

中國名菜譜

第十一輯

云南、貴州、广西名菜点



中国名菜谱

第十一辑

云南、贵州、广西名菜点

商业部饮食服务业管理局编

轻工业出版社

1965年·北京

PDG

內 容 介 紹

中国名菜谱是以总结介绍我国各地名菜、名点的制作方法，继承和发扬祖国优良的烹饪技艺为目的。

本辑专门介绍云南、贵州、广西三个省区的名菜点。

滇菜(云南菜)、黔菜(贵州菜)和桂菜(广西菜)的烹调艺术，在我国享有一定的声誉。滇菜以蒸、炸、烧、炒为主，口味偏重于酸、辣、麻、甜；黔菜擅长煎、炒、炸、焗，品味鲜而不腥、油而不腻；桂菜以对山珍野味的烹调方法著称，能烹制出菜的本味，味道以鲜香、酸甜、微辣为特点。本辑共介绍了滇、黔、桂三个省区的名菜一百零六种，滇、黔名点二十一种。

本书对于各种菜点的制作方法，叙述尽量从详，并对有些菜点名称的来历和特殊用料作了必要的注解。原料用量均按十两制计算。

本书是由商业部饮食业服务管理局在云南省商业厅、昆明市福利局、贵州省商业厅、广西僮族自治区商业厅、南宁市饮食服务管理处的大力支持下，组织名店名厨师编写而成。可供全国各地饮食业职工、厨师和厨师训练班或有关学校的师生学习参考。

飲食
知識
PDG

目 录

名 菜

(滇 菜)

- | | |
|---------------------|--------------------|
| 一、汽锅鸡…………… (5) | 三二、蹄花…………… (38) |
| 二、酥炸竹蛭…………… (7) | 三三、烂肉…………… (39) |
| 三、红烧鹿筋…………… (8) | 三四、炒乳饼丝…………… (39) |
| 四、菠菜丸子…………… (9) | 三五、酱爆螺肉…………… (40) |
| 五、火夹乳饼…………… (10) | 三六、酸辣螺黄…………… (41) |
| 六、鸡绒豆花…………… (11) | 三七、金钱火腿…………… (42) |
| 七、生煎鸡霖…………… (12) | 三八、板栗红烧肉…………… (43) |
| 八、凉拌北风菌…………… (13) | 三九、风干肉…………… (44) |
| 九、清汤鸭舌掌…………… (14) | 四十、炸乳扇…………… (44) |
| 十、宁葱炒火腿…………… (15) | 四一、花生酱…………… (46) |
| 十一、网油野鸡卷…………… (16) | 四二、夹沙肉…………… (47) |
| 十二、清汤甜笋…………… (17) | 四三、子姜蒸鸭…………… (47) |
| 十三、鸡丝虎掌…………… (18) | 四四、口袋肉…………… (48) |
| 十四、烧火腿…………… (19) | 四五、羊肚菌焗火连肉… (49) |
| 十五、蜜腊火腿…………… (20) | 四六、鸡片鲜核桃…………… (50) |
| 十六、八宝松仁蒸鸡…………… (21) | 四七、炒干巴菌…………… (51) |
| 十七、梨窝鸡丁…………… (22) | 四八、清蒸金线鱼…………… (52) |
| 十八、黑芥炒肉丝…………… (23) | 四九、紫盖肉…………… (53) |
| 十九、桃花鲜鲤鱼…………… (24) | 五十、生煎脊肉…………… (54) |
| 二十、鸡腰烩脊髓…………… (25) | 五一、老派子鸡…………… (55) |
| 二一、红烧鸡霖…………… (26) | 五二、冷片壮牛肉…………… (56) |
| 二二、大嫩熊掌…………… (27) | 五三、武定壮凉鸡…………… (57) |
| 二三、五香生炸火雀…………… (28) | 五四、砂锅全鱼…………… (58) |
| 二四、汤爆肚头…………… (29) | 五五、清汤鱼…………… (61) |
| 二五、叉烧网油松子鱼… (30) | 五六、松花冻鱼…………… (62) |
| 二六、剁蒸肉…………… (32) | 五七、乳扇包鱼…………… (63) |
| 二七、翻花乌鱼…………… (32) | 五八、红嫩鳊鱼…………… (63) |
| 二八、柴把乌鱼…………… (33) | 五九、干炸螞蚱…………… (64) |
| 二九、蒜头炒刹鸡…………… (35) | (桂 菜) |
| 三十、酿青头菌…………… (35) | 六十、去骨全鱼…………… (65) |
| 三一、锅贴乌鱼…………… (37) | 六一、家乡肥鸡…………… (67) |
| | 六二、红扣山甲…………… (69) |

