

鱼 · 虾 · 蟹肴

黄镜生 冼月心 / 编著



广西科学技术出版社

75.922.125

鱼 · 虾 · 蟹 肴

黄镜生 冼月心/编著

广西科学技术出版社

(桂)新登字 06 号

鱼·虾·蟹肴

黄镜生 沈月心 编著

*

广西科学技术出版社出版

(南宁市东葛路 38 号 邮政编码 530022)

南宁地区印刷厂印刷

(南宁市友爱南路 39 号 邮政编码 530001)

*

开本 787×1092 1/32 印张 8.25 插页 2 字数 184 000

1994 年 10 月第 1 版 1997 年 7 月第 2 次印刷

印 数: 3 001—6 000

ISBN 7-80619-137-2

TS·3

定价: 9.20 元

本书如有倒装缺页, 请与承印厂调换。

目 录

一、淡水鱼类（107种）

（一）鳊鱼（俗称桂鱼）

糖醋脆皮桂鱼	〈炸法〉	（湖南）	（1）
炸熘桂鱼	〈熘法〉	（浙江）	（2）
清蒸桂鱼	〈蒸法〉	（广东）	（3）
干蒸鳊鱼	〈蒸法〉	（山东）	（4）
醋椒鱼	〈炖法〉	（北京）	（4）
蚕丝鱼饼	〈煎法〉	（安徽）	（5）
菊花香酥鱼	〈酥法〉	（安徽）	（5）
烟熏鳊鱼	〈熏法〉	（安徽）	（6）
金钱锅贴鱼	〈贴法〉	（安徽）	（7）
盐水鱼片	〈煮法〉	（安徽）	（7）
大酱鳊鱼	〈烧法〉	（朝鲜）	（8）
法式香桃烤鱼	〈烤法〉	（西菜）	（9）
铁扒鳊鱼	〈扒法〉	（西菜）	（9）
酿焗桂鱼	〈酿、焗法〉		（10）
白爆桂鱼丁	〈爆法〉		（11）
水晶桂鱼	〈汤法〉		（12）

（二）青鱼

醋椒活鱼	〈煮法〉	（山东）	（13）
------	------	------	------

青鱼煽	〈煽法〉	(江苏)		(13)
鸡汤鱼卷	〈汤法〉	(北京)		(14)
熘青鱼片	〈熘法〉	(朝鲜)		(15)
酥炸西湖鱼	〈炸法〉			(16)
煎糟青鱼	〈煎法〉			(16)
白酸烤青鱼	〈烤法〉			(18)
爆川鱼	〈爆法〉			(18)
红烧头尾	〈烧法〉			(19)
扒酿青鱼卷	〈扒、酿法〉			(20)
香熏青鱼	〈熏法〉			(20)
侉炖青鱼	〈炖法〉			(21)
煽青鱼肠	〈煽法〉			(22)
酱汁活鱼	〈酱法〉			(22)
熟拌青鱼	〈拌法〉			(23)

（三）鲫鱼

干烧绍子鲫鱼	〈烧法〉	(四川)		(24)
炆锅鱼	〈炆法〉	(四川)		(24)
鲫肋酥豆腐	〈汤法〉	(福建)		(25)
怀胎鲫鱼	〈煨法〉	(湖南)		(26)
焦熘鲫鱼	〈熘法〉			(27)
砂仁鲫鱼	〈炖法〉			(27)
酱鲫鱼	〈酱法〉			(28)
烟熏鲫鱼	〈熏法〉			(28)
卤鲫鱼	〈卤法〉			(29)
余牡丹鲫鱼	〈余法〉			(30)

(四) 草鱼 (俗称鲢鱼、棍鱼)

五丝红蒸鱼	〈蒸法〉	(江苏).....	(30)
五柳居	〈氽法〉	(福建).....	(31)
西湖全鱼	〈炸法〉	(广东).....	(32)
酥炸鲢鱼肠	〈酥、炸法〉	(香港).....	(32)
芙蓉鲢鱼饼	〈煎法〉	(香港).....	(33)
黄焖草鱼	〈焖法〉	(朝鲜).....	(33)
锅贴鲢鱼块	〈贴法〉		(34)
熏鲢鱼	〈熏法〉		(34)
煎焗鲢鱼	〈煎、焗法〉		(35)
拌鱼片	〈拌法〉		(36)

