



重慶名菜譜

重慶人特出飲食

重 庆 名 菜 譜

重庆市飲食服务公司

重 庆 人 民 出 版 社

重 庆 名 菜 譜
重庆市飲食服务公司編

重庆人民出版社出版 (重庆嘉陵路344号)

重庆市书刊出版业营业许可证出字第1号

重庆新华印刷厂印刷 四川省新华书店重庆发行所发行

开本：787×1092 1/32 印张：14 1/2 插图2 字数：91千

1980年3月第1版 1980年3月第1次印刷

统一书号：15114·114 印数：1—3,000册 定价：0.45元

前 言

川菜具有悠久的歷史，品种繁多，烹制精湛。它不仅以“麻辣味浓”見长，而且兼有“鮮嫩清淡、菜存本味”的特点，內容极为丰富，味、香、色、形具美，是我国有名的地方菜之一，在国内外均享有較高的声誉。

重庆地方風味繼承了川菜的优良传统，其主要特点是：集中用味、不失本味、規格講究、色泽分明，是我国烹調艺术中的一支鮮花。解放以来，在党的正确領導，和广大职工的努力下，本着特殊与一般相結合的精神，采取边整頓、边恢复、边发展、边提高的办法，使这些名饌美点日益欣欣向荣，絢丽多姿。为了广泛交流經驗，进一步提高烹調技术水平和服务質量，不断滿足人民群众物質生活日益增长的需要，更好地为祖国社会主义建設事业服务，特将本市部分菜点（計 150 个品种）的烹調方法和配料規格，初步整理汇编成“重庆名菜譜”一書，供同志們在工作中参考。由于缺乏經驗，又限于水平，有不到之处，敬希指正，以便改进。

重庆市飲食服务公司

一九六〇年四月

目 录

颐 之 时 餐 厅

烧牛头方.....	2	椒麻鸡.....	15
富保腰块.....	3	盐水子鸡.....	16
烟熏排骨.....	3	叫花子鸡.....	17
炸斑指.....	4	樟茶鸭子.....	17
冬菜蒸肉饼.....	5	姜片鸭子.....	18
清汤竹参肝膏.....	5	锅贴鸭方.....	19
冬菜腰片汤.....	6	溜黄菜.....	19
锅贴肚头.....	7	火腿烘蛋.....	20
夹沙肉.....	8	干煸冬笋.....	20
红烧什锦.....	8	酿茄饼.....	21
干烧岩鲤.....	9	枣糕.....	22
犀浦鲢鱼.....	10	火腿饼.....	23
汗蒸鱼.....	11	鲜花酥饼.....	23
锅贴鱼.....	12	燕窝耙.....	24
干煸鳊鱼.....	12	萝卜丝饼.....	25
八宝鸡.....	13	开花白结子.....	26
叉烧全鸡.....	14	核桃泥.....	26
烟熏子鸡.....	15	酿梨.....	27

重 庆 飯 店

清蒸杂烩.....30	炒鴨脯..... 38
传絲杂烩湯.....31	虫草蒸鴨..... 38
鍋耙肉片.....31	紅燒鴨卷.....39
清蒸肥头魚.....32	酿鵪蛋..... 40
紅燒脚魚.....33	魚香茄餅.....41
宮保鷄丁.....33	叉燒火腿..... 41
碎米鷄丁.....34	奶湯素烩.....42
汗蒸全鷄.....35	开水白菜.....43
蕃茄烩鷄腰.....36	网油黃秧白.....43
鮮溜鴨肝.....36	干貝燒冬莧菜.....44
烩鴨舌掌.....37	

民 族 路 餐 厅

一品叉燒酥方..... 46	醋溜鷄..... 54
豆渣烘猪头.....48	冬菇燒大轉弯..... 55
鱔子肉.....49	格呢子鷄.....55
營保肉丁.....49	家常鷄.....56
东坡燒肉.....50	热窩姜汁鷄..... 57
椒盐蹄膀..... 51	芙蓉鷄片.....58
干風牛肉絲..... 51	八宝全鴨.....59
半湯魚.....52	菜芋燒鴨..... 60
藥魚湯.....53	豆渣鴨子.....60
奶湯萝卜絲鱔魚.....55	香酥鴨子.....61

