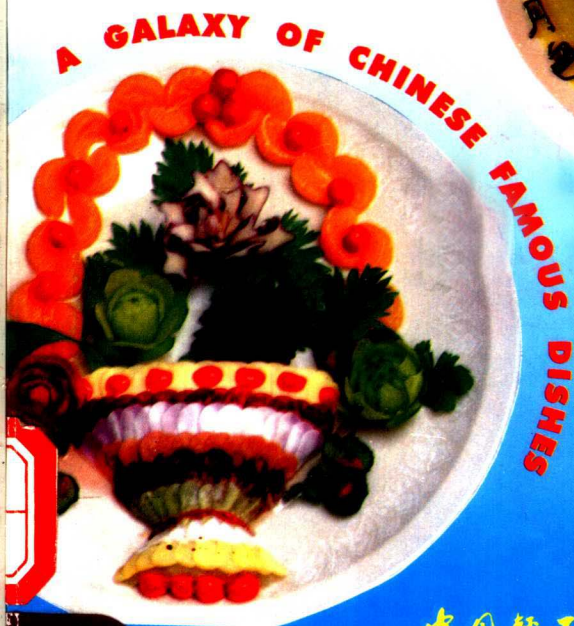


中國名菜譜

——全国厨师培训优秀作品集

1



中国轻工业出版社

A GALAXY OF CHINESE FAMOUS DISHES

中国名菜荟萃



——全国厨师培训班优秀作品选(1)

张仁庆主编

中国轻工业出版社

内 容 简 介

本书内容选自28期全国厨师培训班学员结业考试时的优秀作品及《中国厨师名人录》第一集中的部分杰作。制作者多是全国各大宾馆、饭店、酒楼的厨师长或主厨,有多年的实践经验。全书共精选了280道名菜,图文并重。这些名菜反映了中国的饮食文化在日新月异地发展,不仅保持了传统的色、香、味、形,而且有创新和提高。从本书中可以看到烹坛新秀在不断涌现,各地方的风味菜肴在相互对比和竞争中放出异彩。

本书是从事餐饮业工作者的有用的工具书,同时可作为烹饪教学的参考资料。本书丰富的菜例也能满足社会广大读者对提高个人烹饪水平的需要。

中国名菜荟萃

——全国厨师培训班优秀作品选(1)

张仁庆 主编

彭信勤 责任编辑

*

中国轻工业出版社出版

(北京市东长安街6号)

北京百花彩印有限公司印刷

新华书店北京发行所发行

各地新华书店经售

*

850×1168毫米1/32印张: 8 插页: 4.25 字数: 318千字

1993年12月 第1版第1次印刷

印数: 1—20000 定价: 26.00元

ISBN 7—5019—1581—4/TS·1032

目 录

第一部分 优秀菜例制作方法

(一) 食品雕刻类 ··· 3	21. 孔雀献珠····· 13
1. 一品南瓜····· 3	22. 西湖断桥····· 14
2. 喜鹊登梅····· 3	23. 竹苑····· 14
3. 金鱼戏鹅····· 4	24. 鸳鸯戏水····· 14
4. 水果西瓜灯····· 5	25. 锦鸡报春····· 15
5. 四拼花篮····· 5	26. 湖光山色····· 16
6. 双雀献宝····· 6	27. 水晶翡翠糕····· 17
7. 龙凤瓜盅····· 7	28. 黄荆凉粉····· 17
8. 花瓶····· 8	29. 孔雀开屏
9. 再回首····· 8	(2) ······ 18
10. 岭城腾飞····· 8	30. 群鹤争鸣····· 18
11. 龙船····· 9	31. 喜鹊水仙····· 19
12. 迎宾花篮····· 9	32. 松鹤延年
13. 鱼乐····· 9	(1) ······ 20
14. 喜鹊登梅····· 9	33. 金鱼闹莲····· 20
15. 麻姑献寿····· 10	34. 海阔鱼翔····· 21
(二) 冷拼类 ····· 10	35. 燕舞迎春归····· 21
16. 雪山花篮····· 10	36. 金鸡独立····· 22
17. 孔雀开屏	37. 锦鸡欲飞····· 23
(1) ······ 11	38. 双凤相会····· 23
18. 八卦冷拼····· 11	39. 拼盘····· 24
19. 百花迎春····· 12	40. 孔雀牡丹(八
20. 金钱蝴蝶····· 13	围碟) ······ 24

