

# 无国界 美食达人



色香味 无国界 | 舌尖上的“私享家”

· 以中餐美食为基调，来一场国际化的美味派对。

· 国际级创意大厨的私家美食分享！



**DVD**

人气大厨创意私房菜  
色香味俱全的幸福“食”光

万龙 编著

四川科学技术出版社

# 无国界 美食达人

万龙 编著



·成都·

四川科学技术出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

无国界美食达人/万龙著. -- 成都:四川科学技术出版社, 2014.6


ISBN 978-7-5364-7636-3

I. ①无… II. ①万… III. ①烹饪—方法 IV.

①TS972.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第032145号

# 无国界美食达人

- 出品人 钱丹凝
- 编著者 万龙
- 责任编辑 梅红
- 封面设计  中映良品 (0755) 26740502
- 责任出版 欧晓春
- 出版发行 四川科学技术出版社  
地址:四川省成都市三洞桥路12号 邮政编码:610031  
官方微博: <http://e.weibo.com/sckjcbs>  
官方微信公众号: sckjcbs  
淘宝网网址: <http://sckjs.taobao.com>  
传真: 028-87734039
- 成品尺寸 170mm×230mm
- 印张 10
- 字数 200千字
- 印刷 深圳市福圣印刷有限公司
- 版次/印次 2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷
- 定价 35.00元

ISBN 978-7-5364-7636-3

版权所有 翻印必究

本社发行部邮购组地址:四川省成都市三洞桥路12号  
电话:028-87734035 邮政编码:610031

# Contents

## 目录

### Chapter 1 两个人的 美食小情书▶

P01 养颜膏



P08 两食虾



P10 珍皇墨鱼松



P12 大草原雪花牛



P17 心心相印



P18 粉皮芝麻鸡



P20 奶味金瓜



P26 拍蒜烹千岛湖鲢鱼



P27 爽辣虾

### Chapter 2 从小吃到的菜， 心贪恋的味▶



国际名厨：万龙

东西方的饮食文化有着天壤之别，无论是菜式的配料、酱汁，还是烹饪手法，都有着根本的不同。但，殊途同归，最终目的只有一个——调配出色香味俱全、令人赏心悦目的美食。

时装界的 Mix and Match（混搭）到了美食领域，英文变成 Fusion（融合）。正因为有了融合，不仅中国菜自身出现众多的新派改良菜，而且不同国家的厨艺也玩起了混搭风，跨地域食材、调味料交替使用，烹饪手段相互借鉴，筷子与刀叉并举，令人虽身在一处，味蕾却早已肆意游荡在地球的各个角落。

一本书吃出十个国家的味道。这一次，精通中式菜肴，料理过法国菜、日本菜、意大利菜……集讲师、厨艺顾问、创意食谱设计师于一身的主厨，要以中餐为基调，以多样化的风格作点缀，开一场无国界美食盛宴。

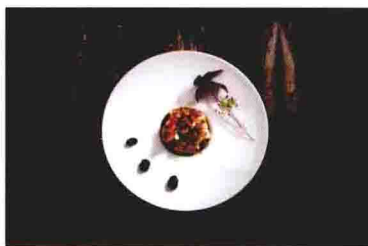
官保虾球、蟹黄狮子头、芝麻鸡、糯米排骨、木耳烤麸……这些传统菜式依然保留着地道的原味儿，只在食材配比、装盘艺术上做小小变化，足以令人耳目一新。星州酱配蟹钳、原只煎菌菇、两食虾、美滋来乐彩椒焗蟹、丁香萝卜配牛尾……每道菜无论用料还是调味，都无疆无界，东西南北世界各地信手拈来，个性卓然。更有十八款私厨秘制酱汁、五道好味至上高汤、数条食材前置处理方法和烹饪窍门公开，助你在厨房挥洒自如，随便煮、创意玩。

