

中西趣味食库丛书

一日一荤一素

菜

天津科技翻译出版公司

津新登字:(90)010 号

责任编辑:刘永生 陈虹

主 编:红 雨 老茅

编写人员:会福、小玲、光珊

俊民、会昌、春华

凤霞、明霞、国华

春英、红凤

一日一荤一素菜

(中西趣味食库丛书)

主编:红雨 老茅

天津科技翻译出版公司出版

邮政编码:300191

新华书店天津发行所发行

天津出版印刷科研所制版

河北省霸州市印刷厂印刷

开本:787×1092 1/32 印张:20 字数:612 千

1992 年 11 月第一版 1992 年 11 月第一次印刷

印数:1—8000 册

ISBN7—5433—0389—2/N·26

定价:9.50 元

目 录

荤 菜 类

山东海参	(1)	芋艿鸡骨酱	(15)	茅台酒爆鸡球	(30)
金腿脊梅炖腰酥	(1)	松鼠黄鱼	(15)	鸳鸯蛋	(30)
金陵加汁鸭	(2)	茭白腰片	(16)	枸杞炖牛冲	(31)
干烧猴头蘑	(3)	鹌鹑炖水獭	(17)	冬笋炒鹌鹑	(32)
桂皮烧鹌鹑	(3)	粉皮鸡丝卷	(17)	冬瑶炖大鸭	(32)
白酸烤桂鱼	(4)	叫化鸡	(18)	樟茶鸭子	(33)
银鱼仔蟹锅	(4)	椒盐茭白盒	(19)	鱼香午餐肉	(33)
扇形凤尾虾	(5)	三鲜羊肉火锅	(19)	南烧肉条	(34)
月母鸡块	(5)	醋熘鸡脯	(20)	参芪鸭条	(34)
大蒜烧足鱼	(6)	百花酒焖锅	(20)	杜仲腰花	(35)
西班牙式烩鸡	(7)	珊瑚炒鸽脯	(21)	咸鱼蒸猪肉	(35)
酥炸羊肉	(7)	凤片牡丹	(21)	枕头鸭子	(36)
沙茶焗排骨	(8)	软烧鲶鱼	(22)	肉末鱼香茄	(36)
兰花拌蟹钳	(8)	意式青椒焖鸡	(23)	荷包鲫鱼	(37)
蜀余鸡	(9)	冷酸鱼	(23)	哈什蟆酒锅	(37)
大蒜仔蹄筋	(9)	马铃蹄膀	(24)	辣子田鸡	(38)
青椒包肉	(10)	大头菜蒸猪肉	(24)	珊瑚鸡丁	(39)
下水火锅	(10)	芝麻鸭	(25)	灵芝蒸鸭	(39)
雪花鸡淖	(11)	五香鳝片	(25)	花仁炒兔丁	(40)
荷香蒜茸龙虾仔	(11)	煎烹带鱼	(26)	翡翠鸡粥	(40)
绍子脑花	(12)	瓜姜毛豆烧仔鸡	(26)	蛤蜊炸肉	(41)
炸板虾	(12)	石耳炖鸽	(27)	白雪糟肉	(41)
炖生蕻	(13)	华洋鸭肝	(27)	西瓜鸡	(42)
清官仿膳大花虾	(13)	鸡汤煮干丝	(28)	子姜烧鸡条	(42)
原卤春鸽	(14)	樱桃肉	(28)	软煎比目鱼	(43)
鸡汁酿黄瓜	(14)	野鸡红肉丝	(29)	银耳血肺	(43)

怪味斑鸠	(44)	九转大肠	(62)	冻鸡	(79)
栗子鸡	(45)	猴头里脊	(62)	白肉血肠火锅	(79)
蚂蚁上树	(45)	板栗红煨鸽	(63)	芥末鸭掌	(80)
核桃猪腰	(46)	香栗荷香鸭	(64)	香炸五花肠	(80)
毛肚火锅	(46)	油淋鸡	(64)	南京砂锅狗肉	(81)
荸荠鸡	(47)	海参鸽蛋	(65)	荠菜兔片	(82)
红炖河鳗	(48)	炒平菇山鸡丝	(65)	酱汁青鱼	(82)
三杯鸡块	(48)	葱辣鱼条	(66)	腐乳肉片	(83)
芹菜炒鸡条	(49)	清炖蟹粉狮子头	(66)	馄饨鸡	(83)
红烧果子狸	(49)	炒鸭杂拌	(67)	白肉火锅	(84)
独蒜乌鱼	(50)	湖南砂锅狗肉	(68)	红松鸡排	(84)
咖哩油鱼片	(50)	陈皮野鸭	(68)	鱼香脆滑肉	(85)
菊花龙凤羹	(51)	软炸鸡块	(69)	蒜茸鱼香虾	(85)
碧桃鸡	(52)	狗肉火锅	(69)	金鱼鸭掌	(86)
熊掌豆腐	(52)	焦切腰片	(70)	荷叶烤鸡	(87)
蒜泥羊肉	(53)	鲜蘑烩鸭腰	(71)	糟焦肚片	(87)
麻酱鸡杂	(53)	菊花桂鱼	(71)	肉片烧西葫芦	(88)
糖醋瓦块鱼	(54)	酒卤肉	(72)	白切羊肉	(88)
鸡茸珍珠米	(54)	鸡肉鸡肝串	(72)	黄酒焖肉	(89)
酱油嫩鸡	(55)	飞龙酒锅	(73)	生烧鸡翅	(89)
奶汤鸡脯	(55)	炸麻雀	(73)	杂拌火锅	(90)
五加参飞龙酒锅	(56)	红煨羊肚片	(74)	麻辣鸭膀	(91)
金银鸭	(57)	红烧猴头	(74)	凤尾腰花	(91)
腊肠	(57)	鸡豆花	(75)	清蒸过江鱼	(92)
酸辣禾花雀	(58)	纸包鸡	(75)	糖醋排骨	(92)
胡萝卜爆肉丁	(59)	清汤火锅	(76)	涮鲶鱼片	(93)
肉片焖豆角	(59)	羊肝炒荸荠	(76)	瓤馅蕃茄	(93)
五香野兔	(60)	五香熏鱼	(77)	醋熘橡皮鱼块	(94)
豆苗鸡片	(60)	肉蘑烧茄子	(77)	红酥鸡片	(95)
冬料锅	(61)	草鱼粉皮	(78)	双味火锅	(95)
宫保山鸡	(61)	怪味白肉	(78)	恭喜发财(菜)	(96)

