

Shishang
Chuancai

时尚川菜

郑绍武 主编
王涤寰 摄影



农村读物出版社

Shishang Chuancai

时尚川菜

郑绍武 主编 王涤寰 摄影



农村读物出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

时尚川菜 / 郑绍武主编, 王涤寰摄. — 北京: 农村读物出版社, 2002.12

ISBN 7-5048-3998-1

I. 时… II. ①郑… ②王… III. ①菜谱—四川省
IV. TS972.182.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 089443 号

出 版 人 傅玉祥
责任编辑 赵 勤
出 版 农村读物出版社 (北京市朝阳区农展馆北路 2 号 100026)
发 行 新华书店北京发行所
制 版 北京市佳虹文化传播有限责任公司
印 刷 中国农业出版社印刷厂
开 本 889mm × 1194mm 1/24
印 张 3.5
字 数 60 千
版 次 2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月北京第 1 次印刷
印 数 1~8 000 册
定 价 19.80 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

编写者

孙景田 郝振江

徐 威 刘卫山

赵欧阳 黄世俊

毕迎德 王庆斌

高 伟 龚翠英

赵相峰 殷建伟

刘丽华 王志斌

梁 栋 吕真奎

川菜 含香辣百味 不惑之年情更浓

1959年在周恩来总理亲切关怀下成立的四川饭店闻名中外，是北京城内一家最大的专营川菜的特级饭庄。

四十多年来，四川饭店以精湛的技艺、别致的风味和优良的服务接待了无数中外嘉宾。周恩来、朱德、邓小平、陈毅、贺龙等都曾在此宴请客人；英国前首相希思、美国前国务卿万斯、柬埔寨西哈努克亲王等也曾到此就餐，他们无不对四川饭店的佳肴美味表示赞赏。邓小平同志由衷地赞叹“这里的家乡味太好了！”

四川饭店技术力量雄厚，拥有多名高级技师、高级厨师、高级服务师。在历年参加的国内各种烹饪技术大赛中多次取得金牌。饭店经营的川菜在继承传统川菜的基础上，经过四十余年的挖掘创新，硕果累累，继承和发扬了独具特色、“一菜一格，百菜百味”的川菜风格。其中代表菜有红烧牛头方、樟茶鸭、豆瓣鲜鱼、开水白菜、宫保鸡花、干煸牛肉丝、麻婆豆腐、怪味鸡丝、陈皮牛肉、椒麻鸭掌、夫妻肺片、担担面、红油水饺、牛肉焦饼、四川汤圆等，它们不仅营养丰富，还充分体现了川菜味多、味厚、味广、细腻、多样的特点。

川菜是中餐最能推陈出新、不断丰富内涵的代表菜系之一。现任四川饭店技术顾问、曾被誉为“国宝级”川菜大师陈松如的高徒郑绍武以及一批青年厨师在传统川菜的基础上，创造了一批新的菜点，在书中为读者介绍了传统与创新川菜的烹饪方法与技巧。



编 者

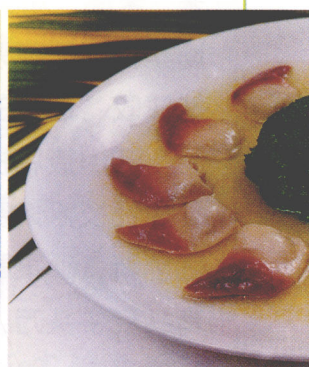
2002年10月

目 录

一、热菜类

金椒烧牛蛙	10
果汁虾球	11
家常臊子牛筋	12
香辣芝麻鸭	13
红花野山菌	14

鲍汁扒白灵菇	15
鲍汁兰花参	16
白灵菇扒鲜鲍	17
王府极品鲍	18
云片熘鲜鲍片	19
浓汁金钩翅	20
上汤四宝	21



鲍脯菜心	22
虫草元鱼炖凤鹅 ...	23
兰花北极贝	24
豉椒月亮贝	25
火龙千岛虾	26
脆香虾排	27
胡辣明虾球	28
鸳鸯大虾	29
枸杞白玉烩虾仁 ...	30
翡翠虾仁	31

南瓜仔蟹	32
川椒霸王蟹	33
香辣水煮鱼	34
香辣脆鳝	35
鲍汁鲈鱼	36
豆豉鳗花	37
蟹黄榄菜烩鳕鱼 ...	38
西柠奶汁鱼	39
清蒸鱼	40
椒麻鸭心	41

