

符号江苏·口袋本

Huaiyang Cuisine

淮扬菜

袁晓国 邱杨毅 等编著



江苏科学技术出版社

淮扬菜



袁晓国 邱杨毅 等编著



图书在版编目(CIP)数据

淮扬菜 / 袁晓国 邱杨毅 等编著. -- 南京: 江苏科学技术出版社, 2014.4

(符号江苏·口袋本)

ISBN 978-7-5345-9932-3

I. ①淮… II. ①袁… ②邱… III. ①苏菜-烹饪 IV. ①TS972.117

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第023662号

- | | |
|-------|---|
| 书 名 | 淮扬菜 |
| 编 著 | 袁晓国 邱杨毅 郁正玉 凌来法 |
| 责任编辑 | 邓海云 |
| 封面设计 | 郭 渊 曲闵民 |
| 版式设计 | 赵 天 曲闵民 |
| 出版统筹 | 孙 茜 |
| 出版发行 | 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏科学技术出版社 |
| 出版社地址 | 南京市湖南路1号A楼, 邮编: 210009 |
| 出版社网址 | http://www.pspress.cn |
| 经 销 | 凤凰出版传媒股份有限公司 |
| 排 版 | 江苏凤凰印刷数字技术有限公司 |
| 印 刷 | 南京精艺印刷有限公司 |
| 开 本 | 787毫米×1092毫米 1/32 |
| 印 张 | 8.625 |
| 版 次 | 2014年4月第1版 2014年4月第1次印刷 |
| 书 号 | ISBN 978-7-5345-9932-3 |
| 定 价 | 35.00元 |

《符号江苏》编委会

主 任 王燕文

副主任 司锦泉 陈沈张 陈海燕
黎 雪

委 员 宣云凤 刘 锋 徐 海
金国华 黄小初 龚文俊
沈颖雯 葛庆文

C 目 录

CONTENTS

神州名菜话淮扬	001
淮扬风味	032
扬州	034
淮安	080
镇江	096
泰州	110
南通	138
盐城	155
宿迁	162

金陵风味	168
------	-----

南京	170
----	-----

苏锡风味	201
------	-----

苏州	202
----	-----

无锡	216
----	-----

常州	235
----	-----

徐海风味	249
------	-----

徐州	250
----	-----

连云港	254
-----	-----

【神州名菜话淮扬】

你了解淮扬菜吗？它是中华人民共和国成立时，首次国宴的主打菜肴。

1949年10月1日晚7时。

此时，中华人民共和国宣布成立刚刚过去了四小时，开国第一宴就在位于北京市的北京饭店揭开了她庄严、隆重、热烈而又颇有点神秘的帷幕。中央人民政府毛泽东主席因临时有重大国事未能光临，副主席朱德、刘少奇，政务院总理周恩来等中央领导人、解放军高级将领、各民主党派和无党派民主人士、原国民政府军队的起义将领、社会各界知名人士、少数民族代表，还有工人、农民、解放军等各界的代表共六百多人出席了此次国宴。

隆重的宴席共设六十桌，时间长达二小时。开国第一宴的菜品包括八味冷碟：香麻海蜇、泡黄瓜条、酥烤鲫鱼、水晶肴蹄、虾籽冬笋、芥末鹅掌、罗汉香肚、桂花盐水鸭。头道大菜是：乳香燕紫菜；热菜八道：全家福、东坡肉、蟹肉狮子头、沙炒翡翠虾、鲍鱼四宝、鸡汁煮干丝、口蘑罐装鸡、鲜蘑菜心；点心四件：炸年糕、黄桥烧饼、淮扬汤包、艾窝窝；主食是菠萝八宝饭；最后上的是时果拼盘。

筹备开国第一宴时，可供选择的菜系很多，但



最终选定的却是淮扬菜，这是淮扬菜的殊荣。从开国到 1954 年，北京饭店承办的国庆宴会和其他国宴接连不断，选用的都是淮扬菜。直到 1954 年后，这种格局才有所改变。但长期以来，淮扬菜都是国宴接待中的主打菜系之一。

国宴素有国家脸面之说，任何一个国家对待国宴的选择和安排都是十分慎重和讲究的。而开国大典的国宴就显得格外重要了。建国之前，北京饭店只有西餐，没有中餐。当年在北京市场上，淮扬菜还是比较流行的一大菜系。为了筹办好开国大宴，北京饭店特地从北京著名的淮扬菜馆玉华台饭庄聘请了九位淮扬菜大师。因此，淮扬菜就成了第一个进入北京饭店的中国本土菜系，也是北京饭店餐桌上最早供应的中餐。从玉华台饭庄调来的几位大厨，各个身手不凡，各有所长。朱殿荣大师特别擅长大锅烧菜，甚至几百人的宴会，他也能用大锅一次烧出，投料果断，口味极准；点心大师孙久富，号称“孙快手”，动作麻利，干活精细，所制淮扬点心，主料突出，清香鲜醇。他尤其擅长制作烧饼，包括黄桥烧饼、焖炉烧饼、肉末烧饼、萝卜丝酥饼在内，能够做出近五十种。他烤制的烧饼，层多酥脆，味美鲜香，享有“烧饼王”的美誉。后来又分别从上海、国务院调来了淮扬名厨李魁南和王兰。李魁南是扬州人，是现代淮扬菜泰斗级的大师，他是北京饭店首任中餐厨师长。他手艺高强、技术全面，尤其擅长制作“扬州三头”：拆烩鲢鱼头、蟹粉狮子