脆皮鸡	(96)	豆瓣冻鱼	(114)	一品酒锅	(130)
麻辣猴头	(97)	龙眼鸡片	(114)	水晶肘子	(131)
布袋鸡	(97)	高粱酒鸡	(115)	裹炸鸭子	(131)
麻辣羊肚丝	(98)	鸡蛋蔬菜末蒸鱼	(115)	金银咸烧白	(132)
焗鲤鱼鸡腿	(99)	浇油鸡	(116)	清蒸鲥鱼	(133)
鸡瓜炖冬菇	(100)	古渝笋鸡	(116)	煨龟肉	(133)
淡盐嫩鸭	(100)	葱椒兔	(117)	煎猪肉串	(134)
凤鸡	(100)	四生片火锅	(117)	锅巴猴头蘑	(134)
蝴蝶火锅	(101)	四丝干贝	(118)	鸡里爆	(135)
炒鸽片	(101)	椒麻什件	(118)	腌余火锅	(135)
梓潼镶碗	(102)	青荷熏鲢鱼	(119)	芙蓉鸡块	(136)
砂锅炖家野	(103)	南瓜蒸鸡	(119)	炒鸡瓜	(136)
友谊鸭	(103)	椒辣太白鸡	(120)	香酥葱丝鹿肉卷	(137)
醪糟烧肉	(104)	八宝豆腐	(121)	鸭胶炖三蛇	(138)
翠皮鳝丝	(104)	各吃参鹿火锅	(121)	酱汁苦瓜鸡	(138)
香酥肥鸭	(105)	奶豆腐卷	(122)	烤猪肉	(139)
羊肉羹	(106)	芙蓉鹌蛋	(122)	炸八块	(139)
十全大补鸡	(106)	拌生鱼	(123)	砂锅牛尾	(140)
炸长生果鸭	(107)	肉焖蚕豆瓣	(124)	清蒸加吉鱼	(140)
椿芽白肉丝	(107)	黄精煨肘	(124)	嫩姜羊肉丝	(141)
烧鸭海蜇蔬菜拼盘	(108)	山药软炸兔	(124)	家常脑花	(141)
鸡蒙葵菜	(108)	墨鱼烧肉	(125)	三蛇龙虎会	(142)
清炖什锦野鸡	(109)	格呢仔鸡	(126)	芙蓉鸡鸭腰	(143)
黄瓜皮拌肉丝	(109)	烤酱豆腐肉	(126)	梅花火锅	(143)
清炖鸡孚	(110)	魔芋烧肉片	(127)	冬笋鸡片	(144)
旱蒸沙参鸡	(111)	核桃草鱼头	(127)	石榴白肺	(145)
青荷包三丝	(111)	猪肝拌菠菜	(128)	丁香鸭子	(145)
两味黄鱼	(112)	雪花鸭肝	(128)	茄汁羊尾	(146)
砂锅胖鱼头	(113)	砂锅牛腱子	(129)	柑桔鸭	(146)
鱼香炒蛋	(113)	新津耙肉	(129)	赤豆炖鹌鹑	(147)
		豆粒大黄鱼	(130)	芥蓝菜炒烤鸭片	(147)