鲜果鸡柳	42
金牌蒜香翅中	43
鱼香碎米鸡	44
珊瑚仔鸡	45
三鲜脆皮纸包鸡 ...	46
红袍白玉鸭肝	47
飘香水煮鸭肠	48
明炉红汤金钱肚 ...	49
草堂六素	50
油浸玉菜	51

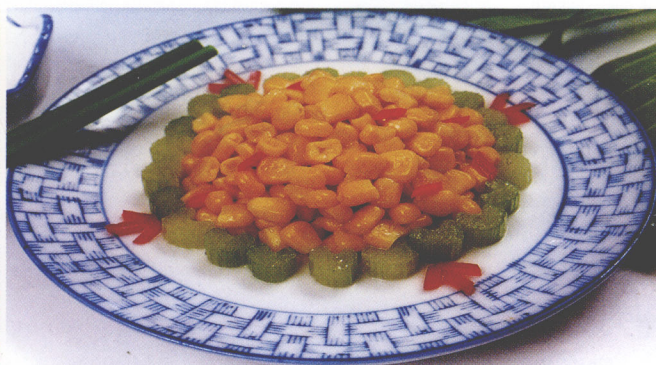
冰花马蹄	52
金蒜香辣茄夹	53
无影冬瓜	54
榄菜四季豆	55
银针白凤蘑	56
雀巢松仁牛肉粒 ...	57
阿香婆石头烤肉 ...	58

心系枣香	59
------------	----

二、凉菜类

泡椒猪耳丝	60
姜汁盖菜	61
双菇鱿鱼丝	62
红油鸭肝	63

芹丁玉米	64
蒜泥耳肘	65
麻辣腰片	66
西芹北极贝	67
香榄芦笋	67
盐水鸭心	68
四川泡菜卷	68



香油苦瓜	69
夫妻肺片	69
芥末鸭掌	70
四味肘花卷	70
口水鸡	71
怪味鸡丝	72
陈皮牛肉	72
红油百叶	73
泡椒凤爪	73
灯影牛肉	74

卤豆腐皮	74
红油牛头	75

三、小吃类

马蹄酥	76
川蜀豆花	77
飞翅锅贴	77
双色水果盏	78
家乡南瓜饼	79
雨花石汤圆	79

果酱花篮	80
珍珠薯茸果	81
云吞面	81
叉烧煎包	82
爽滑马蹄糕	82
香脆贴饼子	83
杏仁豆腐	83
四色汤圆	84

川菜特点

川菜以其历史悠久、别具一格的烹调方法和浓郁的地方风味而享誉中外，其讲究色、香、味、型，即调味多变、菜式多样、口味清鲜、醇浓并重，特别善用麻辣味。又因其大众便餐菜式取材广泛、操作易行、经济实惠，故深受人们喜爱。

