

[健康·生活] 丛书



# 风味面点

方欣 孙家荣 顾秀风 编

XUEYUANCHUBASHE

学苑出版社

# 风味面点

方    欣  
孙  庄  荣    编  
顾  秀  风

学苑出版社

(京)新登字 151 号

〔健康·生活〕丛书

编委会：晋耘 汝阳 斯源 新跃  
重鹏 清源·振海 李滨

风味面点

方欣 孙庄荣 顾秀凤 编

---

学苑出版社出版

(北京市西城区成坊街 33 号)

江苏省新华书店发行

南京万祥印刷厂印刷

787×1092 1/32 印张：7.75 字数：160 千字

印数：7201—10200

1991 年 1 月第 1 版 1993 年 2 月第 2 次印刷

---

ISBN7-5077-0332-0/Z·53

定价 3.90 元

# 目 录

## 一、家常风味

(一)面条类		肉丝炒面 .....	(19)
干贝汤面 .....	(3)	牛髓油炒面 .....	(20)
鸡翅膀汤面 .....	(4)	腌酸菜炒面 .....	(20)
鸡片肠旺面 .....	(5)	豆豉鸡丁炒面 .....	(21)
宋嫂鱼羹面 .....	(6)	什锦炸面 .....	(22)
刀鱼羹卤子面 .....	(7)	海鲜炸面 .....	(23)
蒸鱼烧醋汤面 .....	(8)	牛肉丝炸面 .....	(24)
豆瓣肉汤面 .....	(8)	雪花龙须面 .....	(25)
家常牛肉汤面 .....	(9)	干烧鲜鱼翅面 .....	(26)
蒜苗鸡丝汤面 .....	(10)	双色凉面 .....	(26)
酸菜开洋汤面 .....	(11)	麻酱面 .....	(27)
蓬莱小面 .....	(11)	四川棒棒鸡面 .....	(28)
素臊子面 .....	(12)	翡翠凉面 .....	(28)
羊肉烩面 .....	(13)	太师面 .....	(29)
蟹肉汤面 .....	(14)	麻辣莽面 .....	(30)
鱼翅汤面 .....	(15)	腌菜凉面 .....	(31)
炖鸡汤面 .....	(15)	椒麻凉面 .....	(31)
牛肉汤面 .....	(16)	攒丝凉面 .....	(32)
三鲜汤面 .....	(17)	生片锅面 .....	(33)
猪肝汤面 .....	(17)	干拌猪蹄面 .....	(34)
鱼面 .....	(18)	北方凉拌面 .....	(35)

开阳葱油面 .....	(36)	五柳鲜鱼饺 .....	(58)
四川担担面 .....	(36)	叉烧包 .....	(59)
漳州手抓面 .....	(37)	小萝卜 .....	(60)
牌坊面 .....	(38)	小金鱼 .....	(60)
蝴蝶四味凉面 .....	(38)	巧果 .....	(61)
(二) 馅类		酥盒子 .....	(62)
咸水饺 .....	(40)	柳叶盒 .....	(62)
香芋饺 .....	(41)	金钱盒 .....	(63)
煎堆 .....	(41)	三鲜炸盒 .....	(63)
钟水饺 .....	(42)	韭菜盒 .....	(64)
鸡肉芋馅 .....	(43)	棱角盒 .....	(65)
菜肉包子 .....	(44)	太师盒 .....	(66)
滑虾包子 .....	(45)	小甜鸽 .....	(66)
四喜蒸饺 .....	(46)	(三) 饼类	
莲耳苹果饺 .....	(47)	夹沙饼 .....	(67)
什锦水晶包子 .....	(47)	南沙饼 .....	(68)
糯米烧麦 .....	(48)	蝴蝶饼 .....	(69)
翡翠烧麦 .....	(49)	空心饼 .....	(70)
猪肉烧麦 .....	(50)	豆沙锅饼 .....	(70)
虾仁烧麦 .....	(51)	牛肉焦饼 .....	(71)
干蒸烧麦 .....	(51)	萝卜丝饼 .....	(72)
三丁包子 .....	(52)	香酥炸软饼 .....	(73)
蟹黄包子 .....	(53)	凤果田鸡饼 .....	(74)
蚝油叉烧包 .....	(54)	吴山酥油饼 .....	(75)
薄皮鲜虾饺 .....	(55)	酥油饼 .....	(76)
春卷 .....	(56)	(四) 面包类	
变味春卷 .....	(57)	蛋黄面包 .....	(77)