41.	彩蝶戏牡丹·····	25	69.	大鹏展翅·····	42
42.	凤戏牡丹·····	25	70.	凤穿牡丹·····	42
43.	牡丹争艳·····	26	71.	花 篮 (1) ···	43
44.	金鱼戏莲·····	27	72.	花 篮 (2) ···	44
45.	盆 景·····	27	73.	花 篮 (3) ···	44
46.	水 牛·····	28	74.	满篮桔红·····	45
47.	唐三彩·····	28	75.	梅花冷盘·····	45
48.	杨岐春晓·····	29	76.	熊猫戏竹·····	46
49.	凤麓秋色·····	30	77.	松鹤长青·····	47
50.	群鱼追珊瑚·····	31	78.	一帆风顺·····	48
51.	鸳鸯戏水·····	31	79.	热带鱼·····	49
52.	玉兔迎春·····	32	80.	双色鱼丸·····	49
53.	西山小景·····	32	81.	蝶恋花·····	49
54.	彩蝶纷飞·····	33	82.	松鹤延年	
55.	雁塔风光·····	34		(2) ······	50
56.	龙凤呈祥		83.	荷塘春色·····	51
	(1) ······	34	84.	什锦冷拼	
57.	二龙戏珠·····	35		(3) ······	51
58.	蜜汁喜迎梅·····	36	85.	什锦冷拼	
59.	龙凤呈祥			(4) ······	51
	(2) ······	36	86.	凤 凰 (1) ···	51
60.	什锦冷拼		87.	孔雀开屏	
	(1) ······	37		(3) ······	52
61.	什锦冷拼		88.	凤 凰 (2) ···	53
	(2) ······	38	89.	凤 凰 (3) ···	53
62.	群蝶戏梅·····	38	90.	锦上添花·····	54
63.	飞蝶冷盘·····	39	91.	凤凰恩侣·····	54
64.	彩 蝶 (1) ···	39	92.	八宝葫芦鸡·····	55
65.	彩 蝶 (2) ···	40	93.	孔雀鸽蛋三	
66.	彩蝶戏花·····	40		味虾·····	56
67.	蝶恋蝶·····	41	94.	蜜汁炆·····	56
68.	双蝶戏梅·····	41	95.	母子相会	

	(鲁菜)	57
96.	太河风光	58
97.	云台仙桃	58
98.	雄鹰苍松	59
99.	松鹤延年 (3)	59
100.	雄鹰展翅 (1)	60
101.	虎 啸	60
102.	葡萄盆景	61
103.	四喜迎春	61
104.	雄鹰展翅 (2)	62
105.	雄鸡报晓	63
106.	山 恋	64
107.	百泉小景	64
108.	玉兔登山	65
109.	果味锅巴	66
110.	西冷拼盘	66
111.	雪里青松	67
112.	桔子桃仁	67

(三) 面点类

113.	一品喜糕	68
114.	福禄寿桃	69
115.	花卉米点	69
116.	莲池白鹅	70
117.	荷花争艳	71
118.	玉兔乐	72
119.	香糯米	72
120.	果酱酥排	73
121.	葵花鸡茸饺	73

122.	烤气鼓	74
123.	龙须夹沙酥	74
124.	蝴蝶文蛤饼	75
125.	四喜饺	76
126.	四味荞包 (创 新菜)	76
127.	刺猬菊花酥	77
128.	黄油炸鸡卷	78
129.	金钱三色吐 司	78
130.	四鹤桔酥	79
131.	仙鹤戏水	80