清蒸木耳托	(148)	蒜苔炒肉丝	(165)	酒醉猴头彩云黄	
芝麻腐干肉	(148)	扁豆炒肉丝	(166)	瓜香	(182)
酱汁瓦块鱼	(149)	黄焖狗肉	(166)	火腿烧油菜	(183)
丸子火锅	(149)	鱼香肉丝	(167)	脱骨香鸡	(183)
炒菊红	(150)	滑炒鸡丝	(167)	酸辣鱼皮	(184)
番茄蔬菜焖鱼	(150)	走油鸽脯	(168)	腐皮野鸭片	(184)
烩酿鱼肚	(151)	旱蒸灯笼鸡	(168)	双菇炖南蛇	(185)
合川肉片	(152)	八宝鸭	(169)	苦瓜炒肉丝	(186)
肉丝白菜	(152)	粉蒸鸡	(170)	陈皮牛肉丝	(186)
酱兔肉	(153)	三套鸭	(170)	干拌牛肚岭	(187)
烤鸭	(153)	麻油猪肺	(171)	黄泥煨鸡	(187)
家常炒肉丝	(154)	火腿炖芽菜	(171)	干炸肝花	(188)
炒木须肉	(154)	莴笋炒肉丝	(172)	冬菜扒鸭	(189)
瓦罐蹄花	(155)	金钱鸡	(172)	苦瓜炒肝片	(189)
湖菜鸡块	(155)	盐水鸭	(173)	盐水肘子	(190)
鸭梨鸡球	(156)	什锦猪肚	(174)	五彩鸡	(190)
姜附烧猪肉	(157)	火腿炖鸭	(174)	油烧烤鸭	(191)
咖喱鱼块	(157)	水饺鸭子	(175)	软炸腰穗	(192)
发菜扣蚝豉	(158)	爆鸡丁	(175)	煎酿肉茄	(192)
生爆肚尖	(158)	青豆鱼丁	(176)	奶油鲫鱼	(193)
水煮牛肉	(159)	盐水猪舌	(176)	贵州仔鸡	(193)
德州扒鸡	(160)	面丈鱼炒肉丝	(177)	爆虾球	(194)
冬瓜鸡	(160)	葵花鸡	(177)	盐水虾	(194)
葱烧雪鱼	(161)	红曲鸭	(178)	清炖全鸭	(195)
葱椒烧鱼	(162)	葱油鱼	(179)	砂锅羊头	(195)
黄油焖猪里脊	(162)	干煎黄鱼	(179)	番茄烧牛肉	(196)
萝卜烧肉	(163)	绍酒甲鱼	(180)	砂锅凤脯猴蘑	(196)
萝卜烧牛肉	(163)	御府鹿尾	(180)	清蒸大虾	(197)
海南猪肝	(164)	蛋美鸡	(181)	干椒鸭丁	(197)
酥猪肝排	(164)	新疆砂锅羊肉	(181)	红煨猪舌	(198)
清蒸鱼	(165)	水晶鸭子	(182)	水晶鸭片	(198)

冬笋干烧肉	(199)	鸡汁炒豆泥	(215)	卤鸭	(233)
红烧鳊段	(199)	口蘑乳鸽	(216)	高加索蒜味焖鸡	(234)
太白鸡	(200)	走油蹄膀	(216)	蒜烧肚条	(234)
白斩鸡	(200)	软熘青鱼	(217)	脆掌糊	(235)
五香烧鸭	(201)	醉鸡	(218)	白扒鸡肚羊	(236)
五彩猪脑	(201)	金银鸡饼	(218)	芝麻酱焗鸡	(236)
葱酥鱼	(202)	白鸽归巢	(219)	卤小排	(237)
红烧甲鱼	(203)	油泡腰花	(220)	烤油鸡	(238)
芥末薄肉片	(203)	元鱼酒锅	(220)	回锅香肠	(238)
清炖鸡	(204)	锅烧羊肉	(221)	烩鸭掌	(239)
叉烤腰子	(204)	咸肉烧山芋	(221)	白油鸡掌	(239)
软熘鸭心	(205)	神仙童鸡	(222)	冬虫扒鸭	(240)
清炖熊掌	(205)	全家福火锅	(222)	蕨菜里脊丝	(240)
番茄虾片	(206)	脆皮鸽	(223)	蕨菜牛肉片	(241)
红烧划水	(207)	网油猪肝球	(223)	五香牛肉	(241)
香炸仔鸡	(207)	红煨熊掌	(224)	四喜饺	(242)
红花鸡血	(208)	胡萝卜炖羊肉	(225)	法式红焖鸡	(243)
芙蓉鸭	(208)	酸辣鱼脑	(225)	豆筋烧肉	(243)
芥末煎火腿	(209)	玛脑鸡丁	(226)	五香鸡爪	(244)
酱爆两丁	(209)	朝天火锅	(226)	卤鸡三件	(244)
炸鸡串	(210)	豆渣鸭子	(227)	酱鸡	(245)
酒蒸鸭块	(210)	乌参藏白凤	(227)	柴把鸭	(245)
菜心炒猪肝	(211)	肉松	(228)	蘑菇炒里脊	(246)
冬菜烧鲤鱼	(211)	熏血肠	(229)	色拉	(246)
烧三丁	(212)	烧肥肠	(229)	蔬菜烩羊肉	(247)
啤酒蒸鸭	(212)	炸猪排	(230)	烤羊肉	(248)
胡葱野鸭	(213)	葱爆肉片	(230)	炖酥肉	(248)
冬菜扣肉	(213)	清炒驼峰丝	(231)	酸辣羊蹄花	(249)
淡菜煨蹄筋	(214)	火爆双脆	(232)	红烧羊蹄	(249)
五香盐水鸡	(214)	蒸三鲜	(232)	葱扒羊肉	(250)
炒辣肉皮	(215)	烤猪排土豆泥	(233)	炒里脊丝	(251)