(五) 鲤鱼

软溜鲤鱼	〈溜法〉	(福建).....	(36)
糖醋太湖鲤	〈炸法〉	(江苏).....	(37)
煎转鲤鱼	〈煎、熬法〉	(山东).....	(38)
糯米炖鲤鱼	〈炖法〉	(香港).....	(39)
奶汤锅子鱼	〈汤法〉	(陕西).....	(39)
香草炖鲤鱼	〈炖法〉	(法国).....	(40)
熏鲤鱼片	〈熏法〉		(41)
红烧鲤腹	〈烧法〉		(41)

(六) 黑鱼 (俗称乌鳢、乌鱼)

黑鱼过桥	〈氽法〉	(江苏).....	(42)
油爆乌鱼花	〈爆法〉	(广东).....	(43)

豉油蒸生鱼	〈蒸法〉	(广东).....	(44)
干烤乌鱼块	〈烤法〉		(44)

（七）鳙鱼（又名胖头鱼、花鲢鱼）

清蒸肥头	〈蒸法〉	(四川).....	(45)
烩鳙鱼头	〈烩法〉	(广东).....	(46)
豆瓣胖头鱼	〈炸法〉		(47)
砂锅鱼头豆腐	〈汤法〉		(47)

（八）鳊鱼

红烧武昌鱼	〈烧法〉	(湖北).....	(48)
清蒸鳊鱼	〈蒸法〉	(广东).....	(49)
虾、蟹烩鳊鱼	〈烩法〉	(广东).....	(49)
奶汤鳊鱼	〈汤法〉	(福建).....	(50)

（九）白鱼

清蒸白鱼	〈蒸法〉	(安徽).....	(50)
网包白鱼	〈蒸法〉	(江苏).....	(51)
烩白鱼	〈烩法〉		(52)
烟熏白鱼	〈熏法〉		(52)

（十）刀鱼

清蒸刀鱼	〈蒸法〉	(安徽).....	(53)
红烧刀鱼	〈烧法〉	(江苏).....	(53)
炸烹刀鱼段	〈炸法〉		(54)
刀鱼羹	〈汤法〉		(55)

《十一》鲛鱼

- 煎封酿鲛鱼 〈酿、炸法〉 (广东) (56)
清蒸大鲛鱼 〈蒸法〉 (广东) (56)
生菜鲛鱼球汤 〈汤法〉 (57)

《十二》塘鳢鱼

- 蜜汁塘鳢鱼 〈炸法〉 (57)
清炒塘鳢鱼片 〈炒法〉 (58)
芙蓉氽塘鳢鱼片 〈氽法〉 (59)

《十三》甲鱼 (又名鳖、圆鱼、水鱼、团鱼)

- 清蒸甲鱼 〈蒸法〉 (北京) (59)
虫草炖甲鱼 〈炖法〉 (江苏) (60)
瓦罉煨水鱼 〈焖法〉 (广东) (61)
红扣水鱼 〈扣法〉 (广东) (62)
酿甲鱼 〈酿、炖法〉 (安徽) (63)

《十四》鳝鱼 (俗称黄鳝)

- 椒盐“傻”鳝 〈炸法〉 (香港) (64)
干煸鳝丝 〈炒法〉 (四川) (64)
生爆鳝丝 〈爆法〉 (江苏) (65)
红烧鳝鱼段 〈烧法〉 (江苏) (65)
回酥鳝鱼 〈酥法〉 (安徽) (66)
韭黄烩鳝羹 〈烩法〉 (广东) (67)
清炖鳝鱼 〈炖法〉 (湖北) (67)

蒜泥鳊背	〈扣法〉	(安徽).....	(68)〉
辣炒鳊鱼片	〈炒法〉	(朝鲜).....	(68)〉

(十五) 河鳊(俗称白鳊)

红煨白鳊	〈煨法〉	(湖南).....	(69)〉
清蒸白鳊	〈蒸法〉	(安徽).....	(70)〉
七星鱼丸汤	〈汤法〉	(福建).....	(70)〉
锅烧河鳊	〈烧法〉		(71)〉
黄焖河鳊	〈焖法〉		(72)〉