芹黃燒拌冬筍.....62

79. 玫瑰鍋炸.....62

实 驗 餐 厅

宮錦肉.....66

醬爆肉.....66

魚香肉絲.....67

豆瓣肘子.....67

粉蒸肉.....68

粉蒸肥腸.....68

燒白.....69

火爆腰花.....69

白油肝片.....70

魚香肝片.....70

紅燒菜膽.....71

炒菜薹.....72

犬蒜燒鯉魚.....73

豆瓣鯽魚.....73

脆皮魚.....74

小煎雞.....75

姜爆鴨塊.....76

螞蟻上樹.....76

口袋豆腐.....77

渝 香 村

清炖牛肉湯.....80

清炖牛尾湯.....81

清炖枸杞牛鞭湯.....82

炒牛肚梁.....83

如意花卷.....83

老 四 川

灯影牛肉.....86

麻辣牛肉絲.....88

烟熏牛肉.....89

卤牛肉.....89

毛牛肉.....91

小 竹 林

蒜泥白肉.....	94	家常香腸.....	96
水煮牛肉.....	94	榨菜肉絲.....	97
盐煎肉.....	95	連鍋湯.....	97
家常醃肉.....	96	麻婆豆腐.....	98

著 名 小 吃

白市驛板鴨.....	99	豆皮.....	116
江北熊鴨子.....	100	鷄汁鍋貼.....	118
挂爐烤鴨.....	101	紅油水餃.....	119
炖鷄汁.....	102	过橋抄手.....	120
棒棒鷄.....	103	清湯抄手.....	122
怪味鷄絲.....	104	鷄油大湯元.....	123
熏魚.....	105	小湯元.....	124
凉拌牛肉.....	106	提絲發糕.....	125
橋頭火鍋.....	107	珍珠元子.....	126
高豆花.....	108	猪油鷄蛋熨斗糕.....	126
烩千張.....	109	火腿鮮肉包子.....	127
毛血旺.....	110	玫瑰附油包子.....	129
羊肉粉.....	111	猪油麻花.....	130
担担面.....	112	怪味葫豆.....	130
凉面.....	113	麻薄脆.....	131
凉粉.....	113	蜂糕.....	132
牛骨髓酥油茶.....	115	泡糖.....	133

頤 之 時

頤之時餐廳于1951年由蓉遷來本市后，吸收了本市一部份著名廚師參加工作，技术力量較強，設備精雅，并已基本實現機械化、蒸氣化和聯動化，是本市大型餐廳之一。菜餚工精料真，一直保持着正宗川味的特點。廚師周海秋、江浙澄 唐治云等均積累了近四十年的豐富經驗，創制了很多名菜名點，这里介紹的是該廳著名菜點干燒岩鯉、宮保腰塊、樟茶鴨子、棗糕等36個品種的烹制方法。

烧牛头方

【原 料】

水牛脑顶肉（不宜 用黄牛）	6斤	冰糖色	7錢
肉湯（炒菜料）	3杓	每鷄湯（炒菜料）	3杓
紹酒	1兩2錢	鮮菜（或心）	1斤
姜葱	少許	生鷄油	1兩2錢
小磨麻油	少許	食盐	少許
		猪油	5錢

【制作方法】

烧牛头系取用其皮子。先将脑顶肉在爐火上將毛燒掉，刮洗干淨，用清水以文火炖約五小时，取出削淨毛眼和肉取其皮子。再将皮子用清水以文火炖至七成火候时（約需六小时），即取出洗淨，切成骨牌块状，用沸水連續微煮三次（厨称出水三次），以去其胶質和騷气。

猪油在旺火上煎辣，即放入葱姜快炒一、二鐘，滲进肉湯，俟湯沸即取出葱姜不要。随即放入牛皮移置文火上燒約一小时，撈起滤干湯汁，置錦鍋內，加进鷄湯、紹酒、生鷄油、食盐和冰糖色等，以文火烧熟为止（約一小时）。起鍋时取出生鷄油渣不要，牛皮轉入另一耳鍋里用武火收稠湯汁，淋上小磨麻油，盛于盘內，配上剛炒好的鮮菜即成。

