

随随便便 伴你快乐生活每一天

巴山蜀水 菜新味美

每日
一菜

天天饮食味道美

日日川菜特色多

江湖川菜

制法详尽 实用性强

蜀 晓 主编

365

美味川菜

- 乡村正做不做，都市豆腐放醋。
- 挖掘改良融合，品识江湖野路。

内蒙古人民出版社



每日
一菜

方方面面 伴您健康生活每一天
巴山蜀水 菜新味美

江湖川菜

蜀 晓 主编

365

内蒙古人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

每日一菜 / 蜀晓 主编. —呼和浩特: 内蒙古人民出版社, 2006.3

ISBN 7-204-08290-7

I. 每... II. 蜀... III. 菜谱—四川省
IV. TS972. 182. 71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 023610 号

每 日 一 菜

蜀 晓 · 主编

出版发行 内蒙古人民出版社
(呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦)

0471-4971562 4971659

印 刷 四川省印刷制版中心有限公司

开 本 640 × 960 毫米 1/16

印 张 65 字 数 980 千字

版 次 2006 年 3 月第 1 版

印 次 2006 年 3 月第 1 次印刷

印 数 1-3000 套

ISBN7-204-08290-7/G·2072 定价:171.00 元(全九册)

如发现印装质量问题,请与我社联系。



【沙滩蟹】



【鱼鳞凉粉】



【泡椒墨鱼仔】



【鱼香鲜贝】



【老妈心肠】



【什锦花螺】



【啤酒鱼】



【香辣蟹】



【官保虾仁】



【酸菜鱼】



【重庆水煮鱼】



【泡菜鸡】



【原味牛肉】



【双味大虾】



【泡椒鱼皮】



【南瓜蒸肉】



脆皮花螺



焖烧鲢鱼头



豉香鲫鱼



干煸鲫鱼



【 煨辣牛肉丝 】



【 纸包蟹 】



【 泡椒鲜虾 】



【 蒜香神仙骨 】



【 香辣童子鸡 】

【水煮腰片】



【小米蒸排骨】



【蚝油鸡胗】



【水豆豉蒸排骨】



【尖椒鸡】



【金沙玉米】



【毛血旺】



【麻辣小龙虾】



【怪味鸡】

前言

四川自古人杰地灵，秦汉时即号称“天府”。美丽富饶的天府之国，孕育了神秘悠远的古蜀文明；在色彩斑斓的饮食大观园中，开出了绚丽多姿的川菜奇葩。它以顽强的生命力，绽放于五湖四海，香飘于世界各地。

川菜作为传统四大菜系（川、鲁、苏、粤）之首，历史内涵丰厚，文化底韵十足，地域特色鲜明。历代川人运用勤劳的双手和卓越的智慧，创制的菜品以麻辣为基调，以色、香、味、形、意、美为追求，广揽博收，富于变化；以三十余种烹制技术和二十余类调制手法，加上川厨精湛的技艺而使川菜魅力无穷，影响广远。

在物质和精神生活并重的今天，餐饮从业者、厨艺爱好者认识川菜、做好川菜，无疑都是工作生活方面的一种艺术享受。为此，我们向广大读者推出了《每日一菜》之《特色川菜 365》、《大众川菜 365》、《家庭川菜 365》、《时尚川菜 365》、《精品川菜 365》、《民间川菜 365》、《流行川菜 365》、《江湖川菜 365》、《家常川菜 365》等反映川菜饮食文化及

其发展变化的书籍。本套书均从传统与现代菜品制作的角度，介绍常用烹调知识，讲述菜品搭配技巧，详解佳肴烹制方法等。紧扣川菜流行时尚，新颖但不失传统；力求全面兼顾，但不乏重点突出；不仅简洁实用，而且操作性强。由此一点，可见川菜精华之一斑。它既是您轻松工作的帮手，又是家庭生活的指南。

《每日一菜》系列书在编写过程中不可避免地参阅了相关一些书籍和资料，但限于篇幅有限而不一一列举，在此对原著者表示真挚的敬意和谢意。同时由于时间仓促，也不可避免地存有一些瑕疵，恳请读者朋友批评指正为感。

编者

2006年 03 月于成都



江湖川菜³⁶⁵ 目录

江湖风味菜

■ 江湖风情菜

峨眉弹琴蛙	2	紫砂参翅	18
沙滩蟹	3	叫花肉蟹	19
开门红	3	金蟹吸水	20
玉珠鳝段	4	甘蔗棒棒虾	21
激胡豆	4	川西钵钵鱼	22
荷香鳗鱼	5	竹香武昌鱼	22
架子白肉	5	大漠风沙鱼	23
麒麟龙虾	6	豆渣太婆鱼	24
碧波桂鱼	7	番茄鱼片	25
天鹅踏青	7	麻辣水煮鱼	26
多彩银鱼	8	情归故里	27
药膳鱼	9	烧椒厚皮菜	27
綦江北渡鱼	10	鲜野花椒鱼	28
六合鱼	11	芽菜鱼皮	29
火焰纸包虾	12	月子鸡汤	29
筒筒鳝鱼	13	桐叶包鱼	30
藤菜炒黄豆	13	竹筒煨鱼	31
网笆鱼	14	竹笋烧甲鱼	32
冷锅鱼	15	香坛大虾	33
石锅鱼	16	鸟语花香	34
荷香泡菜鱼	17	红苕烧鸡	34
炆炒苕藤尖	17	篱笆鸡	35