炒猪肝	(251)	虾子牛筋	(268)	酱焖茄子	(283)
鲜蘑里脊	(252)	冬笋牛肉丝	(269)	炒时件	(284)
奶油里脊条	(253)	煎猪肝	(269)	炒虾腰	(284)
水煮烧白	(253)	元宝肉	(269)	盐爆鸭肠	(285)
卤凤爪	(254)	拌蚬子肉	(270)	四喜肉	(285)
白云猪爪	(254)	糖醋杂鱼块	(271)	炸熘肝尖	(286)
菠萝焖牛肉扒	(255)	蘑菇焖鸡块	(271)	御笔猴头	(286)
煎牛里脊扒	(255)	羊头脍	(272)	糖醋鱼头	(287)
牛里脊串	(256)	回锅肉	(272)	糖醋鲜青鱼	(287)
炸小牛排	(256)	丝瓜炒肉片	(272)	葱段扒鸭	(288)
咖喱牛肉干	(257)	白油肉片	(273)	油赞鱼	(289)
茄汁扒牛舌	(258)	炆心片	(273)	香菇鸭盹	(289)
卤牛舌	(258)	腊猪心	(274)	盐水鸡盹	(290)
五香扒牛舌	(259)	水姜鸭粥	(274)	两味鸡	(290)
花椒肉	(259)	拌蛤肉	(275)	怪味鸡块	(291)
酱爆肉	(260)	焗棋斗鸡球	(275)	葱油鸡	(291)
葱头烩牛肝	(260)	拌章鱼	(276)	拌海红	(292)
卤牛肝	(261)	冬菇蒸鸡	(276)	烩鸡鸭腰	(292)
板栗烧肉	(261)	拌虾仁	(277)	炸麻花腰子	(293)
清炖牛尾	(262)	肉丝拌黄瓜	(277)	冻豆腐烧肉	(293)
红烧牛尾	(262)	拌腰片	(278)	红烧狮子头	(294)
红烧牛筋	(263)	拌三丁	(278)	八宝大肚	(294)
糖酥丸子	(263)	凉拌三丝	(279)	云片肚片	(295)
干煸肉丝	(264)	干拌牛肉	(279)	春笋烧鲤鱼	(295)
生笃面筋	(264)	蒜泥拌狗肉	(280)	芹菜炒鳝丝	(296)
铁扒里脊	(265)	黄瓜肉片	(280)	醉腰丝	(296)
冬笋里脊丝	(265)	水晶鸡	(281)	炒肉丝榨菜土豆丝	(297)
料里脊	(266)	酱大肚	(281)		
炒大肠	(266)	肉片面筋菠菜	(282)	肉丝香干菠菜	(297)
炒肚丝	(267)	滑熘里脊片	(282)	糖醋肥蟹	(298)
鸡汁牛筋	(267)	韭花肚尖丝	(282)	玻璃花肺	(298)

西湖醋鱼	(298)	荷叶粉蒸肉	(309)	炒鸭肝	(318)
酱猪肘	(299)	油爆青虾	(309)	洋葱炒牛肝	(319)
麻辣肚丝	(300)	黄焖鸭条	(310)	麻辣牛肉干	(319)
奶汤肥肠	(300)	炒辣子雏鸡	(310)	炒肉末	(320)
玉珠彩脆球	(301)	番茄鱼片	(310)	拨丝羊尾	(320)
炸羊排	(301)	番茄里脊片	(311)	罐焖牛肉	(321)
烩肚丝烂蒜	(302)	番茄鸡片	(311)	五香卤肉	(321)
烧烩大肠	(302)	夫妻肺片	(312)	羊蹄哈尔滨	(322)
爆炒肉片	(303)	红枣煨肘	(312)	姜丝拌百叶	(323)
扒牛肉条	(303)	红烧肉片笋	(313)	炆蒜苔猪舌	(323)
青椒鸡丝	(304)	酱鸭膀	(313)	煨鳝	(324)
余毛豆丸子	(304)	芥末白肚	(314)	花椒凤腿	(324)
糟蒸肉	(305)	肉末烧茄子	(314)	大蒜烧肥肠	(325)
拌蛏子	(305)	肉丝豆腐	(315)	红油鸡片	(325)
糖醋鲑鱼块	(306)	红烧肉面筋	(315)	脱骨卤鸡	(326)
余鲫鱼萝卜丝	(306)	芝麻酱拌腰片	(316)	香酥面包卷	(326)
糖醋鱼片	(307)	抓炒鱼条	(316)	油菜炒香肠	(327)
五元蒸肚片	(307)	米酒蒸鸡	(317)	绣球鸡肫	(327)
干焙虾段	(308)	番茄焖牛肉	(317)	瓢蹄筋	(328)
干炸鱼片	(308)	家常熬鱼	(318)		