- 六三、鸳鸯扣果狸……………(71)
 六四、上湯鱼角……………(72)
 六五、铁扒沙鲑……………(74)
 六六、凤凰金錢牛……………(75)
 六七、鷄咀嫩鷓鴣……………(76)
 六八、玻璃鸡片竹荪……………(78)
 六九、烧焗鑲禾雀……………(79)
 七十、红炆抓鸡虎……………(80)
 七一、炒滑鱼鼓……………(81)
 七二、檸檬泡皮鷄……………(82)
 七三、鱈油假鮑鱼……………(83)
 七四、花胶嫩海狗……………(85)
 七五、炸莲蓉乳鷄……………(86)
 七六、西湖香酥鴨……………(87)
 七七、酿豆腐……………(89)
 七八、煎焗鴨……………(90)
 七九、冻食春卷……………(92)
 八十、碧綠百花鑲牛尾…(93)
 八一、椒盐乳鷄……………(95)

(黔菜)

- 八二、宫保鸡……………(96)
 八三、炮竹鸡……………(97)

- 八四、玻璃鸡……………(98)
 八五、鸡绒银条……………(99)
 八六、酱汁全鴨……………(99)
 八七、八宝娃娃鱼……………(100)
 八八、软犇鱼……………(102)
 八九、盐酸鱼……………(102)
 九十、金錢肉……………(104)
 九一、虎皮肉……………(105)
 九二、盐酸扣肉……………(105)
 九三、烧如意乳猪……………(106)
 九四、龙爪鱼翅……………(108)
 九五、锅巴海参……………(109)
 九六、什锦大品锅……………(110)
 九七、湯泡肚尖……………(112)
 九八、网油腰柳……………(112)
 九九、辣子酱……………(113)
 一〇〇、菊花鷄蛋……………(114)
 一〇一、金錢菱夹……………(115)
 一〇二、火腿冻菌……………(116)
 一〇三、蟾蛙锅烙豆腐…(116)
 一〇四、附油蓮米……………(117)
 一〇五、炸羊尾……………(118)
 一〇六、竹荪银耳……………(119)

名小吃

(滇点)

- 一〇七、过桥米线……………(120)
 一〇八、小锅卤饵块……………(124)
 一〇九、烧饵块……………(125)
 一一〇、羊血米线……………(126)
 一一一、鑲宝珠梨……………(127)
 一一二、火腿豆焖饭……………(128)
 一一三、紫米稀饭……………(129)
 一一四、什锦凉米线……………(130)
 一一五、昭通面……………(131)
 一一六、洗沙荞包……………(132)
 一一七、糖腿破酥包子…(133)

- 一一八、凤糞麦饼……………(134)

(黔点)

- 一一九、太师面……………(135)
 一二〇、鸡片肠旺面……………(136)
 一二一、豆花粉……………(137)
 一二二、南京街碗儿糕…(138)
 一二三、玫瑰肉糕……………(139)
 一二四、吳家湯圓……………(140)
 一二五、附油髓卷……………(143)
 一二六、荷叶糍粑……………(143)
 一二七、雷家豆腐圓子…(144)

名 菜

(滇 菜)

(从一到五九共五九种菜是根据云南省
名店名厨师操作经验整理)