菜式丰富

高级宴会式 烹制复杂，工艺精湛，原料多采用山珍海味，配以时令蔬菜，要求品种丰富、调味清鲜、色味并重、气派壮观。

普通宴会式 就地取材，荤素搭配，汤菜并重，加工精细。

大众菜式 烹制快速，经济实惠。

家常风味式 取材方便，容易操作，深受大众喜爱。

味型多样

主要味型 麻、辣、甜、咸、酸、苦。

复合味型 20 多种，主要有：

咸鲜味型 主要用川盐和味精调制。突出鲜味，咸味适度，咸鲜清淡。如清烧鳊鱼、三鲜鱼花、黄焖鱼翅、香菇菜胆等。

鱼香味型 用川盐、酱油、糖、醋、泡辣椒、姜、葱、蒜调制。特点是咸辣酸甜。如鱼香肉丝、鱼香大虾、鱼香虾肉、鱼香龙虾球、鱼香扇贝等。

麻辣味型 用川盐、郫县豆瓣酱、干红辣椒、花椒、干辣椒面、豆豉、酱油等调制。特点是麻辣咸鲜。如麻婆豆腐、水煮牛肉、干煸牛肉丝、歌乐山辣子鸡等。

家常味型 以川盐、郫县豆瓣酱、酱油、料酒、味精、胡椒粉调成。特点是咸鲜微辣。如家常臊子海参、冬菜臊子鱼、家常豆腐等。

糊辣味型 以川盐、酱油、干红辣椒、花椒、姜、蒜、葱为调料制作。特点是香辣，以咸鲜为主，略带甜酸。如宫保鸡丁、宫保虾仁、宫保扇贝等。

姜汁味型 用川盐、酱油、姜末、香油、味精

调制。特点是咸鲜清淡,姜汁味浓。如姜汁鲜鱼、姜汁仔鸡、姜汁鱼丝、姜汁鸭掌、姜汁菠菜等。

酸辣味型 以川盐、酱油、醋、胡椒粉、味精、香油为调料。特点是酸辣咸鲜、醋香味浓。如辣子鸡、辣子鱼块、炆黄瓜条等。

糖醋味型 以川盐、白糖、醋、胡椒粉、味精调制。特点是咸鲜酸甜、糖醋味浓。如糖醋酥鱼丁、糖醋扇贝、糖醋麻酥鸡、糖醋青笋丝等。



讲究烹调技艺

选料认真 原料力求鲜活,讲究时令。选料除菜肴原料的选择外,同时还包括调料的选用。许多川菜注重对辣椒的选择,如麻辣、家常味型菜肴,必须用四川的郫县豆瓣酱;制作鱼香味型菜肴,必须用川味泡辣椒等。

刀工精细 根据菜肴烹调的需要,将原料切配成形,即大小一致、长短相等、粗细一样、厚薄均匀。如水煮牛肉和干煸牛肉丝,它们的特点分别是细嫩和酥香化渣,所切肉丝、肉片长短、粗细、厚薄不一

致,烹制时就会火候难辨、生熟难分。

搭配合理 川菜原料分独用、配用,讲究浓淡、荤素适当搭配。味浓者宜独用,不搭配;淡者配淡,浓者配浓,或浓淡结合,但均不夺味,也不能混淆。要求除选好主要原料外,辅料也要搭配好,做到菜肴滋味调和丰富多彩、原料配合主次分明、质地组合相辅相成、色调协调美观鲜明,菜肴不仅色香味俱佳,而且富于营养和艺术欣赏价值。

精心烹调 川菜烹调的火候运用极为讲究。常见有炒、熘、炸、爆、蒸、烧、煨、煮、焖、煊、炖、煎、炆、烩、糝等。菜肴采用何种方法进行烹制,必须依原料的性质和对不同菜式的工艺要求决定。把握好投料先后、火候轻重、用量多少、时间长短、动作快慢,要注意观察和控制菜色深浅、芡汁轻重、数量多寡,掌握好成菜的口味浓淡、生熟、老嫩、干湿、软硬和酥脆程度。川菜在“炒”的方面具有独到之处,如“小炒”的特点是时间短、火候急、汁水少、口味鲜嫩,炒菜不过油、不换锅,芡汁现炒现兑,急火短炒。





烹饪名词解释

汤 指煮肉、熬骨头的汤，没有咸味，用来烧菜、兑一般味汁。

马耳形 两头斜尖、形状如马的耳朵。

煨 把本身无鲜味的原料放入汤中煮制，使其入味的过程。

亮油 菜肴起锅装盘时油量适中，从菜肴中吐出来，呈现在盘内周围。

码味 指烹饪原料在加热前的调味，常用调料有精盐、料酒、酱油等。

指甲片 将原料切成长1.3厘米、宽0.8厘米的薄片，因形状如指甲片而得名。

剞 将原料划上各种刀纹，但不切断的一种刀法。

干烧 将原料用郫县豆瓣酱、猪板油丁等调味，以中火慢烧入味，不用水淀粉勾芡，自然收汁，见油不见汁，故得其名。

水煮 川菜中的“水煮”，是源于四川民间具有麻辣味的一种烹调方法，而不是简单的“清水煮

煮”。它以烹调方法而定名。成菜色深、味浓、肉嫩，突出麻、辣、烫特点。

收汁 使菜肴汤汁稠浓的操作方法。

二流芡 比溜芡稍稀的芡汁。

打糝 川菜的传统烹调方法。常用的有鸡糝、虾糝、扇贝糝、鱼糝、猪肉糝和豆腐糝等。各种糝的做法基本相同。用冻虾、鱼、扇贝打糝时，应少加点汤。

如将鸡（虾、扇贝、鱼、猪）肉用刀背捶烂后，再用刀剁成极细的茸。用冷汤解散，加入化猪油搅转；再加鸡蛋清搅散，加盐、味精、胡椒粉、水淀粉，顺着同一个方向搅匀；加适量冷汤1~2次，顺着同一个方向搅至色白发亮，肉茸、蛋清、淀粉混为一体时即成。