素 菜 类

三夹火腿	(329)	素牛肉	(333)	金壳红玉	(337)
扒鱼翅	(329)	烧玉兔	(333)	炸羊尾	(337)
咖喱素鸡	(330)	炒虾仁	(334)	荷叶肉	(338)
三色虾仁	(331)	红烧素鸡块	(334)	素鸡	(338)
熘莲花白	(331)	滑炒肉	(335)	六味和香	(339)
南煎丸子	(332)	软炸腰花	(335)	宫保素鸡丁	(339)
熘鱼片	(332)	烧四素	(336)	黄焖素鸡块	(340)

炸响铃	(340)	瓤馅“鸭蛋”	(357)	鱼香茭白	(372)
荔枝西瓜盅	(341)	番茄牛尾	(357)	三鲜鱼肚	(373)
干煸牛肉丝	(342)	冰糖燕菜	(358)	卷筒嫩鸡	(373)
龙凤素鸡腿	(342)	软炸鸭蛋	(358)	海米烧茄子	(374)
花篮迎春	(343)	奶汁白菜	(359)	云抱月	(374)
金豆香椿	(343)	素煮干丝	(359)	子姜干丝	(375)
鱼香猴头蘑	(344)	明月映牡丹	(360)	脆皮烧鸡	(375)
一口酥	(344)	银耳鸭蛋	(360)	黄瓜肉丝	(376)
满园春色	(345)	番茄马蹄	(361)	红袍葱虾	(377)
蜜汁樱桃肉	(345)	贵妃鸡翅	(361)	陈皮干丝	(377)
煎茄排	(346)	彩色里脊丝	(362)	三色白菜	(378)
素炒辣子鸡丁	(346)	凤尾开屏	(362)	和尚肉	(378)
素烧鸭	(347)	炒素鱼	(363)	三椒乳汁干丝	(379)
焦熘肥肠	(347)	翡翠卷心菜	(363)	鸡蛋沙拉	(379)
咖喱大肠	(348)	烧鳝丝	(364)	一池春色	(380)
素香肠	(349)	素香丝	(364)	珊瑚白菜	(380)
翡翠玉芙蓉	(349)	鱼香炒蛋	(364)	香泥藏珠	(381)
仙子捧宴	(350)	芙蓉海底松	(365)	蛋包番茄	(381)
香葱塌鸭鸭蛋	(350)	鱼香紫菜苔	(365)	茄汁兰花干	(381)
琉璃茄子	(351)	瓤羊肚菌	(366)	雪花云抱日	(382)
翡翠鸡丝	(351)	茄汁焖干丝	(367)	糖汁烧茄子	(382)
素火腿	(352)	鸡油丝瓜	(367)	银丝豆腐	(383)
糖醋素排骨	(352)	半月沉江	(368)	雪盖乌龙	(383)
糖醋金裹银	(353)	冰糖哈什蟆	(368)	四方冬瓜肉	(384)
木耳烧腐竹	(353)	二椒炒干丝	(369)	金钩烧莴笋	(384)
多彩金菇	(354)	青椒里脊丝	(369)	烧蜈蚣	(385)
烧白丸	(354)	熘黄雀	(370)	官保豆腐丁	(385)
玉莲拥金	(355)	青荷鸡蛋	(370)	鱼香茄丝	(386)
鱼香菜心	(355)	水晶番茄	(371)	瓤茄子	(386)
紫云三仙	(355)	红焖津菜	(371)	醋熘茄子	(387)
炒肉片	(356)	金玉满堂	(372)	路路皆通	(387)

炆腐竹香菇	(388)	酸辣粉皮	(402)	母子相会	(416)
奶油鲍鱼	(388)	辣油瓜皮	(402)	冰糖炖木耳	(416)
葱油海蜇	(389)	松花素肉片	(403)	吉祥如意	(417)
葱油汁萝卜丝	(389)	杏仁豆腐	(403)	珊瑚菜花	(417)
蛋泊春鱼	(389)	山药芝麻酥	(404)	茄汁鲜蘑	(418)
青笋拌折耳根	(390)	姜汁薤菜	(404)	火树银花	(418)
翠皮香蕉	(390)	七彩香菇	(404)	红烩茄子	(418)
绿豆炖藕	(391)	冬菇煮豆角	(405)	烩腐皮	(419)
樱桃萝卜	(391)	金银冬瓜	(405)	炒薤菜	(419)
酒醉冬笋	(392)	糖醋蚕豆	(406)	虾籽烧茭白	(420)
花样豆腐	(392)	糖醋佛手萝卜	(406)	虾干烧茭白	(420)
金钩炆芹菜	(393)	糖醋卷心菜	(407)	酱爆茄子	(421)
桂林芋盒	(393)	脆皮炸荔枝	(407)	笃鲜茄	(421)
黄瓜虾仁	(394)	脆皮茄条	(408)	宝塔耸云天	(422)
银菜炒滑蛋	(394)	醋渍胡豆	(408)	雪里藏红	(422)
梅花山药	(395)	蒜泥胡豆	(409)	金丝瓜卷	(422)
百合酿藕	(395)	酱胡豆	(409)	炒茭白	(423)
茉莉银耳	(396)	酿冬菇盒	(410)	芙蓉菜花	(423)
虎皮辣椒	(396)	冰糖金钱片	(410)	红烧腐竹	(424)
甜椒丝瓜	(397)	拔丝如意	(410)	鹅项颈	(424)
青椒大头菜	(397)	冰糖雪花梨珠	(411)	琥珀莲子	(425)
青椒豆腐盒	(398)	三鲜丝瓜	(411)	炒四宝	(425)
佛海雪莲	(398)	锅烧丝瓜	(412)	双鱼戏珠	(426)
酸辣荸荠片	(398)	两熟鱼	(412)	炒脆丝	(426)
木犀瓜片	(399)	醋黄瓜	(413)	素烧腐竹	(427)
糖醋凤尾白菜	(399)	熏豆腐干	(413)	美林鱼丁	(427)
糖醋白菜卷	(400)	尼姑蕉	(414)	甜菜葱头沙拉	(428)
胡萝卜冬菇熘马蹄	(400)	咖喱菜花	(414)	油焖五香干丝	(428)
		丝雨孤云	(414)	衣钵传真	(429)
鲜贝冬瓜条	(401)	美人豆腐	(415)	扒双菜	(429)
三丝莴笋卷	(401)	拖罗豆腐	(415)	雪里藏珠	(430)