一、汽 锅 鸡^①

(一) 原料:

肥壮仔母鸡 (重三斤)一只	精盐	四钱
味精 一分半	胡椒	一分

(二) 制作方法:

1. 将母鸡宰杀后, 用 $60 \sim 70^{\circ}\text{C}$ 的热水烫透, 拔干净羽毛, 再剖腹掏出内脏 (鸡胗、鸡肝拣出留作别用), 以清水漂洗去血水和污物。然后切下鸡颈, 再将鸡颈切成三段, 鸡头从中切成两半, 翅膀每只切为两段, 鸡腿从膝关节处切断, 切下小腿, 让大腿还连在鸡身上。鸡身劈成两半, 每半再纵断两刀, 横断一刀, 切成均匀的六大块。全鸡共切成二十三块, 再用清水漂洗干净, 沥干水分待用。

2. 取特制汽锅 (图 1) 一只, 把沥干水分的鸡头、鸡颈放入汽锅底层, 第二层放鸡脊肉和骨头较多的鸡块, 上层放

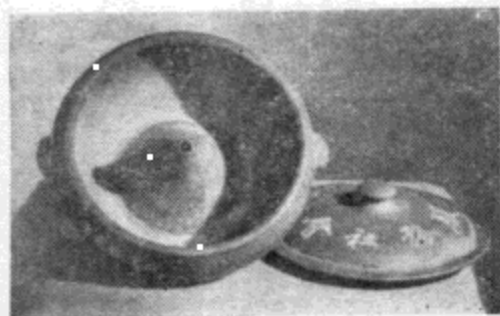
① 汽锅鸡是云南名菜, 已有二百多年历史, 在清乾隆年间有用阳澄锅烹鸡的方法, 这就是汽锅鸡的前身。后来建水县富业把阳澄锅改成汽锅, 就成了现在的形状。一九四七年昆明市开设一家“培养正气”饮食店, 大量售卖汽锅鸡, 并仿照这种作法, 烹制汽锅鸭、汽锅鸽等菜品, 味道同样可口。



甲、汽鍋外形



乙、汽鍋內形 (一)



丙、汽鍋內形 (二)

图1 汽 鍋

鸡脯肉块，鸡脯肉是丰腴齐整地排列在面上，显得很肥美，再撒上精盐，盖上锅盖，用绵纸涂上浆糊把汽锅口边缘密封，使不漏气。

3.取口小肚大的大砂罐一个，放入沸水十斤，罐口用新抹布环绕围起，把汽锅放在罐口上面，置于旺火上烧四小时（一定要用旺火，使水在罐内始终保持大沸程度，若水蒸气不足，鸡肉不易熟烂，汤汁也少），鸡肉熟烂后，汤汁增多，即揭开锅盖，撒上胡椒粉和味精，用洁净抹布揩去汽锅边的糊纸，盖上盖即可放在大盘内上席。

(三) 特点：

此菜原汁原味，汤色澄清，味鲜肉嫩，营养丰富。

烹制汽锅鸡的佐料和配料，可根据食者口味适当增减，如用虫草（是一种名贵中药），可制成虫草汽锅鸡；用三七粉（“三七”也是一种名贵的中药，用生三七放入沸鸡油中炸过，再碾成细粉即成三七粉）代替虫草，则制成三七汽锅鸡。用虫草、三七粉制成的汽锅鸡，有补血养气的功效。此外用火腿、冬菇切成片，放在鸡肉上面，摆成各种图案，可增加此菜的美观。

二、酥炸竹蚕^①

（一）原料：

竹蚕	两筒(约八两)	麻油	二钱
花椒粉	四分	精盐	二钱
味精	三分	菜油	三斤(实耗一两半)