- |             |      |            |       |
|-------------|------|------------|-------|
| 餐肉面包 .....  | (78) | 蜜汁桃 .....  | (97)  |
| 虾仁面包 .....  | (79) | 枣糕 .....   | (98)  |
| 枣泥面包 .....  | (79) | 白蜂糕 .....  | (99)  |
| 果酱面包 .....  | (80) | 马蹄糕.....   | (100) |
| 经济面包 .....  | (81) | 百合糕.....   | (100) |
| 炸面包 .....   | (82) | 烘蛋糕.....   | (101) |
| 什锦面包 .....  | (82) | 蒸蛋糕.....   | (102) |
| 火腿面包 .....  | (83) | 亳县绿豆糕..... | (103) |
| 奶油面包 .....  | (84) | 如意百果糕..... | (104) |
| 多维面包 .....  | (85) | 葱油蛋糕.....  | (105) |
| (五)糕类       |      | 朝鲜族打糕..... | (105) |
| 水龙糖糕 .....  | (86) | 玉荷糕.....   | (106) |
| 山药糕 .....   | (87) | 红薯玫瑰糕..... | (107) |
| 玉带糕 .....   | (88) | (六)点心类     |       |
| 三层糕 .....   | (88) | 如意酥.....   | (108) |
| 山楂云片糕 ..... | (89) | 荷花酥.....   | (108) |
| 马拉糕 .....   | (90) | 蟹壳黄.....   | (109) |
| 椰酥炸软枣 ..... | (90) | 百合酥.....   | (110) |
| 焗香油蛋卷 ..... | (91) | 眉毛酥.....   | (111) |
| 月亮糕 .....   | (92) | 富贵牡丹酥..... | (112) |
| 萝卜糕 .....   | (93) | 凤凰蛋酥.....  | (113) |
| 盘转糕 .....   | (94) | 烤菊花酥.....  | (114) |
| 鸳鸯糕 .....   | (94) | 炸菊花酥.....  | (115) |
| 果酱卷糕 .....  | (95) | 蟛蜞酥.....   | (116) |
| 黄糕 .....    | (96) | 玫瑰冰雪酥..... | (117) |
| 蜂糖糕 .....   | (96) | 无宝酥.....   | (117) |
| 樱桃藕丝糕 ..... | (97) | 鸳鸯酥.....   | (118) |

茶酥····· (119)	薄脆····· (121)
花生酥····· (120)	陆良馓子····· (122)

## 二、地方风味

一品烧饼(北京)····· (125)	小笼灌汤包(河南)····· (141)
焦圈果子(北京)····· (126)	鸡蛋灌饼(河南)····· (142)
肉丁馒头(北京)····· (127)	菜盒(河南)····· (142)
都一处烧麦(北京)····· (127)	油酥烧饼(河南)····· (143)
自来红(白)月饼(京式)····· (128)	臊子面(甘肃)····· (144)
狗不理包子(天津)····· (129)	泡儿油糕(甘肃)····· (145)
鸡蛋煎饼果子(天津)····· (130)	高桩馍馍(山东)····· (146)
小笼包子(上海)····· (131)	厚锅饼(山东)····· (146)
肉馅汤团(上海)····· (132)	鱼肉水饺(山东)····· (147)
生煎馒头(上海)····· (133)	黄州烧梅(湖北)····· (148)
虾肉小笼(浙江)····· (134)	糯米豆粩(湖北)····· (149)
猫耳朵(浙江)····· (135)	炸米窝(湖北)····· (149)
薄皮包子(江苏)····· (136)	拨鱼(山西)····· (150)
葱油锅饼(江苏)····· (137)	刀削面(山西)····· (151)
酥油烧饼(江苏)····· (138)	牛(羊)肉泡馍(陕西)····· (152)
酥皮月饼(苏式)····· (139)	萝卜饼(陕西)····· (152)
锅贴(河南)····· (140)	烩扁食(陕西)····· (153)
	甜馅包(四川)····· (154)
	火腿鲜肉包(四川)····· (155)