内脂 做豆腐的一种添加剂。

澄面 一种高级麦淀粉。

泡打粉 加热后产生气体的一种发泡剂。



金椒烧牛蛙

Shishang Chuancai



原料

牛蛙2只,干辣椒10克,青、红柿子椒及葱头各10克,盐、味精、蚝油各少许,汤、淀粉各适量。

制法

(1)牛蛙宰杀去皮,洗净,剁成小块,腌味加淀粉上浆。

(2)锅下油烧至三成热,下入浆好的牛蛙,滑散后捞出。

(3)青、红椒和葱头切成2厘米长的菱形块。

(4)锅上火下油,放

入干辣椒炒至棕红色,下入青、红椒和葱头及葱、姜、蒜,炒出香味,下蚝油和汤,烧开后放入滑好的牛蛙块,烧熟勾芡,加红油出锅装盘即可。

特点

色泽鲜艳,牛蛙滑嫩,辣味浓厚。

制作关键

牛蛙一定要烧至入味。

变化菜 牛蛙可用牛柳替代。



原料

虾肉 200 克, 猕猴桃、西瓜、火龙果、哈密瓜、果珍各适量, 盐、味精、淀粉、蛋清各适量。

制法

(1) 在虾后背开一刀, 取出虾线, 但不使虾分开。挤干水分, 腌入底味, 加蛋清、淀粉上浆, 用油滑出, 放在漏勺内。

(2) 将事先准备好的猕猴桃、西瓜、火龙果、哈密瓜切成大小一致的球形。锅上火加水、盐、味精, 下入切好的果球, 待水开后捞出。

(3) 将果珍用水稀释后, 加入盐、味精, 再用水淀粉勾成二流芡。下入滑好的虾肉和果球, 使果汁充分裹匀虾肉和果球; 打明油后出锅。

特点

果汁味浓厚, 含有丰富的维生素 C。

制作关键

水果球不宜做得过大。





原料

水发牛筋 750 克，瘦猪肉 150 克；郫县豆瓣酱 40 克，酱油 20 克，盐 2 克，味精 2 克，胡椒粉 1 克，姜 25 克，葱 50 克，色拉油 150 克，汤 500 克，料酒 10 克，水淀粉、红辣椒油各适量。

制法

(1) 牛筋切成 1 厘米粗的条，瘦猪肉切成 6 毫米见方的丁，姜切成厚片，葱切成段。

(2) 将切好的牛筋用水焯透，捞起沥干。

(3) 锅内下油，烧至四成热时放入猪肉，煸干酥时烹入料酒，起锅盛入碗。

(4) 锅烧热放油，下豆瓣酱、葱、姜炒出红色，有香味时加汤；稍煮后捞出，再放入牛筋、肉丁、酱油、胡椒粉，烧开后微火烧透，加味精，下水淀粉勾芡，打入红油，起锅装盘。