头和扒烧整猪头，也擅长制作松鼠鳜鱼、翡翠虾仁等传统名菜。王兰大师烹饪时讲究原汁原味，擅长烹制河鲜。尤以制作鳝鱼菜闻名，他一个人便能制作三十余种不同的鳝鱼名菜，可以说是淮安著名的全鳝席的传人之一。虽然开国第一宴已是六十多年前的往事了，但它的可圈可点之处，至今仍长留在人们的回忆和回味中。

什么是淮扬菜呢？

淮扬菜的全称是淮扬菜系。它与山东菜系、四川菜系、广东菜系并称为中国四大菜系。通俗地说，





菜系指的是较大地域范围的、被绝大多数居住民认可和喜爱的地方风味菜，它必须具有如下的主要特征：反映了一定地区内的饮食特征，反映了一定地区内菜肴的主要风味特色，反映了一定地区内主流的烹调工艺特色。它表明中国菜是由多种风格不同的地方风味组成的，彼此之间既有相同的内涵，也有相异的部分。2008年，商业部根据国内餐饮发展的实际，对于菜系这一提法，又提出了新的说法，将国内的餐饮空间格局划分为五大版块，即辣文化餐饮集聚区、北方菜集聚区、淮扬菜集聚区、粤菜集聚区、清真餐饮集聚区。清真餐饮集聚区是以民

族为特征加以划分的，其他四大集聚区可以视为传统的中国四大菜系的最新提法。淮扬菜集聚区指的是以江苏、浙江、安徽、上海四省市为主的餐饮区域。淮扬菜是中国长江下游地区的著名菜系，产生于江淮地区，扬州、淮安两城是公认的淮扬菜的故乡，源起于春秋时期，兴起于隋唐时期，鼎盛于明清时期。淮扬菜的知名度极高，在海内外都有很大的影响。

淮扬菜历史悠久，源远流长。远在八千多年前，生活在淮河流域的今江苏省泗洪县顺山集新石器时代的先民，已经能用陶土制作煮食用的陶釜、陶灶，还能制作用来磨制谷物的磨盘和磨球，说明当时江淮流域先民的饮食水平已经比较先进。

中国有文字记载的第一位职业厨师——彭祖的封地也在江苏。彭祖生活在唐尧时代，父系社会的末期，距今约五千年。唐尧据记载是华夏部落联盟的首领，是被传为“圣君”的贤人，相传他勤于公务，以致得了头痛症。彭祖知道这件事以后，便用野鸡做了一道羹菜献给他，尧食用以后，病症减轻了很多。尧为了感激他，便将他封于大彭（今徐州市）。相传彭祖不仅会做菜，还擅长气功养生，寿命很长。彭祖是后人对他的尊称。长期以来，徐州及邻近几省，均将他尊为厨行祖师，至今徐州城里，还有很多关于他的遗迹。他当年制作的野鸡羹被誉为“中华第一羹”，据说至今苏鲁一带风行的“炖汤”，便是由野鸡羹演变而来的。



春秋时期是淮扬菜萌生的时期。夏朝和商朝的时候，江南一带，还被称为是蛮荒之地，生产力十分低下，很多地区的农业生产都处在刀耕火种阶段，当时的黄河流域是中国政治经济文化的中心。这种局面，直至商朝末年才有所改变。生活在黄河上游的周族部落首领古公亶父想把王位传给三子季历的儿子姬昌（即周文王）。季历的哥哥泰伯和仲雍为了成全父亲的愿望，便从中原迁往江南无锡、常熟一带定居，给当地带去了先进的农业生产技术，改变了当地原先经济生产落后的面貌，使这里一度成为江苏南部政治经济中心，并在此建立了吴国。经过五六百年的发展，春秋末年，吴国国势已十分强盛，吴王阖闾已成为可与中原大国相抗衡的“春秋五霸”之一。说起这位吴王继位，还与一道名菜“全鱼炙”（烤全鱼）有关。吴王阖闾原称姬光，是吴王的长子，原本享有王位继承权，但是他的父亲却将王位传给了阖闾的几位弟弟。一圈轮回下来，按理说，应该是公子光继承王位了，但是他的叔叔出自私心，将王位传给了自己的儿子姬僚。公子光咽不下这口气，于是在伍子胥的帮助下，物色了一位名叫专诸的勇士，作为刺杀王僚的杀手。王僚平日戒备森严，一般人根本无法接近他，更别说进行刺杀了。但王僚有个爱好，特别喜欢吃鱼。于是他们便密谋利用献鱼的机会进行行刺。当时离吴国无锡很近的太湖边，有一位擅长制作鱼菜的名厨太和公。专诸便特地前往，虔诚地拜太和公为师，专心致志