(四) 热菜类

I. 鱼类

132.	整鱼两吃	80
133.	大千干烧鱼	81
134.	清蒸草鱼	82
135.	整鱼三吃	82
136.	吉祥桂鱼	83
137.	茄汁菊花活鱼 (鲁菜)	83
138.	清蒸加吉鱼 (鲁菜)	84
139.	清蒸三夹鱼	85
140.	蔬菜烤鱼 (西菜)	85
141.	鲤鱼献宝 (创 新菜)	86
142.	双蛙观棋	88
143.	茄汁菊花鱼	89
144.	苹果黄油烙桂	

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| 鱼(西菜) ... 89 | 163. 荷包布袋鸡...103 |
| 145. 川味菊花鱼
(川菜) 90 | 164. 人参炖鸡(药膳) 104 |
| 146. 百花鱼肚(徐海名菜) 91 | 165. 玉珠枸杞鸡
(药膳) 104 |
| 147. 太极鱼仁 92 | 166. 烫片鸭子..... 105 |
| 148. 鱼茸翠扇
(鲁菜) 93 | 167. 翡翠鸡脯(淮扬菜) 106 |
| 149. 萝卜鱼 93 | 168. 人参贝母鸡
(药膳) 106 |
| 150. 龙舟鱼(创新菜) 94 | 169. 葱油凤爪..... 107 |
| 151. 冲油波浪鱼(创新菜) 95 | 170. 凤翅鳝段(淮扬菜) 108 |
| 152. 雪里藏蛟(创新菜) 95 | 171. 汽锅鸡..... 108 |
| 153. 金毛狮子鱼(创新菜) 96 | 172. 椰柿飞龙(创新菜) 109 |
| 154. 竹板鱼 97 | 173. 灯笼鞭炮鸡
(京菜) 110 |
| 155. 桔瓣鱼丸 97 | 174. 药膳扒鸡(创新菜) 110 |
| 156. 琵琶鱼肚 98 | 175. 芙蓉卧鸡(创新菜) 111 |
| 157. 莲花鱼丝(创新菜) 99 | 176. 莲藕荷花鸡(创新菜) 112 |
| 158. 丰收在望 99 | 177. 卧龙酒醉鸡(创新菜) 113 |
| 159. 小鸭玉米(鲁菜) 100 | 178. 芙蓉兰花鸡腰
(创新菜) ... 113 |
| 160. 葡萄鱼(鲁菜) 100 | 179. 绥定丝脱鸡
(川菜) 114 |
| 161. 鸚鵡如意(淮扬菜) 101 | 180. 八宝鸡翅(创新菜) 115 |
| II. 禽(鸡、鸭)类 | |
| 162. 红扒鸭(粤菜) 102 | |

181. 蛋美扣鸡…… 115
 182. 凤腿鱼丸…… 116
 183. 菜心鸡茸糕 (创
 新菜) …… 117
 184. 道口烧鸡…… 118
 185. 鳞甲怀凤 (创
 新菜) …… 118
 186. 酿菊花玉米笋
 (创新菜) … 119
 187. 荷叶三鲜 (创
 新菜) …… 120

III. 甲鱼类

188. 凤尾元鱼 (淮
 扬菜) …… 120
 189. 八宝甲鱼 (鲁
 菜) …… 121
 190. 清蒸竹荪甲鱼
 (创新菜) … 122
 191. 兰花甲鱼 (鲁
 菜) …… 122
 192. 犬鼋烩 (徐海
 名菜) …… 123

IV. 肉类

193. 兰花虎皮莲 (淮
 扬菜) …… 124
 194. 袈裟牛肉 (清
 真菜) …… 125
 195. 皱纱扣牛肉 (清
 真菜) …… 125
 196. 扒酿牛舌 (创
 新菜) …… 126

197. 桂林芋扣肉 (创
 新菜) …… 127
 198. 东坡回赠肉 (徐
 海名菜) …… 127
 199. 咕嚕肉 (粤
 菜) …… 128
 200. 酒酿火腿 (淮
 扬菜) …… 129
 201. 三色牛鞭…… 129
 202. 茄汁菊花里脊
 (鲁菜) …… 130
 203. 什锦火锅…… 130
 204. 香菇肉饼 (鲁
 菜) …… 131
 205. 腊味合蒸 (湘
 菜) …… 131
 206. 葵花里脊卷 (创
 新菜) …… 132
 207. 出水芙蓉 (创
 新菜) …… 133