雪山翡翠	(430)	马蹄炒冬菇	(445)	拔丝松花	(460)
油吃茭白	(431)	金增发财	(446)	三鲜冬瓜	(461)
鸽蛋烩海参	(431)	黄油菜花	(446)	熘鹅皮	(461)
回锅肉	(432)	锅塌龙须	(447)	胡萝卜冬菇熘马蹄	(462)
五元鸭蛋	(432)	满星素烩	(447)		(462)
琉璃山药	(433)	白菜栗子	(448)	清拌三丝	(462)
椒盐板指	(433)	栗子烧白菜	(448)	炒三色蛋	(463)
芙蓉干贝	(433)	红糖木耳晶	(449)	烧米凉粉	(463)
拔丝多味花生米	(434)	交切鱼	(449)	扎把三菜	(464)
玉盏金针	(434)	咖喱土豆	(450)	冬菇面筋丝	(464)
醋熘格炸	(435)	雪花荸荠	(450)	冬菇油菜	(465)
炒三泥	(435)	香炸蚕蛹	(451)	炒冬菇	(465)
黄莺穿绿柳	(436)	糖蒜苔	(451)	红炒罗汉斋	(466)
桂花干贝	(436)	干烧腐竹	(451)	柴把芹菜	(466)
红烩菜花	(437)	盐水腐竹	(452)	温炆芹菜	(467)
五柳糖醋桂鱼	(437)	井岗石耳	(452)	虾皮炆芹菜	(467)
春日合菜	(438)	糟煨蒲菜	(453)	多味茄子	(468)
炸芝麻鹦哥	(438)	腐竹鲜蘑	(453)	柿汁烩茄子	(468)
冰糖银耳	(439)	金钱土豆	(454)	辣蒜薯丝	(469)
糖熘卷果	(439)	挂浆白果	(454)	蜜汁红薯	(469)
罗汉斋	(440)	油焖茄子	(455)	葱油薯块	(470)
菠萝杏仁豆腐	(440)	芭蕉素鱼翅	(455)	一品薯包	(470)
酒香辣椒	(441)	赛泡菜	(456)	菊花茄子	(471)
扒菊花白果	(441)	法式烩茄子	(456)	一品豆腐	(471)
酱汁茄条	(442)	素烧茄子	(457)	麻酱番茄	(472)
太极鸳鸯虾仁	(442)	鸡油笋豆	(457)	麻酱豆角	(472)
奶香菜花	(443)	凤凰扁豆	(458)	扒豆腐	(473)
炒金银蛋片	(443)	鲜蘑烧扁豆	(458)	松肥胀蛋	(473)
南海金莲	(444)	百合酿藕	(459)	豆腐松	(474)
白糖伦敦糕	(444)	茉莉银耳	(459)	酿黄瓜	(474)
赛螃蟹	(445)	烧藕丸	(460)	米汤煮青菜	(475)

