸一下，把鸡捞出，用干净白布把鸡按一下，使鸡肉和骨离开，再放入七八成热油中，炸成金红色为止。

特点：色红，酥烂，干香可口。

注：上桌时沾麻椒盐食用（麻椒盐即是古月面或胡椒粉、精盐、味素的混合物）。

7. 炸茄盒

主料：去皮茄子250克，猪肉馅100克。

配料：三个鸡蛋的蛋清，豆油、淀粉、面粉适量。

调料：香油、精盐、味素、葱末、姜末适量。

做法：(1) 把去皮茄子切1厘米厚，2厘米宽，3厘米长的夹刀片。

- (2) 把肉馅放在碗里，加精盐，味素、姜末，香油，

拌均匀。鸡蛋清顺着一个方面打成糊状，加淀粉，面粉搅拌均匀。每一个茄片里镶入肉馅。

- (3) 炒勺内放宽油，油烧至三四成熟时，把夹肉馅的茄盒，沾一层蛋泡糊，下油勺中炸透，捞出装盘，上桌（沾麻椒盐食用）。

特点：松香鲜嫩。

注：不一定非用蛋清糊炸茄盒，用鸡蛋（蛋清、蛋黄，加淀粉、面粉搅成的糊炸也可以。

8. 水边羊肉

主料：羊肉300克。

配料：香菜段、笋片少许，清水1 000克。

调料：盐、味素、醋、胡椒粉、葱、姜丝各适量。

做法：(1) 羊肉切成薄片，放入烧开的1 000克清水中，焯一下断生捞出，放在汤碗肉。

- (2) 用手勺撇出炒勺内的浮沫，加入笋片、盐、醋、胡椒粉，找准口，放味素，放香菜段，倒入装羊肉的汤碗内即成为成品。

特点：麻辣，酸，咸，爽口。

套菜（二）

1. 鸡丝洋粉

主料：熟鸡丝100克，洋粉200克。

配料：黄瓜150克，金丝蘑150克，海米15克，香菜少许，香油15克，熟豆油50克。

调料：精盐、味素、酱油、醋、辣椒油、芥菜（水发好的）蒜泥、香油各适量。

做法：（1）把黄瓜切成丝，把金丝蘑用水烫一下，再用凉水投凉，待用。

（2）把鸡丝炒熟，再加盐、料酒、味素待用。

（3）把金丝蘑，黄瓜丝码成一个大菱形块，再放改好刀的洋粉，再放鸡丝和海米、香菜段，然后将各种调料对成的汁浇上即成。

特点：色彩斑斓，清凉爽口。

2. 油菜卷拼五香驴肉

主料：五香驴肉300克，油菜300克。

调料：豆油、盐、花椒粒、味素、葱丝、姜丝各适量。

做法：（1）把油菜去根，洗净，掰开，不用油菜心，用开水焯一下（先下根，基本断生再下叶），用冷水投凉，装大碗内。

（2）放上葱丝、姜丝，浇上炸好的花椒油，加精盐、味素拌均匀。

（3）油菜入味后、把油菜根部来回叠成4厘米长的段，用油菜叶捆住中间，放在盘中外围。

（4）把五香驴肉条依次的放在盘底，好的盖面，放在油菜中间。

特点：绿中紫酱色，清淡醇香。

注：五香驴肉制法和五香牛肉一样，也可用五香牛肉或五香羊肉代替。

3. 酸黄瓜拼胡萝卜

腌制法:

主料: 嫩黄瓜1 500克, 胡萝卜500克。

配料: 香菜250克, 青、红椒各250克。

调料: 精盐、白酒、香菜叶、蒜瓣各适量。

做法: (1) 黄瓜去根, 胡萝卜去皮洗净, 分别用开水焯一下捞出, 沥净水分, 摆在坛中一层黄瓜, 一层调料, 再一层胡萝卜, 又一层调料, 摆好即可,
(2) 用石头压住, 腌浸两天后, 再加凉开水, 把黄瓜, 胡萝卜浸没。待坛内长浮一层白皮时即可食用。

特点: 味酸, 鲜嫩, 质脆。

拼摆: (1) 将黄瓜滚刀切成桔子瓣型, 把酸胡萝卜用同样刀法切成桔子瓣型。

(2) 将切好的胡萝卜, 用凉水浸泡3分钟后, 再放白糖中, 浸制30分钟待用。

(4) 把酸黄瓜在盘中间堆好, 再把胡萝卜瓣二个一组, 里小外大, 摆在酸黄瓜堆外围即成。

特点: 红、绿鲜明, 酸中微甜, 形状美观。

注: 家庭没有腌制条件, 可用酸黄瓜罐头代替, 胡萝卜切成滚刀块, 用热水烫一下, 用盐腌一下, 再用清水投净, 用糖浸泡30分钟即可拼摆。

4. 糖拌西红柿

主料：西红柿500克。

配料：黄瓜根一个。

调料：白糖50克。

做法：(1) 将洗好的西红柿用刀尖去根，用滚刀法把西红柿切成桔子瓣形备用。

(2) 将黄瓜根顺着切成二半，拿一半大头朝下，再用斜刀切成后边相连的八九薄片，用刀拍一下，在盘中摆成三角形，中间放西红柿。食用时放糖。

注：因早放糖，西红柿会被糖杀出汤，看上去不干净，又失去大量维生素。最好在客人都上桌时放糖。

5. 炝拼两样

主料：油菜500克，香肠75克。

配料：胡萝卜一根，香菜少许，豆油适量。

调料：精盐、味素、花椒粒各适量。

做法：(1) 将油菜去叶，洗净，用刀切3厘米的段，胡萝卜洗净，用刀切成又薄又窄的3厘米段，分别用开水焯断生捞出，用冷水投凉待用。

(2) 勺内加少许豆油，将油烧开，离火降油温，下花椒粒炸成花椒油。

(3) 把主配料放在大碗内，加精盐、味素，浇上炸好的花椒油，少许香菜段拌匀。

- (4) 把香肠斜刀切成15片以下，再把香肠一片压一片摆成五六片为一组，共三组，成三角形，中间放炆好的油菜。

特点：红绿鲜明，荤素搭配，增加营养素，促进食欲。

6. 香烹鸡

主料：净白条鸡一只，重750克。

配料：豆油适量，香菜段少许。

调料：酱油、料酒、味素、白糖、醋、精盐、葱、姜、蒜、香油、肉料、桂皮、白芷、葱仁、丁香各适量。

做法：(1) 将鸡摘洗干净，从鸡背开膛，将鸡眼挖去，用刀搅拌背骨数刀，用刀背轻轻砸翅骨和腿骨，注意不要破皮。

(2) 葱分别切段和丝，姜分别切片和丝，蒜切片，香菜切段。

(3) 酱油、精盐、味素、肉料、香油、葱段、姜片、白糖放入盆内拌一下。将鸡放入盆中腌两小时（腌时翻转鸡身，入味均匀），入味后，上笼屉蒸两小时，酥烂取出，控净汤汁，拣出配料。

(4) 将鲜汤、料酒、酱油、精盐、味素、白糖，配香菜段、香油对成调味汁。

(5) 勺内放油烧7成热时，将鸡放入勺内炸酥鸡皮，呈金黄色时捞出，控净油分，勺内留底油，用葱、姜丝，蒜片炆锅，将鸡脯向下，用对成的汁烹一下，翻勺，装盘。

特点：色泽金黄，皮酥肉烂，味香咸鲜。