地向他学习做鱼菜，三个月后，专诸便学会了炙鱼的本领。于是公子光密藏了一把锋利的匕首在烤熟的鱼腹中，并设法诱骗王僚来自己王府品鉴这款鱼菜。专诸便利用献鱼的机会，用藏在鱼腹中的匕首，一举刺死了王僚，从而使阖闾登上了王位。阖闾时代，吴国的饮食水平已经达到了一定的高度。当今颇为流行的船宴，就是阖闾在太湖首倡游宴而逐步推广开的。他在船上品尝的鱼肴很可能就是随捕随食的，由于原料新鲜，制作精美，名气很大。流传至今的苏州名菜松鼠鳊鱼，曾有“苏菜独步”的美誉，据说此菜就是在全鱼炙的基础上，经过历代苏州名厨的不断改进，才逐步形成的。当时江苏还流行一道名菜，叫“鱼腹藏羊肉”，它是春秋时期名厨易牙创制的，是用鱼和羊肉制成的菜，也有人认为，鲜字的来历就与此菜有关。相传该菜是易牙来到徐州传艺时制作的，如今徐州的名菜谱上有一款名菜叫“羊方藏鱼”，据说就与易牙有关。易牙在中国烹饪史上被尊称为“调味之圣”，他辨别滋味的本领确实令人叹为观止。史料记载，他擅长辨别咸酸苦辣辛等五味，有人为了考察他辨别滋味的本领，特地选用两条不同的河水去做菜，但他稍一品尝，很快就将它们区别开来，无人不为此感到惊叹。

由于我国地大物博，各个地方不同的地理环境、物质条件、气候因素、民族习性、风俗习惯以及相对应的历史背景，造成了全国各地饮食品种和口味爱好的千差万别，从而形成了相对固定、各有所长、

各具特色的地域菜肴。春秋战国时期，我国菜系的分类已经进入初级阶段，基本上分为南味和北味两大类。北味主要以畜产为代表，南味则以水鲜禽类为代表；北味菜肴具有典型的北方特色，属于黄河流域地方风味，南味菜肴具有典型的南方特色，属于长江流域地方风味。当时虽然还没有淮扬菜系，但可以说，淮扬菜系即是在南味的基础上，逐渐发展而最终形成的。

西汉初年，江淮大地处于汉高祖刘邦的之侄吴王刘濞的封地内。这位吴王是一位聚财的高手，他开凿运盐的运河，又煮海为盐，铸铜为钱，先后四十多年，硬是将藩国建成了富甲天下的封地，堪称当时中国最为富足的地区。经济上的繁华，客观上促进了饮食的发展。根据汉赋大家、淮安人枚乘的《七发》一文记载，当时吴王府邸的饮食相当丰盛精美，所列菜单大多为山珍海味，是标准的贵族宴饮菜单，也是淮扬菜在漫长发展过程中留下的一份十分珍贵的菜单。

经过三国、魏晋动乱，中原地区的战乱频繁，田园荒芜，汉代一度十分繁华的江淮大地也受此影响，经济衰退。大批中原士族为了躲避动乱，纷纷向相对动乱较少的江南迁移。西晋时期，发生在首都洛阳的“菟鲈之思”，可以说是南迁的引子，这是一件对后世很有影响的事，也是饮食文化史上一则著名的掌故。西晋苏州人张翰，字季鹰，出身贵族，父亲是东吴高官。他才华横溢，写得一手好文章。



有一次，他在苏州河边听人弹琴，觉得此人琴技高超，便上前去与其交谈，谈得十分投机。交谈中得知那人要前去首都洛阳，于是便说，“我正好想去京城看看，我和你一同去吧！”张翰到了洛阳以后，齐王司马冏风闻他的才华，便征召他为自己的官员。有一年秋风起时，他忽然回忆起故乡的菰菜、莼羹、鲈鱼脍，于是便对周围人说：“人生可贵的是能够实现自己的志向，怎么可以不辞千里，迷恋于官场，而去追逐那名利和地位呢？”于是，他毫不犹豫地返回了故乡苏州。张翰提及的那几款美味，至今仍可以在淮扬菜谱里，找到它们的身影。其实张翰真正南归的原因，除了品德高尚、厌倦官场的虚伪腐败以外，主要是因为他清醒地预感到，一场动乱即将在宫廷内外爆发，于是他便以此为借口，早早地南归。西晋动乱时，王室及大批士族南下。南渡至长江流域的北方士民，人口占原北方人口的十分之六七，总数约七十万以上。南下民众，既带来了大量劳动力，又带来了先进的生产技术，江南地区以往地广人稀的面貌得到很大改变，特别是苏南地区，从根本上改变了以往经济落后的面貌，跃居到全国经济发达地区的先进行列。东晋和其后南朝的宋、齐、梁、陈建都南京后，南京便逐渐成为了江南地区经济、政治、文化的中心。六朝时期，长江流域，特别是长江以南地区，饮食习惯基本上是继承汉代的。大量人口的南迁，把北方的习俗带到了南方，南北饮食文化的交融，大大地丰富了饮