(十六) 泥鳅

酥炸泥鳅	〈炸法〉	(安徽).....	(73)〉
泥鳅两味	〈煎、汤法〉	(香港).....	(74)〉
开城泥鳅穿豆腐	〈汤法〉	(朝鲜).....	(74)〉

二、咸水鱼类(130种)

(一) 黄鱼

生煎鱼包	〈煎法〉	(福建).....	(76)〉
炸熘黄鱼	〈炸、熘法〉	(浙江).....	(77)〉
白炒鱼片	〈炒法〉	(福建).....	(78)〉
脯酥全鱼	〈酥法〉	(广东).....	(78)〉
熬黄花鱼	〈熬法〉	(山东).....	(79)〉
生熏大黄鱼	〈熏法〉	(山东).....	(80)〉
雪笋黄鱼汤	〈汤法〉	(安徽).....	(80)〉
绣球全鱼	〈蒸法〉	(广东).....	(81)〉

煮出骨大黄鱼	〈煮法〉	(西菜)		(82)
面包粉炸小黄鱼	〈炸法〉	(西菜)		(82)
西班牙式煎小黄鱼	〈煎法〉	(西菜)		(83)

（二）比目鱼（又称牙鲆、偏口、牙片、左口）

烤比目鱼	〈烤法〉	(江苏)		(84)
清煎比目鱼	〈煎法〉	(西菜)		(84)
软炸比目鱼	〈炸法〉	(西菜)		(85)
生焗出骨比目鱼	〈焗法〉	(西菜)		(86)
爆鱼丁	〈爆法〉			(86)
滑溜鱼片	〈溜法〉			(87)
炒鱼松	〈炒法〉			(87)
酥炸鱼	〈炸法〉			(88)
扣鱼	〈扣法〉			(88)

（三）鲈鱼（俗称花寨、花鲈）

锅贴鲈鱼	〈贴法〉	(广东)		(89)
锅煽鲈鱼	〈煽法〉	(江苏)		(90)
软溜鲈鱼	〈溜法〉	(浙江)		(91)
菊花鲈鱼	〈酥法〉	(福建)		(92)
香滑鲈鱼球	〈烩法〉	(广东)		(93)
奶油烤鲈鱼	〈烤法〉	(西菜)		(93)
洋苏草鲈鱼片	〈炸法〉	(法国)		(94)
农家鲈鱼扒	〈扒法〉	(匈牙利)		(95)
红烧鲈鱼	〈烧法〉			(95)

（四）银鱼（又称面条鱼、面丈鱼）

干炸银鱼	〈炸法〉	(江苏).....	(96)
清蒸瓢馅银鱼	〈蒸法〉	(北京).....	(96)
银鱼火锅	〈汤法〉	(湖南).....	(97)
咖喱银鱼	〈炸法〉	(西菜).....	(98)
炆银鱼	〈炆法〉		(98)
煎银鱼	〈煎法〉		(99)
五彩银鱼	〈炒法〉		(99)
银鱼烩豆腐	〈烩法〉		(100)
烟熏银鱼	〈熏法〉		(100)

(五) 鲳鱼 (又称银鲳、平鱼、白鲳、车片鱼)

焗鲳鱼	〈焗法〉	(西菜).....	(101)
英国式炸银鲳鱼	〈炸法〉	(西菜).....	(102)
茄汁鲳鱼	〈煨法〉		(103)
烤鲳鱼	〈烤法〉		(103)
干烧银鲳鱼	〈烧法〉		(104)
红蒸鲳鱼	〈蒸法〉		(105)
酱焖银鲳鱼	〈焖法〉		(106)
荔枝银鲳鱼	〈熘法〉		(106)
美味烟鲳鱼	〈熏法〉		(107)

(六) 鲢鱼 (又称马鲛、燕鱼)

潮州鱼丸	〈煮法〉	(广东).....	(108)
糖醋酥鱼	〈炸法〉	(浙江).....	(109)
干烧鲢鱼片	〈烧法〉	(朝鲜).....	(109)
软煎鲢鱼	〈煎法〉	(西菜).....	(110)