V. 海鲜、河鲜及 山珍类

208. 鸳鸯海参拼鸽
 蛋 (鲁菜) …… 134
 209. 油爆鱿鱼卷
 (鲁菜) …… 134
 210. 双味虎皮蛋
 (鲁菜) …… 135
 211. 红烧大参 (港
 菜) …… 136
 212. 酿海参…… 136

- | | | | |
|------|------------------------------|---------------|------------------------|
| 213. | 四味菊花鲢
(川菜) …… 137 | 231. | 家常驼掌(创
新菜) …… 149 |
| 214. | 两吃鲜贝(鲁
菜) …… 137 | 232. | 梅花海参(创
新菜) …… 150 |
| 215. | 二龙戏珠…… 138 | 233. | 烧全丝(创新
菜) …… 151 |
| 216. | 鸡胸猴头…… 139 | 234. | 灯笼鲍鱼(创
新菜) …… 151 |
| 217. | 番茄鱿鱼
卷…… 139 | 235. | 五彩海参(创
新菜) …… 152 |
| 218. | 杏元炖山瑞…140 | 236. | 凤尾猴头(创
新菜) …… 153 |
| 219. | 鸡茸芦笋刺参
(鲁菜) …… 141 | 237. | 玉兔网包猴头
(创新菜) …… 154 |
| 220. | 燕子迎春(鲁
菜) …… 141 | 238. | 炸“卍”字花
鱼(鲁菜) …… 154 |
| 221. | 原壳鲍鱼(鲁
菜) …… 142 | 239. | 花篮鲜贝…… 155 |
| 222. | 油爆海螺拼焗鸡
腿(鲁菜) …… 143 | 240. | 明虾鲜贝…… 156 |
| 223. | 香炸鲜贝(创
新菜) …… 143 | VI. 虾类 | |
| 224. | 鹿冲百花菜卷
(创新菜) …… 144 | 241. | 虾球琉璃鸡腿
(淮扬菜) …… 157 |
| 225. | 鸳鸯熊掌(创
新菜) …… 145 | 242. | 挂绿虾蟹球… 158 |
| 226. | 芙蓉太极酿猴
头(创新
菜) …… 145 | 243. | 两吃大虾…… 158 |
| 227. | 荷塘情趣…… 146 | 244. | 酿百花虾(创
新菜) …… 159 |
| 228. | 烧八宝葫芦扣干
贝(创新
菜) …… 147 | 245. | 如意虾卷(创
新菜) …… 160 |
| 229. | 金鱼戏珠…… 148 | 246. | 群龙闹海…… 160 |
| 230. | 竹节鲢鱼(创
新菜) …… 149 | 247. | 燕子归巢…… 161 |
| | | 248. | 三鲜双色菜包
(创新菜) …… 162 |

249. 油焖大虾…… 163
250. 萝卜大虾…… 163
251. 玉兔菊花虾
(鲁菜) …… 164

VII. 豆腐、素菜类

252. 荷花豆腐(鲁菜)(1)…… 165
253. 灯笼豆腐…… 165
254. 荷花豆腐(鲁菜)(2)…… 166
255. 兰花豆腐(川菜)…… 167
256. 菱形豆腐(创新菜)…… 168
257. 菊花三鲜豆腐墩(创新菜)…… 168
258. 菊花笋卷(创新菜)…… 169
259. 草原玉兔(创新菜)…… 170
260. 金玉两圆(创新菜)…… 170
261. 大茸银耳…… 171
262. 红纹海参…… 172
263. 翡翠双菇(淮扬菜)…… 172
264. 口蘑菜心…… 173
265. 金莲豆腐(创新菜)…… 173