世界上最美味的食物是将心和热情当食材，加入小小的疯狂来调味。热爱生活与美食的你，绝对不能错过这场色香美味的飨宴！





P02 新派宫保炒虾球



P05 XO 酱爆竹蛭王



P06 星州酱配蟹钳



P13 黑椒牛柳炒菌菇



P14 原只煎菌菇



P16 糖藕与糯米骨



P21 红焗杏鲍菇



P22 鸳鸯味雪梨



P24 蓝莓山药



P29 凉拌花蛤



P30 老陈醋猪腰



P32 绿蔬墨鱼



P35 宫保鱿鱼须配桃仁



P36 传统烧大肠



P39 蟹黄狮子头



P44 卤水牛肉



P36 四喜拌茄瓜



P49 杭菜炒虾球



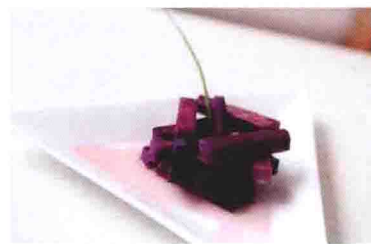
P55 金华四宝蔬



P56 荷塘小炒



P58 苏叶桂花红枣



P64 夏意清蜜紫薯



P67 五花腩肉焖甲鱼



P73 菌菇牛肉粒



P74 蒜子奇味牛蛙



P76 风情鲈鱼





P40 咸味饭



P41 生菜生财



P42 蚝皇煎蛋



P50 爽口笋丝



P53 凉茶山药卷



P54 香醋核桃仁



P59 天然木耳烤麸



P61 红杞姜丝豆苗



P62 翡翠芥末花生



P68 脆骨茶树菇



P70 锅仔啤酒乌鸡



P72 煲仔咸鱼烧排骨



P79 馋嘴鳝花



P80 增味武昌鱼



P81 香煎蛭子





P82 烧汁带鱼



P84 品虾



P85 辣椒鱼腩翅



P90 豆豉炒海米椒



P93 鱼子酱菜蔬混搭



P100 松露鲍汁配澳洲牛排



P101 法式金丝鹅肝球



P102 波斯草鹅肝球



P107 狮城味道深海鱼



P108 美洲蓝莓虾球



P109 印尼煎烤鱿鱼



P114 海味菌菇意面



P116 俄式海鲜饼



P117 鲍汁融合意面



P86 生炒酱油鸭脯



P88 哈哈鸡



P89 洪湖野鸭



P94 薯丝沙律香蕉



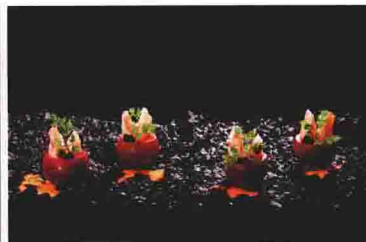
P96 天妇罗茄瓜



P98 多种美果配神户牛



P103 丁香萝卜配牛尾



P104 六月柿澳龙件



P106 巴黎鲜果煎扇贝



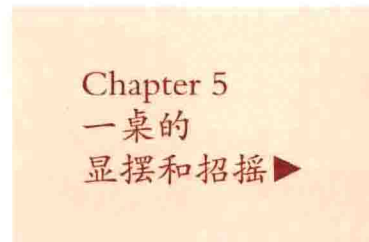
P110 照烧菌菇王



P111 日式茶碗蒸



P112 风情冷面



Chapter 5  
一桌的  
显摆和招摇



P119 国宴焖鱼翅



P120 金汤 VS 元贝焗海胆



P122 蒜味旺火蒸龙虾



P124 白雪芙蓉鳕鱼



P126 蟹黄捞鱼翅



P131 洋柿子配小鲍鱼



P132 奇思妙煎石斑鱼



P133 靓颜燕窝



P137 艺术品花胶汤



P138 四喜金汤



P139 干炸石首鱼

## 附录

### 下厨那点事▶

- P142 菜刀灵活运用术
- P143 选把好用的刀
- P144 厨房里的各路刀法
- P145 “锅”“锅”不同
- P146 眼花缭乱的酱油一家
- P147 勾芡的艺术
- P147 爆香是炒好菜的第一步

### 容量对照表

- |                           |                             |
|---------------------------|-----------------------------|
| 1 茶匙 (tsp) 固体调料=5 克 (g)   | 1 茶匙 (tsp) 液体调料=5 毫升 (ml)   |
| 1/2 茶匙 (tsp) 固体调料=3 克 (g) | 1/2 茶匙 (tsp) 液体调料=3 毫升 (ml) |
| 1 汤匙 (tbsp) 固体调料=15 克 (g) | 1 汤匙 (tbsp) 液体调料=15 毫升 (ml) |
| 1 碗液体调料=250 毫升 (ml)       | 1 手匙=600 毫升 (ml)            |





P128 黄焖浓汤鱼翅



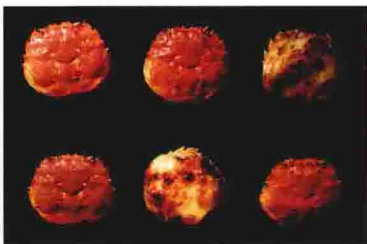
P129 红宝石海参皇



P130 葱烧辽参



P134 神秘红烧排骨



P135 美滋来乐彩椒焗蟹



P136 养生件



P140 风味微型娃娃菜



P141 干冰意境小南瓜

## 高汤制作

- P055 鸡高汤
- P072 大骨高汤
- P121 浓汤
- P126 上汤
- P128 翅汤
- P132 鱼高汤

## 预制食材制作

- P011 墨鱼胶
- P101 虾胶
- P102 传统法式鹅肝酱

## 调味酱汁制作

- P005 蒜油
- P007 星州酱
- P009 美味烧汁
- P025 蓝莓酱
- P040 油面捞
- P045 麻辣汁
- P058 桂花酱
- P067 糖色
- P084 宫保汁
- P085 剁椒
- P093 味椒盐
- P098 沙律酱
- P106 蔬菜汁
- P107 糖醋汁
- P109 龙品酱汁
- P110 烧汁
- P125 鱼酱汁
- P130 鲍汁



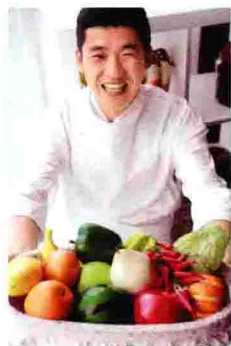
# Chapter 1

## 两个人的 美食小情书

爱到荼靡，  
换罗衣，  
洗素手，  
做羹汤。

两个人一起吃饭，  
吃的是菜，谈的是情，  
憧憬的是生活的甜蜜。

羞涩爱情的前戏，  
就是一场美食计。



## 食材

猪耳朵 300 克，胡萝卜丝 10 克，熟海螺片 15 克，枸杞 10 克，蒜蓉、葱段、姜块各适量

## 调料

盐 1 茶匙，姜汁酒 2 茶匙，排骨酱 1 汤匙，镇江醋 2 茶匙，红油 1/2 茶匙

## 做法

- 1 将猪耳朵清洗干净，入沸水锅内煮透。
- 2 锅中注入适量清水，放入猪耳朵，再放入用纱布包好的葱段、姜块煮沸，去除浮沫，转小火煨烂。
- 3 捞出猪耳朵切片，分装入两个大碗内。
- 4 煮猪耳朵的原汤过滤成净汤，去掉浮油，加盐、姜汁酒、排骨酱调味，分别倒入两只碗内，并在其中的一个碗内加入枸杞。
- 5 待自然放凉后，用原汤涂抹碗面，将两只碗相扣，放入冰箱冷冻。
- 6 食用时将冷冻的猪耳朵冻取出，切小块，用胡萝卜丝和熟海螺片作点缀。将蒜蓉、镇江醋、红油调成汁，与猪耳朵冻一同上桌。



养颜膏

# 新派宫保炒虾球

## 食材

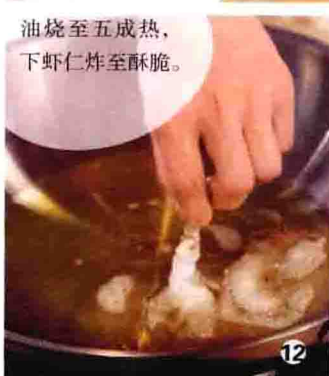
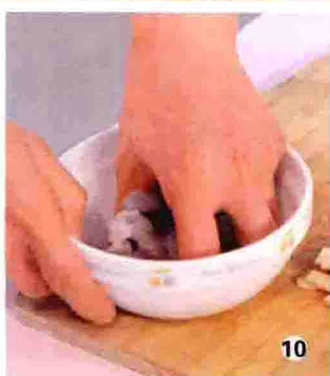
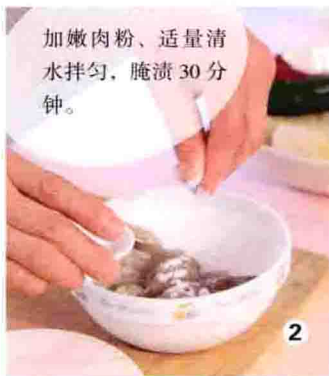
鲜虾 300 克，冬笋 100 克，红椒 1 个，青椒 1 个，大蒜 2 粒，干辣椒 5 克，鸡蛋 1 只，腰果 20 克

## 调料

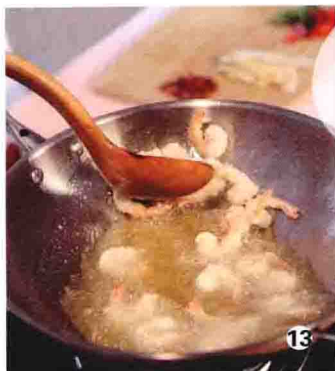
盐 1 茶匙，白砂糖 6 茶匙，陈醋 4 茶匙，嫩肉粉 1 茶匙，鸡精 1 茶匙，辣椒酱 1 茶匙，色拉油 2 汤匙，红油 2 茶匙，干淀粉 1 茶匙，料酒 1 茶匙，水淀粉 适量



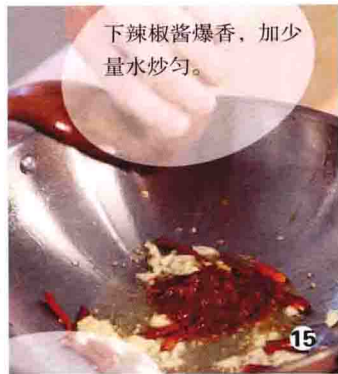




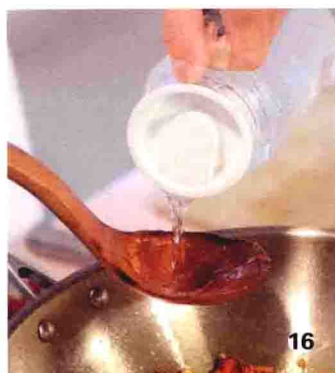




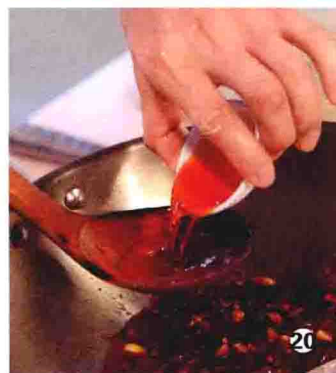
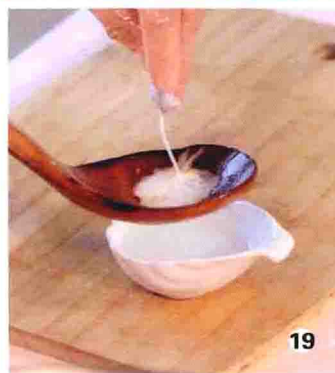
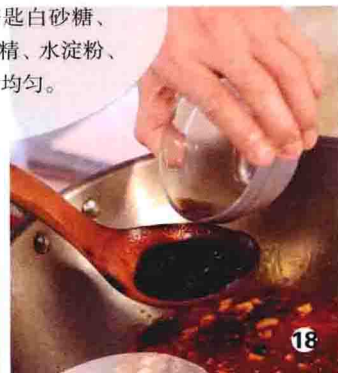
炒锅上火入油，下蒜末、干辣椒爆香。



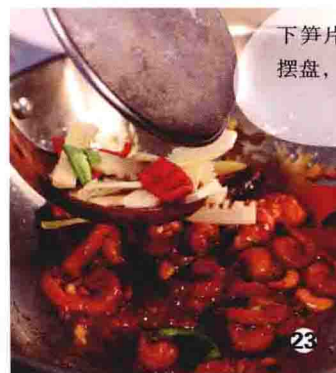
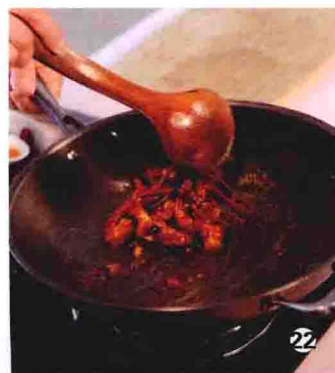
下辣椒酱爆香，加少量水炒匀。



调入5茶匙白砂糖、陈醋、鸡精、水淀粉、红油翻炒均匀。



下虾仁翻炒。



下笋片、青红椒片炒匀摆盘，撒上腰果装饰。