【特 点】

味浓厚可口，質糯而不粘，色澤光亮，营养丰富，具有特殊風味。

宮保腰塊

【原 料】

豬腰	2 对	干海椒(切成小节)	8 錢
豬油	3 兩	紹酒	6 錢
水豆粉	少許	食鹽	少許
醬油	8 錢	白糖	少許
醋	少許	姜蒜片	少許
黃蔥节	少許		

【制作方法】

腰子洗淨对剖去騷，切成約一寸見方的塊子，每塊均用刀划成若干個小方格方塊(不切斷，厨称荔枝塊)，和以紹酒、食鹽、水豆粉等拌勻；再將白騷、醋、醬油和水豆粉盛入碗中，加進一酒杯肉湯調成汁水。將鍋置旺火上燒紅后，傾入豬油煎辣，放進海椒节炒成棕紅色(偷油婆色)，隨即將腰塊、姜蒜片和黃辣傾入鍋內，炒五、六錢，及時將已調好的汁水攪勻淋入，再炒三、四錢即成。

【特 点】

肉質脆嫩，略帶荔枝味，辣糖鮮美。

烟熏排骨

【原 料】

糯筴子排骨(正肋条)三斤	小磨麻油	2 錢
--------------	------	-----

葱（切寸长小节）	2 根	生姜（拍碎）	3 錢
食盐	1 两	柏枝	5 兩

【制作方法】

除去排骨边尖不整齐部分，以三根肋骨为一组宰成长方形块子。两面均匀地抹上細盐，将姜、葱置排骨上盛在大碗內，上蒸籠蒸約半小时，到刚熟时取出，放入沸热卤水（一般卤菜的卤水）中煮到熟軟的程度，即肉与骨稍用力便可使之分离的时候取出，吃时油煎，热置文火上炸之，炸到油冒出青烟即行取出，以鮮柏树枝烧烟熏約数分鐘，刷上麻油，砍成骨牌大小的块子即成。

【特 点】

鮮嫩，清香爽口。

炸 斑 指

【原 料】

猪肥腸头	5 根	生姜（拍碎）	2 兩
青葱（切成寸节）	2 兩	白矾（拍碎）	少許
醋	2 兩	干豆粉	6 錢
紹酒	6 錢	食盐	少許
胡椒	少許		

【制作方法】

腸头清洗干淨。洗时加进生姜、青葱、白矾、醋等，以去其怪味。洗淨后以沸水微煮（厨称“川一道”），捞起滤干，盛入碗里，加姜、葱、胡椒、食盐及紹酒等，原籠上蒸約两小时，俟蒸烂即取出，晾干水气，塗上干豆粉，以滾

油炸之。炸时火不宜大，油不宜过浓，以防炸胡。至表皮现藕黄色时，即捞起。斜切约一小指宽的小筒节，盛入盘内，配以葱、酱或椒盐，以荷叶饼佐食。

【特 点】

外脆内嫩，食化渣，味道香美。

冬 菜 蒸 肉 饼

【原 料】

猪后腿瘦肉	2 两	猪肥膘肉	6 钱
阴米粉	6 钱	冬菜	4 钱
绍酒	6 钱	黄豆芽(去根脚)	6 钱
鸡蛋(搅散)	1 个	食盐	少许
胡椒	少许	姜汁	少许

【制作方法】

肥、瘦肉均切成极细小的颗粒（不宜用刀宰，否则不散口），盛入碗内，加少许清水、阴米粉、鸡蛋、绍酒、食盐、姜汁、胡椒等，混合搅匀，掺至水分为肉吸收时，制成圆饼状，连同冬菜、豆芽盛入小磁盅内，加进清水（以水刚淹没肉饼为度），蒸约半小时即成。

【特 点】

细嫩散口，味道鲜美，营养丰富。

清 汤 竹 参 肝 膏

【原 料】

竹参	2 钱	瘦猪肉	2 两 5 钱
----	-----	-----	---------

雞脯肉	4兩	雞肝（以母雞黃	
母雞湯	6杓	沙肝最好）	4兩
雞蛋（取白）	二个	紹酒	6錢
食鹽	少許	胡椒	少許

【制作方法】

竹參以淘米水发胀后，輕輕搓几下漂入清水內。

雞肝洗淨以刀背捶絨，將蛋白攪散滲入雞肝內，並加入胡椒、食鹽和雞湯一杓，合拌調勻。以絲羅篩濾渣取汁，連續濾三次，然後將肝汁盛在碗內，蒸約十分鐘即凝結成膏。蒸時火力要適度，火大則會起蜂窩眼，火小則引起沉澱，不能凝結。