266. 琵琶虾仁…… 174
267. 归杞醉菇…… 175
268. 五香排骨…… 175
269. 鱼形口蘑(创新菜)…… 176
270. 金丝松(鲁菜)…… 176
271. 琥珀冬瓜(创新菜)…… 177
272. 烧素肠(鲁菜)…… 177

封二菜例

273. 喜鹊登梅(冷拼)…… 178
274. 白山天池风光(冷拼)…… 179

封三菜例

275. 雪山藏宝(创新菜)…… 179
276. 双味鱼…… 180

封面菜例

277. 琵琶大虾(鲁菜)…… 181
278. 花篮(冷拼)…… 182
279. 荷塘月色(冷拼)…… 182

封底

280. 大型花篮(食雕)…… 182

第二部分 优秀论文选

1. 试论中国的菜系	185
2. 丰盛实惠的鲁菜	187
3. 试论川菜味型之变化	190
4. 浅论江苏菜	192
5. 论粤菜之特点	195
6. 别有风味的宁帮菜	198
7. 浅谈赣菜	200
8. 论食品雕刻技术	201
9. 浅谈“花色造型”菜在筵席中的作用	204
10. 浅谈冷盘起源及冷盘制作	206
11. 一桌寿宴席菜单的制定	210
12. 豆腐史话与“八公山豆腐”	213
13. 话说“烤小猪”	216
14. 浅论火候	219
15. 浅谈制汤	224
16. 试论刀工	226
17. 浅谈上浆, 挂糊	228
18. 谈谈油脂在烹调中的作用	231
19. 简述制冻	234
20. 论调味在菜肴中的重要性	236
21. 醋在烹调中的作用	239
22. 浅谈吃与营养	241
23. 浅谈厨房的管理	243

优秀菜例制作方法

第一部分



(一) 食品雕刻类

1. 一品南瓜

原料：椭圆形南瓜 1 个，扁圆南瓜 1 个，五花肉 500 克，米粉 150 克，绍酒 20 克，酱油 5 克，甜面酱 15 克，花椒末 0.5 克，红糖 50 克，豆腐乳汁 15 克，姜 5 克，葱末 10 克。

制作过程：椭圆形南瓜刻成九龙壁图案，顶部雕两朵牡丹花。扁圆南瓜雕成底座。

五花肉切成薄片，拌上酱油、绍酒、甜面酱、葱末、花椒末、红糖、豆腐乳汁、米粉，在笼内蒸熟后，放入南瓜肉上笼蒸 1 小时，取出摆好即成。

风味特点：形态美观，雕刻精细，肥而不腻，咸甜适口。

(李光前)

2. 喜鹊登梅

主料：长圆形大西瓜 1 个。

配料：鸡蛋 10 个，水发银耳 200 克，冬瓜 500 克，香瓜 1 个，西红柿 150 克，油豆腐泡 100 克，红枣 20 颗，罐头桔片半听，罐头菠萝半听，罐头雪梨半听。

调料：甜酒酿 1500 克，冰糖 400 克，蜜糖 100 克，生姜 5 片，红辣椒汁 1 克，醋精 1 克。

制作过程：西瓜切成两段，其中为 1/3。蒂端刀口朝下放在大腰盘内，去瓜蒂、瓜瓢，戳出条纹，即为盅托；大段刀口朝上放于盅托上，两侧刻出喜鹊登梅的图案，然后削掉瓜皮，挖成盅形，盅沿刻成齿形，即成无皮有图的西瓜盅，放凉开水洗后重放于原处。

将鸡蛋、冬瓜小块、银耳、红枣、经洗焯的油豆腐泡、冰糖、生姜片，甜酒酿放入大瓷壶内，用湿白棉纸，把大口壶嘴密封，坐入沸水锅内，小火加热，烫至红枣出味，冬瓜块软烂时，出锅冷却，加入辣椒汁、醋精、倒入西瓜盅内，依次摆入香瓜、菠萝块和雪梨块、西红柿小块、桔片，然后，把三种罐头的糖水也注入盅内，摆上一朵红辣椒刻泡的凤尾花，入冰箱镇凉，用蜜糖在西瓜盅的外表刷一遍。