滑熘鲜菇	(475)	凉拌三色	(490)	炸鸟巢	(505)
珍珠口蘑	(476)	熘黄菜	(490)	炸菜花	(505)
鲜蘑冬笋	(476)	炸玉枝	(490)	芥末墩儿	(506)
渍糖醋蘑菇	(476)	香酥冬瓜	(491)	芥末酸菜丝	(506)
鲜蘑萝卜	(477)	过浆豆花	(491)	五香素鸽	(506)
烧三鲜	(477)	扒松子卷	(492)	酸辣萝卜	(507)
葱油土豆丝	(478)	芝麻炒千张	(493)	糖醋萝卜	(508)
油吃土豆丝	(478)	芝麻拌土豆	(493)	斑指苦瓜	(508)
蟹粉豆腐	(479)	青菜炒百叶	(494)	麻酱拌粉皮	(509)
草堂八素	(479)	青椒炒豆	(494)	麻酱拌豆腐	(509)
百粒面包	(480)	咕老肉	(494)	海蜇拌萝卜丝	(509)
芝麻白果	(480)	糖醋馒头	(495)	油煎苦瓜	(510)
糯米刺	(481)	酱味西瓜皮	(496)	鸡子线	(510)
蜜汁红莲	(481)	凉拌西瓜皮	(496)	炒青白线	(511)
酱烧莴笋	(482)	西瓜炒蛋	(497)	丁香蒸梨	(511)
糖醋青笋	(482)	万年长青	(497)	川椒煨梨	(512)
赛香瓜	(482)	糖醋豆腐丸子	(497)	蜜汁糯米藕	(512)
麻辣素肥肠	(483)	糖醋青萝卜	(498)	冬瓜盅	(513)
糖醋馒头片	(483)	糖醋豆腐丁	(498)	炒南北	(513)
熘虎皮蛋	(484)	活捉莴笋	(499)	炒苋菜	(514)
狮子头	(484)	烧冬笋	(499)	姜汁扁豆	(514)
扒白菜	(485)	雪菜干烧冬笋	(500)	姜汁菠菜	(514)
双色白菜	(485)	水笋焖黄豆	(500)	鱼鳞茄子	(515)
芥末白菜	(486)	素杨梅圆	(501)	雪里蕻炒冬笋	(515)
知了白菜	(486)	鲫鱼冬笋	(501)	素烩酸菠菜	(516)
红辣白菜	(487)	酸渍白菜	(502)	甜珍珠	(516)
辣白菜	(487)	开水白菜	(502)	葱油海带	(517)
奶油冬瓜条	(488)	佛手白菜	(503)	拌海带	(517)
白云冬瓜	(488)	斋叉烧	(503)	翡翠珍珠	(517)
蓑衣丝瓜	(489)	青椒藕丝	(504)	托炒豆腐	(518)
酱油冬瓜	(489)	冬菇藕盒	(504)	珍珠豆腐丸	(518)

素烧豆腐角	(519)	清炒蚬粉	(533)	炒西葫芦片	(547)
三味银耳	(520)	茄子素卤	(533)	五香腌萝卜	(547)
百果羹	(520)	糖渍大头菜黄瓜	(534)	炒蚕豆	(547)
木瓜盅	(521)	虾籽烧冬笋	(534)	酒酿年糕	(548)
烧二冬	(521)	糖醋黄菜	(534)	寿字豆腐	(548)
蒜拌烤茄子	(522)	草菇烧菱角	(535)	漏风豆腐	(549)
蒜泥豇豆	(522)	炆青辣椒	(535)	腌雪里蕻	(549)
金雀舌	(522)	生煎番茄饼	(536)	五彩芦笋	(550)
番茄焖酸白菜	(523)	鱼香豆腐干	(536)	黑豆酿梨	(550)
番茄土豆	(523)	酸辣芹菜	(537)	冰淇淋拌藕	(551)
冻番茄	(524)	菠菜鱼	(537)	油炸山楂糕	(551)
蒜炒平菇	(524)	炸青椒盒	(537)	香椿烘蛋	(551)
醋腌蒜苔	(525)	灶汤	(538)	麻酱苕笋尖	(552)
煎白果	(525)	盐水笋豆	(538)	香油茄糊	(552)
香菇银杏	(525)	油吃黄瓜	(539)	白菜洋芋火锅	(553)
香菇扒菜胆	(526)	扒黄花	(539)	香辣土豆	(553)
芝麻酱拌黄瓜	(526)	炒黄瓜条	(540)	凉拌木耳	(554)
香干拌马兰	(527)	牡丹银耳	(540)	青椒拌皮蛋	(554)
生炒笋尖	(527)	拌辣酱	(541)	茄汁荸荠	(555)
油焖笋尖	(527)	红果拌菜花	(541)	塔菜冻豆腐	(555)
香茄子	(528)	番茄拌菠菜	(542)	红烧冬瓜	(555)
葱拌干丝	(528)	凉拌三鲜	(542)	红腐乳拌苕笋	(556)
糖醋荷包蛋	(529)	清煮馅菜	(543)	水晶蜆头	(556)
罗汉豆鸡	(529)	砂锅白菜粉	(543)	烧土豆	(557)
瓦罐熬白菜	(530)	绿豆芽拌干丝	(544)	拌蜆头	(557)
炸熘海带	(530)	油辣茭白	(544)	炒小葱	(558)
菜松	(530)	醋熘藕片	(545)	翻锅豆腐	(558)
蒜黄炒白菜	(531)	菠菜泥	(545)	甜辣红薯丝	(558)
金边白菜	(531)	酱汁刀豆	(545)	醋烹豆芽菜	(559)
油菜烧冬菇	(532)	冬菜炒蚕豆	(546)	绿叶口蘑	(559)
葱油芋头	(532)	海带松	(546)	炆白菜卷	(560)