过桥抄手(四川)·····	(156)	鸡仔饼(闽粤)·····	(160)
蛋烘糕(四川)·····	(157)	娥姐粉果(闽粤)·····	(161)
汤包(淮阳)·····	(158)	薄皮包子(闽粤)·····	(162)
翡翠烧梅(淮阳)·····	(159)	光饼(福建)·····	(163)

### 三、宫廷风味

太后饼·····	(167)	鲜花凤尾酥·····	(182)
千层糕·····	(167)	闻喜煮饼·····	(183)
千层饼·····	(169)	炸冬菜角·····	(184)
金丝卷·····	(169)	炸三角·····	(185)
枣糖糕·····	(170)	蒸炸面合·····	(186)
小干酪·····	(170)	香菜托·····	(187)
荷花酥·····	(171)	萨其玛·····	(187)
酥盒子·····	(172)	姜丝排叉·····	(188)
甘露酥·····	(173)	马蹄烧饼·····	(189)
烙干肉·····	(174)	茶食刀切·····	(190)
三不沾·····	(174)	黄石港饼·····	(191)
炸元宵·····	(175)	小菜合·····	(192)
百子寿桃·····	(176)	萝卜丝饼·····	(192)
芝麻锅炸·····	(177)	双麻火烧·····	(193)
小包酥盒·····	(177)	单麻火烧·····	(194)
寿县大救驾·····	(178)	豆尔馒首·····	(195)
洋河车轮饼·····	(179)	香糟馒头·····	(195)
蜜汁素樱桃肉·····	(180)	银丝卷·····	(196)
信阳勺子馍·····	(181)	木犀糕·····	(197)
奶油炸糕·····	(181)	小窝头·····	(197)

梔子窝头·····	(198)	艾窝窝·····	(208)
龙须糕·····	(199)	凉糕·····	(209)
金黄糕·····	(199)	蜜汁山药段·····	(209)
蒸素包·····	(200)	核桃酪·····	(210)
荷叶卷·····	(201)	芸豆卷·····	(211)
麻花卷·····	(202)	豌豆黄·····	(213)
杏仁佛手·····	(202)	松子海罗·····	(215)
莲蓉喜字饼·····	(203)	豆面剪子股·····	(215)
茯苓豆沙寿桃·····	(204)	铜盆糕·····	(216)
小枣石榴·····	(204)	五花糕·····	(216)
桃仁海棠果·····	(205)	蜂糕·····	(217)
重阳花糕·····	(205)	碗窝·····	(217)
烫面饺·····	(206)	瓦坨·····	(218)
八宝馒头·····	(207)		

#### 四、西式糕点

奶油干点心·····	(221)	方烤糕·····	(230)
炼乳方点心·····	(222)	杂瓣小点心·····	(231)
奶油布丁·····	(223)	奶油条酥·····	(231)
奶油花酥·····	(224)	咖哩包子·····	(232)
长圆糕·····	(225)	蛋油叉烧饼·····	(233)
奶油清酥卷·····	(225)	奶油膏点心·····	(234)
水果蛋黄点心·····	(227)	奶香月饼·····	(235)
麻仁牛舌酥·····	(228)	精粉大点心·····	(236)
沙盖·····	(228)	冻粉蛋白膏·····	(236)
蛋黄酥·····	(229)	奶油蛋清圆饼·····	(237)

## 一、家常风味



## (一) 面条类

### 干 贝 汤 面

**【原料】** 普通面条 600 克,水发干贝 400 克,调味料(盐及酒各 1 小匙,胡椒少量,蛋白 1 只,淀粉 3 大匙,沙拉油 1 大匙),青菜 1 棵,大葱 1/4 棵,姜少量。(A)(肉汤 1 杯、盐半小匙、酒 1 大匙,胡椒少量、砂糖 1/3 小匙),淀粉 1 小匙,(B)(盐 4 小匙、胡椒少量、鸡油 2 小匙),肉汤 6 杯。