雞湯五杓裝在小鍋內，在微火上燒沸，將浮油打起不要。將瘦豬肉用刀背捶絨，以冷湯調散傾入雞湯內，並加進紹酒用杓攪轉，俟湯再沸時用漏杓將沉渣撈起不要。再將雞脯肉照樣進行，並隨時打淨浮油，即成清湯（清湯時火力不宜大）。

臨吃前將清湯輕輕轉入肝膏碗里，並將發脹漂淨的竹參切成寸節放入，蒸熟即成。

【特 點】

湯清徹如鏡，味鮮美可口。竹參乃本省特產。

冬 菜 腰 片 湯

【原 料】

豬腰	3个	清湯（作法見清湯肝	
小磨麻油	數滴	膏栏）	1大碗
胡椒面	少許	味精	少許

冬菜（切香子） 1两 食盐 酌量

【制作方法】

去腥臊，片成薄片（腰有多大就切多大），用清水漂起。用一般汤将腰片稍煮去其血腥味。

冬菜在清汤内稍煮后，即加进胡椒面、味精、食盐，煮开后盛入碗中。再将煮过的腰片放入清汤碗内，并淋上麻油即成。

【特点】

汤清稠，味鲜美。

鍋貼肚头

【原料】

肚头	2个	荸薺	4个
紹酒	少許	味精	少許
雞蛋(用白)	1个	姜	数小片
肥膘肉	2两5錢	熟火腿	6錢
胡椒	少許	食盐	少許
干豆粉	4錢	葱	数小节
淨冬笋	6錢		

【制作方法】

肚头去筋皮，切成骨牌般大、銅元般厚的块子，与食盐、紹酒、胡椒、味精、姜葱等一齐拌和均匀。肥膘肉煮熟后切成与肚头一样大的块子，將荸薺、冬笋、火腿切成小片，再将蛋白与豆粉拌成蛋清豆粉。

將肥膘肉抹干水气后，抹上蛋豆粉。以荸薺、冬笋、火腿片摆在上面，又抹上蛋豆粉，再摆上一块肚头。鍋烧辣

后約下一湯瓢猪油、微燒后即倒去，留下少許猪油，移在小火上煎炸上述片子。肚头朝上，肉片臨鍋，待肉煎成金黄色时，翻面將肚头那一面微煎，倒去鍋中所有的油，加进紹酒輕輕搖动，起鍋即成。

【特 点】

酥脆香美。

夹 沙 肉

【原 料】

熟肥膘肉	半斤	洗沙	2两5錢
白糖	1两2錢	糯米	2两
紅糖	2两	冰糖色	少許

【制作方法】

將肉切成筷子般厚、約二寸长的块子，每一块肉分切两面，皮不切斷（即所謂火連块子），每块夹上洗沙，平鋪碗內，糯米蒸熟后与紅糖和轉，摆在肉上，上籠蒸爛。临吃时翻置盘中，撒上白糖。

【特 点】

油多，味甜美。

紅 燒 什 錦

【原 料】

猪心、猪舌、猪肚（切成条子）

共10两

鷄肉、橫喉、水蹄筋、水魷魚、水海參、火腿(切成条子) 共5两

冬菇、冬笋、青笋、白萝卜、紅萝卜(切条子)共5两

豆尖	少許	味精	少許
冰糖色	少許	醬油	少許
食盐	少許	水豆粉	少許
胡椒	少許	猪油	酌用
紹酒	少許	花椒	几粒

【制作方法】

將心、舌、肚、鷄肉、橫喉、蹄筋等出水后，用适量的湯加进冰糖色、食盐、紹酒、姜、葱、醬油等，在文火上燒煨，再將冬菇、冬笋、青笋、紅白萝卜用油微炸，待心舌等燒至八成熟时加入同燒，均已燒爛时起鍋，盛于盘中，随即將用过的魷魚、海參連同火腿、豆尖傾入湯汁內，燒片刻，加进胡椒、味精，淋上少許水豆粉扯欠，即行起鍋倒在什錦上。

【特 点】

味濃厚，色美觀。

干 燒 岩 鯉

【原 料】

岩鯉(2斤左右)	1尾	黃蔥(切顆)	6錢
猪肥膘(切成小指头般大的顆粒)	1两	生姜米	少許
猪油	2两5錢	醋	少許
紹酒	1两2錢	味精	少許
		蒜米	少許