（二）制作方法：

1. 把竹筒破开，将竹蚕倒入开水锅中烫死，用笊箕捞起滤干水，凉冷待用。

2. 油锅放在小火上烧到四五成热，把竹蚕放入锅内炸成黄色，即捞起。炸竹蚕一定要用小火温油，如油过热，把竹蚕炸破，就会影响菜的质量。倒出炸油，仍把竹蚕放入锅内，加入味精、精盐、花椒粉，端起炒锅颠抖，使各种佐料与竹蚕混合均匀，倒入盘中，淋上麻油即成。

（三）特点：

此菜竹蚕外皮酥脆，蚕肚内含有白浆，味甜，芳香扑鼻，营养丰富。

① 竹蚕是云南省红河自治州地方特产，当地称竹蛆，它生长在苦竹中，形状和蚕相似，但较蚕小些，色乳白。

三、紅燒鹿筋

(一) 原料:

鹿筋	一副	十香菜片	二錢
蠔油	二錢	白菜	二錢
胡椒粉	二分	咸醬油	三錢
精鹽	五分	火腿	六兩
玉蘭片	五錢	熟雞皮	一兩
蒜片	五錢	麻油	一分
黃酒	三錢	老蛋片	二錢
生雞	半只	蔥姜	二錢
豬油	二錢	上湯	六兩
味精	三分		

(二) 制作方法:

1. 鹿筋用斧捶去苦皮，并捶成绒后放入冷水湯鍋內煮六小時左右，取出涼冷，用刀剔去鹿肉，切成約一寸二分長的小段，在沸水中氽二、三次，除去腥膻氣味，再放入鍋中用白湯氽一、二次待用。

2. 把火腿切片，生雞切生塊，待用。蒜片用油過一道，用碗裝着，加白湯放入蒸籠內蒸出汁水待用。

3. 將切好的鹿筋放入扣碗的底上，上面放火腿片、生雞塊，加入黃酒、蠔油，扣好，放入蒸籠內蒸一小時左右，蒸至鹿筋酥爛為宜。

4. 將炒鍋放旺火上，加入上湯，煮沸，打去泡沫，把老蛋片、熟雞皮片、白菜、玉蘭片，胡椒粉，味精及蒸着的蒜片汁和醬油、豬油、精鹽放入，調成汁后把蒸籠內的鹿筋端出翻入盤中，把調好汁水澆上，洒上麻油即成。

(三) 特点:

此菜是云南特产, 富于营养, 香烂柔滑, 味浓, 滋补效力很大。

四、菠菜丸子

(一) 原料:

肥猪肉	四两	猪脊瘦肉	五两
鸡蛋清	三个	熟火腿	一两
熟鸡肉	二两	水发玉兰片	六钱
水发冬菇	一两	胡椒粉	二分
味精	四分	上汤	半斤
麻油	二分	菠菜	二斤
精盐	四钱	葱、姜	各一分
湿淀粉(即团粉)	四钱	猪肉皮	一块

(二) 制作方法:

1. 猪脊瘦肉去掉红筋, 切成大薄片, 肥猪肉也切成薄片, 一起放入冷水中漂洗去肉上的血水和污物, 然后捞在洁净白布上包裹拧干。取猪肉皮一块, 平铺在案板上, 把肥瘦肉片放在猪皮上面, 用刀背捶成肉茸, 放入碗内。蛋清放碗内用筷子搅打, 至起泡沫时, 倒入肉茸碗里, 再加湿淀粉, 用筷子迅速搅匀。葱剥去外皮, 切成小段并用刀拍一下, 姜用刀刮去老皮, 拍碎, 都放在碗内, 加入沸上汤(五钱), 浸泡五、六分钟, 待汤汁冷却以后, 随即把汤汁滗到肉茸碗内, 葱、姜渣子弃去不用, 接着加入胡椒粉(一分)、味精(二分)、精盐(二钱), 继续用筷子向一个方向搅旋三、四十下, 至各种原料完全混和起粘性时, 随即用手挤成如拇指大小的肉丸, 待用。