特点

臊子入口酥烂、化渣，牛筋软糯入味。是传统家常名菜。

制作关键

如用水发牛筋，应少加汤。豆瓣酱要煸透，猪肉丁要煸干。

变化菜 牛筋可用海参替代。



原料

去骨樟茶鸭500克；青、红柿子椒各1个，葱头1个，花椒15粒；料酒15克，美极酱油10克，盐、味精、糖各少许，醋5克，香油5克，鸡蛋2个，淀粉、芝麻、辣椒适量。

制法

(1) 将去骨樟茶鸭切成2.5厘米大小的菱形块，青、红椒和葱头也切成与鸭子同样大小的块，用鸡蛋和淀粉调成鸡蛋糊，待用。

(2) 锅上火放油，到五成热时，下入裹好蛋糊、撒上芝麻的鸭块，炸至金黄色时捞出。

(3) 锅留底油，下入花椒、辣椒、葱、姜、蒜，炒出香味，下入鸭块和青、红椒块和葱头块，煸炒均匀后加入料酒、美极酱油、味精、糖，临出锅时，打入醋和香油即可。

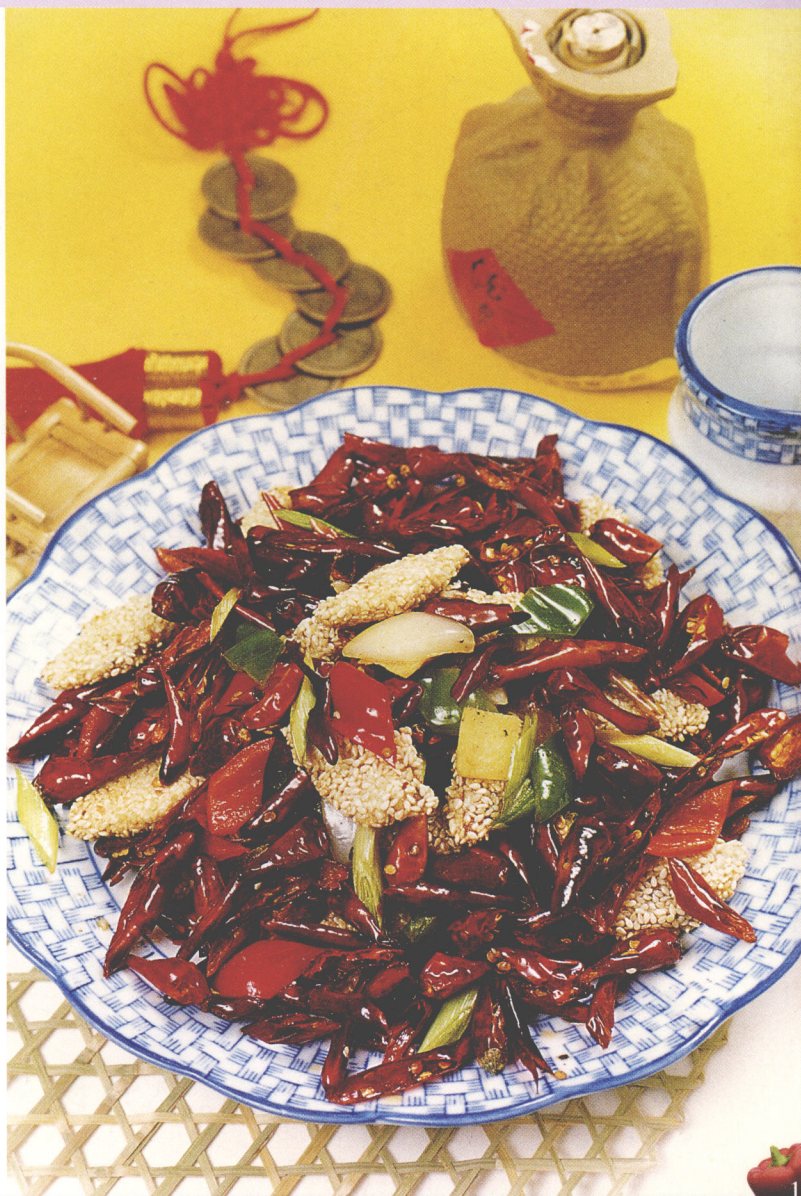
特点

咸鲜香辣。

制作关键

炸芝麻鸭时，油温不宜太高，以免把芝麻炸糊。

变化菜 樟茶鸭可用鱼、鸡肉代替。



红花野山菌

Shishang Chuancai



原料

鸡腿蘑 300 克, 藏红花 10 克; 料酒 10 克, 盐 5 克, 味精 5 克, 鸡油、汤适量, 水淀粉 10 克, 淀粉、面粉、泡打粉各适量。

制法

(1) 将鸡腿蘑洗净, 用盐、味精、料酒码味待用。再用淀粉、面粉、泡打粉和成脆皮糊。

(2) 锅上火放油, 油三四成热时, 下入裹好糊的鸡腿蘑炸一下, 码放在盘中。

(3) 锅再次上火, 加入汤、料酒、盐、味精后下入用开水泡开的藏红花, 呈橘黄色; 加水淀粉勾薄芡, 临出锅前将鸡油浇在鸡腿蘑上即可。

特点

此菜色泽鲜艳, 口感松脆。

制作关键

鸡腿蘑一定要炸熟, 芡汁不宜太浓。



原料

白灵菇500克,油菜心100克,胡萝卜20克,黄瓜50克,鲍鱼酱20克,盐5克,味精3克,汤100克,色拉油20克。

制法

(1)白灵菇切成5厘米见方的片。

(2)胡萝卜、黄瓜切成2厘米长的菱形片。

(3)油菜心用开水煮熟,围在盘子四周,待用。

(4)锅内加入汤、鲍鱼酱、盐、味精后,烧开放入白灵菇,烧至入味(20分钟左右),大火收汁;汁收浓后打明油,出锅装入盘中即可。

特点

菜色艳丽,味道鲜美。

制作关键

白灵菇应烧透入味。



变化菜 白灵菇可用裙边或鱼唇代替。



鲍汁兰花参

Shishang Chuancai



原料

水发刺参 400 克，西兰花 100 克；鲍鱼酱 50 克，盐 5 克，味精 3 克，色拉油 10 克，淀粉 10 克，汤适量。

制法

(1) 水发刺参洗净，用开水焯透待用。

(2) 西兰花去根洗净，用开水焯熟放入盘中。

(3) 锅上火，加入汤、鲍鱼酱、盐、味精，烧开后放入焯透的海参，烧至入味捞出海参，放在西兰花旁边。

(4) 烧海参的原汁上火收浓后，打明油浇在海参上即可。

特点

海参软烂，味道鲜美。

制作关键

海参一定要烧透入味。

变化菜 刺参可用鲈鱼替代。