干煸苦瓜青椒	(560)	核桃酪	(574)	甜酸卷心菜	(589)
酸甜海带丝	(561)	炒酸菜	(574)	酥松菠菜丝	(589)
汤年糕	(561)	箱子豆腐	(575)	烧萝卜块	(590)
香菜炒新土豆	(561)	奶油玉米笋	(575)	熘平菇	(590)
熘鹌鹑蛋	(562)	冰糖莲子	(576)	鸭蛋黄炒蚕豆	(591)
麻酱豆腐片	(562)	果味锅巴	(576)	姜汁扁豆	(591)
拔丝格炸	(563)	三鲜紫茄	(577)	荷花莲蓬	(591)
腊八豆	(563)	锅烧豆腐	(577)	八宝苹果	(592)
炒辣藕	(564)	熘土豆青椒片	(578)	余蜇头	(593)
辣白菜卷	(564)	豆粉蒸海带	(578)	椒盐土豆片	(593)
锅贴萝卜	(565)	酿馅青椒	(579)	白扒蜇头	(594)
熘发菜	(565)	油菜叶拌粉丝	(579)	盐水毛豆	(594)
腌胡萝卜	(566)	回锅胡萝卜	(580)	清煨玉米笋	(594)
蝙蝠莲藕	(566)	酸辣黄瓜	(580)	熘豆腐丸子	(595)
香椿豆腐卷	(567)	口蘑锅巴	(581)	扒花白菜	(596)
媒人豆腐	(567)	麻茸冬瓜	(581)	锅塌豆腐	(596)
蒜苔炒鸡蛋	(568)	炸萝卜丸子	(582)	炒白菜花	(597)
炒榨菜	(568)	糖醋藕丝	(582)	辣味玉香蛋	(597)
蛋酥花生仁	(568)	炆蕨菜	(583)	胡萝卜烧芽豆	(598)
粉丝拌菠菜	(569)	茶鸡蛋	(583)	麻辣青笋	(598)
麻条山药	(569)	挂霜红枣	(583)	佛手丝瓜	(598)
咸拌菜心	(570)	八宝菠菜	(584)	枣泥山药桃	(599)
腐乳空心菜	(570)	菠菜炖豆腐	(584)	雪包银鱼	(599)
朝鲜辣白菜	(570)	番茄拌粉丝	(585)	卤五香豆干	(600)
鸡冠白菜	(571)	玉柱芦笋	(585)	黄袍豆腐	(601)
清炒鲜菜头	(571)	二冬烧扁豆	(586)	醋熘豆腐	(601)
醋渍大白菜	(572)	香菇拌豆腐丝	(586)	软熘豆腐片	(602)
红烧瓠瓜	(572)	椰菜胡萝卜炒蛋	(587)	一品山药	(602)
炸红枣	(572)	莲蓬豆腐	(587)	红烧小包	(603)
菠菜油豆腐	(573)	酸辣莴笋	(588)	扣碗冬菜香干	(604)
珊瑚藕片	(573)	炆扁豆	(588)	五香花干	(605)

蒜苗炒豆腐	(605)	佛手豆腐	(609)	拌虾皮黄瓜	(613)
炸熘豆腐丸子	(606)	五味豆腐	(610)	珊瑚卷心菜	(614)
红烩合菜	(606)	泡菜	(610)	糖醋双丝	(614)
素豆鱼	(607)	冷食青椒	(611)	油爆豆腐	(615)
蚝油菜心	(607)	牛舌豆腐	(611)	酱白菜	(615)
薄荷鲜桃	(608)	雪花土豆	(612)	口蘑椒油小白菜	(616)
咖喱炸片	(608)	芝麻豆腐	(612)	茄汁菜卷	(616)
卷心菜沙拉	(609)	摊三鲜	(613)	姜拌藕	(617)

菜类

山东海参

一、原料:

水发海参 750 克,猪里脊肉 200 克,蛋皮 1 张,海米 25 克,香菜 10 克,清汤 600 克,味精 7.5 克,精盐 3.5 克,麻油 25 克,酱油、醋各 10 克,料酒、葱各 15 克,姜 5 克。

二、制法:

1. 将海参片成片,在开水中氽透,捞出控干。海米洗净,用温水泡开。里脊肉切成薄片。将 10 克葱切成丝。5 克葱切成末。姜切成末。香菜洗净切成小段。蛋皮切成象眼片。

2. 里脊片放碗里,用葱姜末、酱油、料酒、精盐和麻油拌匀入味。

3. 起锅放入近一半清汤烧开,将里脊片、海参片分别放入汤内氽一下,捞入汤碗中。葱丝、蛋皮片和香菜段拌在一起,放在里脊片与海参片上面,再把海米码在各料上面。

4. 在氽里脊片与海参片的汤内,加入剩余的清汤。烧开后撇去浮沫,加入味精和醋,随即把汤倒入汤碗中。

三、特点:

汤清味鲜。

金腿脊梅炖腰酥

一、原料:

猪腰子 300 克,猪里脊肉 200 克,金华火腿 150 克,萝卜 500 克,精盐 2.5 克,绍酒 2.5 克,葱白、生姜各 1 克。

二、制法: