

明明白白 伴你工作生活每一天

新老名菜 精工细作

每日
一菜

天天饮食味道美
日日川菜特色多

精品川菜

365

制法详尽 实用性强

蜀 晓 主编

美味 川菜

- 传统名菜点击，现代精品广搜。
- 名师名店料理，尽显巴蜀风情。

内蒙古人民出版社



每日
一菜

明明白白 伴你工作生活每一天

新老名菜 精工细作

精品川菜

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。



【鱼香大虾】



【砂锅牛腩】



【桂花羊肉】



【太白鸡】



【夫妻肺片】



【干烧虾仁】



【开水白菜】



樟茶鸭子



鱼香扇贝



小煎鸡



泡椒牛蛙



干烧肉蟹



家常海参



【爆炒鱿鱼卷】



【东坡肘子】



【干煸牛肉丝】



【铁板牛柳】

【东坡肉】



【板栗烧肉】



【干烧蹄筋】



【辣子鸡】





【 麻辣牛肉丝 】



【 椒盐板指 】



【 香辣毛肚 】



【 宫保掌中宝 】



【山椒蒸蹄花】



【麻婆豆腐】



【水煮烧白】



【泡菜墨鱼片】



【辣子小龙虾】



【干烧鲈鱼】



【豆花鹅肠】



【麻辣里脊】



【合川肉片】

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



精品川菜³⁶⁵ 目录

名人菜



■ 名人渊源菜

东坡肉	2	太白醉鸡	8
口水鸡	3	白汁五柳鱼	9
太白鸭子	4	东坡鱼肘	10
宫保鸡丁	5	乱棒香辣兔	11
大千鸡块	6	子昂鸭	12
灯影牛肉	7	东坡肘子	13



■ 名人关联菜

太白鸡	14	剁椒贵妃贝	19
诗仙盐烤鸡	15	宫保扇贝	20
东坡鳊鱼	15	贵妃鸡片	20
文君鸭卷	16	宫保蹄筋	21
浣花鱼头	17	宫保兔花	22
西施龙虾球	18	贵妃羊腿	23
玉环蟹黄翅	18	太白鱼	24
东坡墨头鱼	19	霸王别姬	25

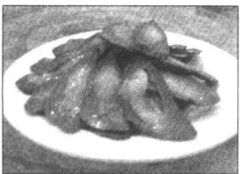


太公鱼	26	宫保脑花	32
关公鱼头	27	竹筒东坡肉	33
诗仙白玉排	28	关公嫩牛柳	34
宫保野鸡	28	贵妃樱桃肉	35
东坡鱼段	29	宫保掌中宝	35
东坡豆腐	30	七步鸭	36
宫保豆腐	30	宫保蛇丁	37
宫保鱼花	31	贵妃鸡翅	38



名店菜

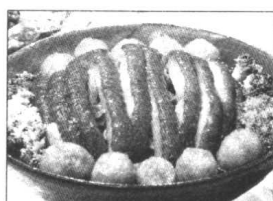
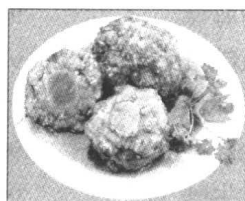
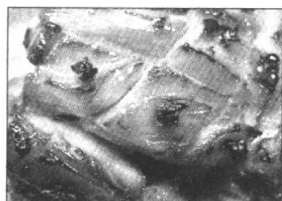
名店传统菜



坛子肉	40	蒜泥白肉	47
炸板指	41	红烧牛肉	48
红烧肉	42	金银猪肝	49
香卤牛肝	42	烧牛头方	50
回锅肉	43	焦皮肘子	51
凤眼猪肝	43	夹沙肉	52
粉蒸肥肠	44	苕菜狮子头	53
桂花羊肉	44	卷筒咸烧白	54
菌烧肚条	45	清炖牛尾汤	55
脆滑肉	45	盐煎肉	55
夫妻肺片	46	白油猪肝	56
生烧舌尾	47	清汤绣球燕菜	56



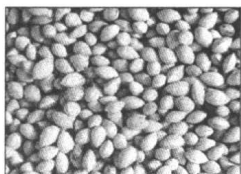
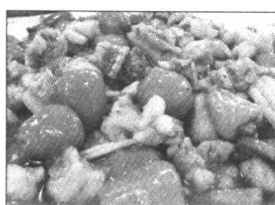
水滑肉片	57	鲜醉河虾	70
生烧什锦	58	香酥鸭子	70
龙眼甜烧白	59	虫草鸭子	71
干煸牛肉丝	60	樟茶鸭子	72
豆渣鸭子	60	枕头鸭子	73
糖醋脆皮鱼	61	大蒜烧鲢鱼	74
奶汤杂烩	62	白玉豆腐汤	74
干烧鱼翅	63	麻婆豆腐	75
红烧甲鱼	64	馅子嫩蛋	75
元宝鸡	65	开水白菜	76
汉阳鸡	66	金鱼闹莲	77
八宝糯米鸡	67	菊花卷心菜	78
小煎鸡	68	八仙腐羹	79
肝油海参	68	熊猫戏竹	80
软炸虾包	69	红烧鱼唇	81



■ 名店创新菜

兰花泡椒贝	82	椿芽白肉	87
金沙回锅肉	83	棕叶排骨	87
爽口鸡	84	火爆牛肚	88
茶香里脊	84	鱼香肠头	88
飘香牛柳	85	荷叶飘香蟹	89
蒜泥鸽片	86	纸包鲫鱼	89
干锅牛肉	86	橙汁泥鳅	90





清蒸牛蛙	91	花园牛肉	103
松仁鸡米	91	孜然松花蛋	103
豆瓣鱼	92	芭蕉鸡腿	104
五香鸽子	92	干锅杂菌	104
豆花鱼	93	十全大补汤	105
鸡茸豆花汤	94	糍粑鳅鱼	106
咖喱兔肉	94	白果土司	106
沙锅雅鱼	95	芽菜肉蟹	107
龙井鲍片	95	脆皮鳝丝	107
沙锅啤酒鸭火锅	96	连理双味鱼	108
黄焖海参	97	母子相烩	108
鲍鱼鸽蛋	97	银杏鲜贝	109
锅巴虾仁	98	扒汁鱼唇	110
菌烧肚条	98	鱼香驼峰	111
橘香牛蛙	99	蒸烧围虾	112
口蘑燕窝	100	清蒸甲鱼	113
灵芝海参	100	柚香豇豆	113
金塔扣肉	101	翡翠鸡羹	114
白灼猪腰	101	藿香茄饼	115
蒜香骨	102	鱼肚鸡茸	116