翡翠玛瑙羹

凤凰涅槃

碧绿茶鸭羹

香竹蔗片鸡

乡野凉拌鸡

蕨粉拌鸭肠

水仙鸵鸟肉

茶菇鸳鸯鸡

手撕牦牛肉

竹叶豆渣鸡

黔江鸡杂

荷叶珍珠鸡

杜婆鸡

凤栖梧桐

紫阳鸡

飘香鸭

江湖三牛锅

香辣兔

桂花玉兔丝

35 钵钵腰花 50

36 双椒羊柳 51

37 关公嫩牛柳 52

37 麻婆竹荪蛋 53

38 水煮刨花肉 54

38 清蒸黄南瓜 54

39 隆昌羊肉汤 55

40 莽子兔块 56

40 胭脂兔 57

41 洋葱回锅肉 58

42 连山回锅肉 58

43 羊杂汤锅 59

44 老妈心肠 60

45 烟袋豆腐 61

46 糖醋鱼里脊 62

47 巴国悄悄话 63

48 巴乡泼辣鸡 64

49 椒麻兔头 65

50

江湖味道菜

泡椒牛蛙

66 农家盐菜鱼

72

泡椒墨鱼仔

67 红火有鱼

73

尖椒爆鸭舌

67 泡椒鲜虾

73

烧肉青鳉

68 青椒鲢鱼

74

峨眉鳝丝

69 香辣鳝鱼

75

香椿鱼丝

69 酸菜烧甲鱼

76

金谷鱼

70 青椒烧甲鱼

77

腐乳鲫鱼

71 麻辣鲜虾

78

青椒田螺

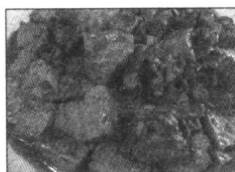
71 炆糯鸡

78





川北香辣虾	79	香辣串烧螺	97
泡椒鲜鱿	79	泡椒烧凉粉	97
怪味牛蛙	80	长江飞龙鱼	98
糊辣海螺片	81	啤酒鸡	99
什锦泡肉蟹	81	腐乳鹅肝	99
香辣鲳鱼片	82	大漠蒜香鸡	100
兰花鱼饼	83	炅炒白油菜	100
芹黄鱼丝	84	风味飘香鸡	101
啤酒基围虾	84	安逸鸭子	101
辣子虾仁	85	酱腌鸭子	102
榨菜焖青蟹	86	三椒鸡筋	103
香辣耗儿鱼	86	泡菜鸡	103
风味青口	87	怪味鸡	104
土豆烧甲鱼	87	歪嘴鸡	105
干妈江团	88	樱花双脆	105
回味鸡	88	巴适鸡	106
三椒鲶鱼	89	特辣鸡	106
陈皮鲜蟹	90	酒香鸭	107
凉粉鸭肠	90	酸香鸭	107
明月鱼肚	91	竹筒笋烧肉	108
糍粑鸡	92	竹签蒜香肉	109
米汤煮苕菜	92	花椒兔	109
炸排烧鸡	93	飘香牛肉	110
口袋鸭汤锅	94	回锅牛肉	110
新津黄腊丁	95	泡味兔	111
过江团鱼	96	舌芹相拌	111

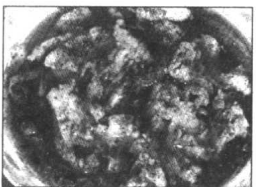


海鲜牛掌	112	荷香猪手	118
脆皮肥肠	112	过水肚条	118
糟香牛筋	113	清烧肠头	119
竹叶锅煎肉	113	孜然羊腿	120
原味牛肉	114	干煸土豆条	120
贵妃樱桃肉	115	啤酒焖牛肉	121
泡香蜗牛片	115	缙云山豆花	122
温江风味肘	116	麻辣爽脆丝	123
馓子猪手	117	芽菜节节香	124
纸包羊肉	117	椒麻土豆丝	124



江湖潮流菜

■ 江湖创新菜



回锅鱼片	126	鳗鱼锅魁汤	136
鱼鳞凉粉	127	橙汁藕片	136
纸包鱼	127	麻婆桂鱼	137
鱼烧白	128	纸包干烧蟹	138
方便面鳝丝	129	芽菜煸薯条	138
麻婆鲍鱼	129	扣肉烧鱼	139
烧椒拌北贝	130	侧耳根回锅肉	139
锅魁鱼丁	130	金牌鲫鱼	140
白酥鲫鱼	131	豆花甲鱼	141
重庆水煮鱼	132	叫花虾包	142
凉拌银耳	132	虾酱牛蛙	143
臊子鲳鱼	133	冬菜煸牛蛙	143
香瓜虾仁	133	炸烧牛蛙	144
糯米鱿鱼仔	134	回锅肉夹饼	145
啤酒鱼	134	酥香卤肠丝	146
红卤田螺	135	小米蒸排骨	146