罐焖鲑鱼段	〈焖法〉	(西菜).....	(110)
铁扒鲑鱼	〈扒法〉	(西菜).....	(111)
樱桃鲑鱼丁	〈炒法〉		(112)

(七) 加吉鱼 (又称真鲷、铜盆鱼、加拉鱼)

干蒸加吉鱼	〈蒸法〉	(山东).....	(113)
酿鲷鱼	〈酿法〉	(法国).....	(114)
埃及烤鱼	〈烤法〉	(埃及).....	(114)
烤加吉鱼	〈烤法〉		(115)
白汁加吉鱼	〈熘法〉		(116)

(八) 鲑鱼

毛峰熏鲑鱼	〈熏法〉	(安徽).....	(116)
清蒸鲑鱼	〈蒸法〉	(江苏).....	(117)
葱烤鲑鱼	〈烤法〉	(安徽).....	(118)
酒酿蒸鲑鱼	〈酿法〉		(119)
红烧鲑鱼	〈烧法〉		(119)

(九) 鳊鱼 (又称鲢鱼、白鲢鱼、曹白鱼)

葱煨曹白鱼	〈煨法〉		(120)
红烧鳊鱼	〈烧法〉		(121)
清蒸网油鳊鱼	〈蒸法〉		(121)
奶油炖鳊鱼	〈炖法〉		(122)
雪菜汤鳊鱼	〈汤法〉		(123)

(十) 鲈鱼 (俗称青花鱼、油筒、花鲈)

红烧鲈鱼	〈烧法〉	(123)
鲈鱼香椿头	〈焖法〉	(124)
鲈鱼蒸蛋	〈蒸法〉	(125)
小白菜熬鲈鱼	〈熬法〉	(125)

(十一) 带鱼

清蒸钓带	〈蒸法〉	(浙江).....(126)
红烧带鱼段	〈烧法〉	(广东).....(126)
干煎带鱼	〈煎法〉	(127)
炸带鱼块	〈炸法〉	(128)

(十二) 石斑鱼

烟肉石斑卷	〈煎法〉	(香港).....(128)
脆皮石斑鱼	〈炸法〉	(129)
酿焗石斑鱼	〈酿、焗法〉	(129)
石斑鱼汤	〈汤法〉	(130)

(十三) 梭鱼(俗称红眼鱼、肉棍子)

匈牙利冷梭子鱼	〈煮法〉	(匈牙利).....(131)
茄汁煎鱼排	〈煎法〉	(西菜).....(131)
番茄焖梭鱼	〈焖法〉	(西菜).....(132)
糟熘梭鱼片	〈熘法〉	(133)

(十四) 鲷鱼(又称牛舌头鱼、鲷米、狗舌头鱼)

奶油鲷鱼片	〈煮、炸法〉	(法国).....(133)
煎蒸鲷鱼段	〈煎、蒸法〉	(134)

清烤鲷鱼段〈烤法〉	(135)
清蒸鲷鱼段〈蒸法〉	(135)

（十五）鳕鱼

烤鱼片	〈烤法〉	（法国）	(136)
蒜汁鳕鱼	〈烤法〉	（德国）	(136)
煎鳕鱼	〈煎法〉	（德国）	(137)
炸鳕鱼	〈炸法〉	（阿拉伯）	(137)

（十六）黄菇鱼（又称铜罗鱼、黄婆鱼）

清炖黄菇鱼	〈炖法〉	(138)
黄焖黄菇鱼	〈焖法〉	(139)

（十七）鲨鱼

醋熘鲨鱼	〈熘法〉	(140)
炸烹鲨鱼段	〈炸法〉	(140)

（十八）鳉鱼

干炸鳉鱼	〈炸法〉	（法国）	(141)
蘑菇烤鳉鱼	〈烤法〉	（德国）	(142)

（十九）鲟鱼

铁扒鲟鱼	〈扒法〉	（匈牙利）	(142)
匈式烤鲟鱼	〈烤法〉	（匈牙利）	(143)