风味特点：西瓜瓢作盅，甜酒酿当汁，多种果料为辅，略酸微辣，甜香醇美，生津开胃，清凉开口。

（林传和）

3. 金 鱼 戏 鹅

原料：大萝卜 2 个

制作过程：取大萝卜中间直径最长部位，留约 8.5 厘米厚，首先雕出金鱼的形状，划出鱼鳃，雕出鱼鳞，尾部安上用胡萝卜做的背鳍、腹鳍，装上眼睛即成。

大萝卜去顶、根，顺切 6.5 厘米一段，按图雕成鹅身；翅膀用模具刀压切，修好后安在鹅身两边；头用模具刀压切而成，装上眼睛即可。

将金鱼、鹅放在鱼两头，中间放两朵荷花点缀即成。

(李加乐)

4. 水果西瓜灯

主料：西瓜 1 个。

配料：西瓜球 20 颗，什锦果脯各 10 粒，熟白木耳、糖水荔枝、龙眼菠萝球各 10 颗。

调料：冰糖、白糖各 150 克，桂花 25 克。

制作过程：将西瓜取 23 厘米切下去，去肉挖空，并将瓜边切成齿形，瓜皮上刻出图案。将冰糖、白糖化成糖水冷却后倒入西瓜灯内，加入西瓜球、什锦果脯、白木耳、荔枝、龙眼、菠萝球。

风味特点：形状美观，甜香可口。

(马 列)

5. 四拼花篮

原料：五香牛肉 125 克，火腿 125 克，盐水鸭脯肉 150 克，蛋黄 125 克，麻辣鸡丝 150 克，糖醋兰花萝卜 100 克，蛋卷 75 克，白、青萝卜 2250 克。

制作过程：将鸡丝在圆盘中间堆成馒头形，五香牛肉、火腿、黄蛋糕修成高 1 厘米的半圆形长方形，再切成薄片叠成扇形面。先

将盐水鸭脯肉批成片，排成扇面，搭配好颜色依次放在鸡丝上，在顶围上放糖醋兰花萝卜。

将大青萝卜雕刻成高约 15 厘米的花篮，再用萝卜刻成牡丹花、月季花、菊花、西番莲等。

将花篮中插好花，摆在四拼上，并在圆盘空白处摆上用蛋卷斜切厚片摆成的兰花形，即成。

(陈兴旺)

6. 双雀献宝

主料：扁形大老南瓜一个，肥壮光鸭 1 只，水发花菇 20 朵，鸽蛋 10 个，石鸡腿 10 只，鸡肫 5 个，仔鸡腿 10 只，油发鱼肚 50 克，水发鲍鱼 10 个，鱼肉 100 克，鸡蛋 1 个。

调料：高级鸡清汤 2000 克，香葱 100 克，生姜 75 克，黄酒 150 克，精盐 15 克，淀粉 30 克，白胡椒粉 0.5，花椒 1 克，香油 5 克，白猪油 1000 克。

制作过程：南瓜雕刻成两只回头连体孔雀，用花椒籽做眼、茉莉花的枝心做冠。将瓜瓤和籽掏空放在大腰盘内，即为双雀盛器。

将鸭子斩去足掌，斩断鸭颈骨，断锁骨，腿骨。然后，把头颈从嗦囊处塞入腹内，加葱姜、花椒、黄酒、精盐、内外抹匀，腌 2 小时，蒸至烂透，拣去葱、姜、花椒、倒去余汁，抹上香油，即为椒酒鸭。

石鸡腿去皮，加葱、姜汁、胡椒粉、黄酒、精盐略腌，滗去余汁，放干细淀粉中沾匀；鸡肫切成菊花形块；油发鱼肚加工后改刀成骨牌块；鲍鱼镶上菊花形花刀。

将鸡腿、鸡肫、鱼肚、鲍鱼一起放入冷水锅内，加上葱结、姜块、黄酒、烧开焯至鸡腿断生时，捞出，洗去血沫。石鸡腿放调