#### **【制作】**

- (1)将水发干贝切成薄片,沥去水分,加调味料调匀。
- (2)将青菜摘洗干净,切成小段,洗净后用开水焯熟。
- (3)将葱用刀拍扁,切成 1 厘米的角状。
- (4)锅中放 2 杯沙拉油加热后,炸干贝。
- (5)另用 2 大匙沙拉油加热煸炒葱、姜,炒出香味后,再放入干贝及青菜段同炒,用(A)调味后加肉汤烧成糊状。

(6)与(B)的调味料混合,再加入热肉汤,盛入碗中,放入另煮好的面条,再将做好的青菜段及干贝放在面条上即成。

## 鸡翅膀汤面

**【原料】** 面条 800 克,鸡翅膀 16 支,调味料(酱油 2 小匙、料酒 1 小匙、盐、胡椒各少量),熟笋 200 克,干香菇 6 至 8 朵,葱 2 根,炸油适量,沙拉油 3 大匙,高汤 2 杯,(A)(酱油、蚝油各 2 大匙、料酒 3 大匙、砂糖 1 大匙、盐、胡椒各少量),淀粉 2 大匙至 3 大匙,(B)(酱油 4 大匙、盐 1 小匙、胡椒少量),高汤 6 杯。

### **【制作】**

(1)将鸡翅膀浸渍在调味料中 20~30 分钟,然后用热油炸成金黄色。

(2)将煮好的竹笋切成小片,干香菇亦同样切成小片,葱切成 6 厘米长的段。

(3)炒锅置火上,将沙拉油加热,葱花入锅爆香后,加入高汤、鸡翅膀、竹笋及香菇,随后放入(A)调味料用文火焖煮,煮到汤汁剩 1/3 的时候,用水淀粉勾芡。

(4)将(B)调味料和高汤烧开,加入煮好的面条中,把烧好的鸡翅膀、竹笋和香菇放在面条上即可。

## 鸡片肠旺面

**【原料】** 鸡蛋面 1000 克,生猪大肠 1000 克,猪血 500 克,生猪颈肉 500 克,熟鸡肉 300 克,熟猪油 500 克(实耗 100 克),辣椒油 100 克,酱油 200 克,味精 5 克,葱花适量,鸡汤 1000 克,盐 10 克,醋 15 克。

### **【制作】**

(1)将猪大肠用温热水翻洗几遍,再用 10 克盐、15 克醋干搓一遍,再用清水漂洗,入锅加水(以没过大肠 7 厘米为度)用温火煮约 2 小时,熟后捞起,等猪大肠冷却后再用刀切成 16 毫米长,10 毫米宽的小片,将猪颈肉切成如蚕豆大小的丁。

(2)炒锅置火上,放入熟猪油,油化后将猪颈肉丁入锅炸,炸脆为止。

(3)将鸡肉片切成小薄片,另把生猪血用刀划成小片,放入沸水锅内氽熟。

(4)把鸡蛋面放入沸水锅煮(需一碗一碗地下,将面分成 10 份),煮至面条漂起后,就可捞出盛在碗内,舀入鸡汤,加猪血、肠子、鸡肉片、炸好的猪颈肉与酱油、辣椒油、猪油和少许葱花即可食用。

注:鸡蛋面是用 800 克面粉与 3 只鸡蛋、20 克干黄粉加入少许水和的,用碱把面揉匀,擀片,切成细面条。

## 宋嫂鱼羹面

**【原料】** 面条 500 克,鲜鱼一条,熟冬笋 75 克,化猪油 150 克,四川郫县豆瓣 50 克,食盐 5 克,酱油 25 克,料酒 10 克,味精 5 克,胡椒面 1.5 克,水豆粉 50 克,葱 50 克,老姜 25 克,花椒 10 粒,摘好的芹菜茎 50 克,肉汤 600 克。