（二十）海鳗（又称狼牙鳗）

福建鱼丸	〈煮法〉	(福建)	(143)
煎糟鳗鱼	〈煎法〉	(福建)	(144)
注油鳗鱼	〈炸法〉	(福建)	(145)
红烧海鳗	〈烧法〉	(浙江)	(146)
清炖鳗鱼段	〈炖法〉		(146)
红焖鳗鱼堆	〈焖法〉		(147)

(二十一) 鱿鱼

白烩鱿鱼	〈烩法〉	(安徽)	(148)
油爆鱿鱼卷	〈爆法〉	(福建)	(149)
干煸鱿鱼丝	〈炒法〉	(四川)	(150)
白焯鲜鱿	〈氽法〉	(香港)	(150)
原汤鱿鱼	〈汤法〉	(福建)	(151)
辣炒鱿鱼丝	〈炒法〉	(朝鲜)	(151)
拌鱿鱼丝	〈拌法〉	(朝鲜)	(152)
油氽鱿鱼	〈炸法〉		(152)
炆鱿鱼卷	〈炆法〉		(153)

(二十二) 墨鱼

酿墨鱼	〈酿法〉	(法国)	(154)
拌墨鱼	〈拌法〉	(朝鲜)	(155)
酱爆墨鱼卷	〈爆法〉		(155)
椒盐墨鱼卷	〈炸法〉		(156)
墨鱼大烤	〈烤法〉		(156)
麻辣墨鱼	〈氽法〉		(157)
炒墨鱼球	〈炒法〉		(158)

炆墨鱼花 〈炆法〉(158)

(二十三) 章鱼 (又称八带鱼、蛸)

炒八带鱼 〈炒法〉 (山东)(159)

拌章鱼丝 〈拌法〉 (朝鲜)(160)

尼斯炖章鱼 〈炖法〉 (法国)(160)

芫爆章鱼 (爆法)(161)

盐水章鱼 (煮法)(161)

烤章鱼 (烤法)(162)

三、虾类 (15种)

炸虾铃 〈炸法〉 (山东)(163)

生抽焗虾仁 〈焗法〉 (香港)(163)

芝麻虾饼 〈煎法〉 (安徽)(164)

熟炆虾仁 〈炆法〉 (江苏)(164)

翠绿酿虾扇 〈酿法〉 (广东)(165)

余鸡茸虾球 〈余法〉 (北京)(165)

酸辣虾羹汤 〈汤法〉 (四川)(166)

香蕉酥虾丸 〈酥法〉 (香港)(167)

虾珠扣白玉 〈扣法〉 (福建)(167)

醉鲜虾 〈醉法〉 (四川)(168)

油爆大虾 〈爆法〉 (浙江)(169)

凤尾虾 〈炒法〉 (湖南)(169)

青炒虾仁 〈炒法〉 (朝鲜)(170)

蒜味烤大虾 〈烤法〉 (意大利)(171)

红绿蟹虾拼盘	〈煮法〉	(法国).....	(171)
--------	------	-----------	-------

四、蟹类(14种)

煎蟹盒	〈煎法〉	(江苏).....	(173)
熘黄青蟹	〈熘法〉	(浙江).....	(173)
炸面包蟹塔	〈炸法〉	(福建).....	(174)
锅贴蟹托	〈贴法〉	(安徽).....	(175)
蟹肉一品瓜	〈烩法〉	(广东).....	(176)
蒸大红羔蟹	〈蒸法〉	(广东).....	(176)
蟹羹	〈汤法〉	(安徽).....	(177)
熘蟹黄	〈熘法〉	(山东).....	(178)
拌毛蟹肉	〈拌法〉	(朝鲜).....	(178)
盐水毛蟹	〈煮法〉	(朝鲜).....	(179)
烤海蟹	〈烤法〉	(西菜).....	(179)
油焗肉蟹	〈焗法〉		(180)
酱爆毛蟹	〈爆法〉		(180)
糟余螃蟹	〈余法〉		(181)

五、贝、螺、蛎、蛭、蛤、蜇、蚶、蚬、蚌类(55种)

(一) 贝

蒸干贝蒜瓣	〈蒸法〉	(湖南).....	(182)
干贝四丝	〈煨法〉	(山东).....	(183)
水晶干贝	〈蒸法〉	(福建).....	(183)