2. 菠菜拣洗干净，放入沸水锅中烫软，移入冷水中漂凉后，捞出，把水分挤干，切成一寸长的细丝。水发玉兰片、水发冬菇（去蒂洗净）、熟火腿和熟鸡肉都分别切成一寸长的细丝，把以上五种配料掺和一齐拌匀，摊在案板上，把肉丸放在上面，滚动几次，使肉丸周身均粘上一层细丝，即制成菠菜丸子，上笼蒸七、八分钟即熟，取出放在盘内。把粘滚剩下的各种细丝理齐放在碗底，也可摆成各式图案，把菠菜丸子扣在上面，再入蒸笼内用旺火蒸十五分钟，取出复入大汤盘内，同时把上汤四两半倒入锅内烧沸，撇去汤面泡沫，放入味精（二分）、胡椒粉（一分）、精盐（二钱），随即浇在汤盘里，再洒上麻油即成。

（三）特点：

此菜味鲜美，柔嫩香醇，入口不腻，营养丰富，且有青红黄白黑五种颜色，甚为美观。

五、火夹乳饼

（一）原料：

中筒火腿 ^①	四两	乳饼 ^②	半斤
青菜头（即苦菜心）	四两	味精	四分
胡椒粉	二分	麻油	四分
猪油	四钱	精盐	一钱
上汤	六两	葱花	一钱

① 中筒火腿：即上腰峰部的火腿。

② 乳饼制法：羊奶一斤放入锅内用旺火烧沸，即倒入碗内，加入鲜番茄汁（或酸羊奶）五钱搅匀，用洁布盖好，让它沉淀二十分钟，然后倒入特制的木箕内，木箕内放粗眼白布一块，把羊奶包裹好，上面盖上一块木板，再放上重物压好，象做豆腐的操作方法一样，过一小时左右，羊奶中的汁水被压榨渗出木箕外，即制成和豆腐块相似的乳饼。

(二) 制作方法:

1. 将火腿刷洗干净, 放入汤锅里煮至七成熟捞出, 冷却后切成八分宽、二寸长、一分厚的片, 乳饼切成二寸长、三分厚的小块待用。

2. 青菜头修去皮, 切成三分厚、一寸半长的块, 放入沸水中煮十五分钟, 煮青菜头时放入苏打少许, 以保持青菜头的碧绿色。捞出后放入冷水中漂十分钟(漂除青菜头的苦味), 捞出沥干水分, 用精盐(四分)、猪油(四钱)、味精(二分)拌和略腌待用。

3. 把腌拌好的青菜头放入扣碗底, 将火腿、乳饼一片间一片排好, 放入扣碗内, 也可摆成形象花纹, 随即放入蒸笼内蒸十五分钟即熟。临吃前把上汤倒入炒锅内煮沸, 撇去泡沫, 放入葱花、胡椒粉(二分)、味精(二分)、精盐(六分)、麻油调和, 将火夹乳饼复入汤盘内, 迅速浇上汤汁即成。

(三) 特点:

此菜是云南名菜。乳饼是当地特产食品, 内含脂肪、蛋白质、维生素很多, 口味香鲜, 质地柔软, 清爽不腻。

六、鷄絨豆花

(一) 原料:

鸡脯肉	二两	肥猪肉	二两
马鱼肉 ^①	二两	鸡蛋清	二个
精盐	四钱	胡椒粉	一钱
麻油	二钱	生豆浆	一斤半

① 馬魚: 云南地方的一种特产, 生长于省内的河水中, 昆明市滇池内亦有生产。此魚头尖尾細, 魚鱗細小, 和草魚相似, 魚刺少, 肉洁白、細嫩, 每年春末夏初出产最多, 其它季节虽有生产, 但数量較少。大的重二斤左右, 小的七、八两。

葱、姜 各二錢 石膏水 三錢
上湯 二兩

(二) 制作方法:

1. 将鸡脯肉先剔筋，连同肥猪肉、马鱼肉切成片子，放冷水內泡二十分钟，捞出后再用干净毛巾包着，将水分拧干，用刀背捶成茸，放在碗內待用。

2. 上湯倒入锅中放火上，放入葱、姜，制成葱姜汁，再放入胡椒粉及精盐待用。

3. 把捶好的各种捶料，加入鸡蛋清二个，用筷搅拌均匀，再把调好的葱、姜汁调入待用。

4. 把生豆浆放入锅内煮沸，即盛在鉢內，用勺舀出四两，二两留用，二两放入捶料碗內，搅和再倒入鉢內，再把石膏水放入搅拌均匀，最后放在蒸笼上蒸二十分钟，即成鸡绒豆花待用。

5. 临吃前把留用的二两豆浆放入锅内煮沸，倒在煮成的豆花上并加上麻油即成。

(三) 特点:

此菜是云南特殊风味菜，吃时可加入酱肉末，或蘸着吃，其味清香醇厚，鲜嫩不腻。

七、生煎鷄蕈

(一) 原料:

鸡蕈^① 二斤四两 猪油 一两二錢

- ① 鷄蕈：蕈香宗。鷄蕈是菌类野生植物，是云南富民地区的特产，生长在山背阴处的草丛和树根附近，生长期約二个月左右。鷄蕈的形状和蘑菇相似，但比蘑菇大得多。根很长，大的长一尺半左右，粗約二、三寸。小的和茭白相似，五、六寸长，一寸粗。根与头都可食，尤其根肉細嫩，味极鲜美，最为好吃。

精盐	二錢	花椒粉	一錢
麻油	二錢		

(二) 制作方法:

1. 将鸡蕨削去皮，用干净毛巾揩干净，用刀把鸡蕨切成四分厚斜块待用。把花椒粉和精盐拌成椒盐。

2. 把猪油（六錢）放入炒锅内，在旺火上烧热，即提取炒锅旋转几下，使炒锅内处处有油，再放旺火上，把鸡蕨倒入锅中煎煮，待煎黄一面的时候，把锅抬起颠抖一下，使鸡蕨翻过身来，再把剩余猪油（六錢）淋入锅中，在旺火上再煎五分钟，那时鸡蕨两面都已经煎黄，即倒入盘中，洒上花椒盐并浇上麻油即成。

(三) 特点:

此菜是昆明特产，是菌类中的上品菜肴，因系用生煎制法，保持了鸡蕨的本味，其味甜而香鲜，嫩而发脆，润喉爽口，久吃不腻。

八、凉拌北风菌

(一) 原料:

北风菌 ^①	一斤	麻油	二錢
花椒	二錢	红油 ^②	二錢
甜酱油	五錢	麸醋	一两
白糖	六錢	精盐	四錢

① 北风菌：又称梨窝。产于云南省内的深山中，是一种野生植物，样子和蘑菇相似。每年七月到九月间是生长时节，秋季北风刮起时，菌子生长最快，故名北风菌。此菌每个如指头粗、头如大衣扣大小，色白、肉鲜甜而脆嫩，煮熟后仍不变色。

② 红油：用红辣粉（二两）、植物油（四两）、花椒粉（二錢）制成，先把红辣粉、花椒粉放入碗内，再把油炼熟后倒入即成红油。

干辣椒	二錢	咸醬油	六錢
蔥姜汁	二錢	味精	二分
植物油	四錢	上湯	六兩

(二) 制作方法:

1. 將北風菌用小刀削去根腳，刮去泥沙，放水內洗淨。把上湯放入炒鍋內，放火上煮沸，倒入北風菌，再煮至沸，此菌即熟，撈起涼冷待用。

2. 把植物油（四錢）放在炒鍋內煉熟，把干辣椒切成小段，放入，跟着放上花椒炸黃，提取其香辣味，然后把炸過的干辣椒、花椒撈出不用，把油倒入調料碗內，再把紅油、麻油、甜醬油、白糖、麸醋、咸醬油、精鹽、味精、蔥姜汁等調成汁水待用。

3. 臨吃時把涼冷的北風菌裝入盤中，把汁水用勺攪勻淋上即成。

(三) 特点:

此菜是雲南特產，其味酸、辣、麻、甜，而且鮮香嫩脆，宜于熱天食用。

九、清湯鴨舌掌

(一) 原料:

鴨舌、掌(去骨腳掌)各十五個		水發冬菇	二錢
熟火腿	六錢	水發玉蘭片	六錢
老蛋糕 ^①	四錢	綠菜 ^②	一兩
十香菜(即胡蘿卜)	四錢	上湯	一斤四兩

① 老蛋糕：是用雞蛋黃加入少許水淀粉調勻蒸後涼冷而成，其色鮮黃。

② 綠菜：指豌豆苗、莢菜、青菜等選用一種即可。

味精	二分	麻油	一錢
胡椒粉	三分	精盐	四錢

(二) 制作方法:

1. 将鸭舌、掌在旺火上用水煮二十分钟，捞出凉冷，剔去脆骨，鸭掌仍要保持完整，用上湯（四两）、精盐（二錢）连同鸭舌、掌放入碗內，上蒸笼蒸约一小时，待鸭舌、掌熟烂，取出待用。

2. 将冬菇、火腿、玉兰片、老蛋糕、十香菜分别切成六分宽的小块，绿菜拣洗干净切成一寸长小段待用。

3. 将上湯放入炒锅內放火上煮沸，撇去泡沫，放入味精、胡椒粉、精盐（二錢）及各种切好的配料绿菜等，放入锅中煮一下，即连湯倒入湯盘內，跟着用漏勺把蒸好的鸭舌、掌移入湯盘內，洒上麻油即成。

(三) 特点:

此菜汁清不混，味鲜而甜，清香不膩，是佐餐佳肴。

十、宁葱炒火腿

(一) 原料:

中筒火腿	二两	猪油	三錢
安宁葱白	一两	白糖	一錢

(二) 制作方法:

1. 将火腿洗刮干净，切成一寸半长、八分宽、一分厚的薄片。

2. 把安宁葱白洗净，切成一寸长的段。把锅放在旺火上，烧热后放入猪油，倒下火腿片，在锅內搅拌二十秒钟，再把葱白倒入，继续搅拌二十秒钟，放入白糖，簸锅二下，盛入盘中即成。

(三) 特点:

云南火腿，早已驰名中外。云南安宁县的安宁葱，也是比较出名的一种葱，白头多，且又甜嫩，连同火腿炒出来，色红白相间，很为美观，吃时香甜可口，宜于佐餐。

十一、网油野鷄卷

(一) 原料:

野鸡	一只	肥猪肉	二两
网油	二两	干豆粉	二两
黄酒	二分	黑芥（即大头菜）	五钱
精盐	二钱	瘦火腿	三钱
鸡蛋	三个	水发冬菇	二钱
猪油	一斤	葱、姜	一钱
椒盐	一钱	味精	一分
水淀粉	四钱		

(二) 制作方法:

1. 把野鸡剥去皮，剔去骨，只用净肉，连同肥猪肉用刀背捶烂，再用刀剥细待用。把黑芥、冬菇、火腿、葱、姜切成细末。把鸡蛋一个打开取蛋清放入碗中，用筷子打到起泡，加上水淀粉（二钱），调成浆糊状待用。

2. 把网油切成三寸宽长条，放入清水内，漂去血水。打鸡蛋两个，取蛋清放在碗内，用筷子打到起泡，调入水淀粉（二钱）、精盐（一钱五分）、胡椒粉、味精、黄酒，然后把剥好的野鸡肉放入蛋清内，用筷调匀成鸡泥。将网油铺开，把拌好的野鸡泥铺在网油上，用竹筷压一条长槽，随把剥细的黑芥、冬菇、火腿、葱、姜等放入野鸡泥长槽内，然后把网油包裹成长卷，用调成浆糊状的淀粉浆把口粘起来，再用