### **【制作】**

(1)将鱼刮去鳞、剖腹、摘去内脏,洗干净 去掉鱼头,从鱼脊两边下刀剔鱼肉,然后再去掉鱼皮,鱼骨留着待用。把 200 克净鱼肉切细碎,盛入碗内,用食盐、料酒、胡椒面拌匀待用。将冬笋切小细丁,芹菜切丁待用。

(2)将炒锅置火上,烧热后放化猪油 50 克,再放入豆瓣慢慢炒酥至出红油,马上倒入清汤煮一下,捞出豆瓣渣,放鱼骨入汤再熬,待鱼鲜味熬出后,将鱼骨、姜、葱捞出不要了。把冬笋丁放入锅内,加酱油、味精尝好咸鲜口。

(3)另把一只炒锅置火上,放入化猪油 100 克,微热时,将调好的鱼肉码匀,水豆粉放入油内,用筷子轻轻划散,见熟马上捞起,倒入另一锅的鱼汤内,及时加入芹菜丁,用水豆粉勾一下汤成浇头。

(4)锅内倒入清水置火上,烧开后下面条,煮熟后捞入 10 只碗中,将浇头浇在面条上即可食用。

## 刀鱼羹卤子面

**【原料】** 刀鱼 1500 克,刀切面条 1500 克,春笋 1250 克,猪油 300 克,酱油 250 克,虾籽 10 克,白糖 50 克,味精、生姜、葱、黄酒、盐、豆粉适量,鲜汤 500 克。

### **【制作】**

(1)刀鱼刮去鳞、摘去鳃、内脏掏净,切去鱼头、尾、肚边,将鱼洗干净。炒锅置火上,放入鱼、糖、姜、葱、酒、猪油 50 克、酱油 100 克、少许水,鱼煮熟后盛起,汤另留着待用。拆去鱼骨、鱼刺(完全没有骨、刺才能用)。

(2)剥去笋子的皮壳,切成片,锅内放入猪油 300 克,烧至五成热时,倒入笋片略炸,盛起笋待用。

(3)将炒锅置火上,烧热后倒入猪油 100 克,放入鱼头、鱼尾、鱼肚边、适量的姜、葱、酒煸炒,再倒入 500 克汤,加入笋,烧至汤卤浓如乳状时,锅离火,用汤筛过滤(只留汤),再将鱼肉、煮鱼的卤、少许酱油放入汤中继续烧约 30 分钟,加入味精,用豆粉勾芡,面卤即成。

(4)将面条下锅煮熟后,捞出放入热水盆中,再用开水烫一下,甩干水分,用 100 克猪油调匀,分别盛入烫过的热碗内,浇上鱼卤即成。

## 蒸鱼烧醋汤面

**【原料】** 面条 800 克,带鱼 400 克,葱 80 克,蒜 2 瓣,姜酌量,鸡蛋 2 只,沙拉油 2 大匙,豆瓣酱 1 大匙,(A)(高汤一杯半、砂糖 1 大匙、酱油及酒各 2 大匙,盐半小匙,胡椒少量),淀粉 2 大匙,醋 1 小匙,(B)调味料(盐 4 小匙、胡椒少量),高汤 6 杯。

### 【制作】

(1)将带鱼放入碗内,以强火蒸 10 分钟。

(2)把葱、蒜、姜分别切成末,将鸡蛋打散备用。

(3)炒锅置火上,倒入适量沙拉油,待油热后,倒入豆瓣酱、蒜、姜末,炒至发出香味时(注意不可烧焦),放入带鱼。

(4)带鱼入锅略炒数下后,加入(A)调味料调味,再用淀粉勾芡,接着放鸡蛋、醋、撒入葱花。

(5)将(B)调味料和高汤调拌后盛入碗中,再放入煮好的面条,将烧好的带鱼倒在面条上即可。

## 豆瓣肉汤面

**【原料】** 面条 800 克,猪肉末 200 克,毛菇 6 朵,葱 80 克,沙拉油 3 大匙,(A)(高汤一杯半、酱油、料酒、芝麻油各 1 大匙、砂糖 1 小匙、豆瓣酱 2 小匙、盐半小匙、胡椒少量),淀粉