

吕宏兵 / 编著

国家级烹饪大师

金奖名厨 倾力打造

● 精选川菜中的经典菜式，
既包括川菜中的招牌菜、
流行菜、凉菜、热菜、鲜汤，
又涵盖了川菜的著名小吃和
火锅，巴蜀味道尽在本书。
● 分步详解，让你轻松玩转
麻辣诱惑。

精品
菜典
系列

川味 菜典



中国纺织出版社



川味菜典

吕宏宾◎编著



中国纺织出版社

图书在版编目(CIP)数据

川味菜典 / 吕宏宾编著. —北京: 中国纺织出版社, 2012.1

(精品大菜典系列)

ISBN 978-7-5064-8123-6

I. ①川… II. ①吕… III. ①川菜—菜谱 IV. ①TS972.182.71

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第257867号

策划编辑: 尚 雅 张天佐 责任编辑: 张天佐 责任印制: 刘 强
美术编辑: 成 馨 蔡国龙 装帧设计: 程 程 王 波

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京佳信达欣艺术印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2012年1月第1版第1次印刷

开本: 720×1020 1/24 印张: 10

字数: 150千字 定价: 29.80元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

目录

Contents

Part 1 食在中国味在川 ——详解十大招牌川菜

- 水煮鱼 / 10
- 剁椒鱼头 / 12
- 酸菜鱼 / 14
- 川式小炒肉 / 16
- 茶树菇烧五花肉 / 18
- 酸辣鸡杂 / 20
- 水煮泥鳅 / 22
- 豆豉虾 / 24
- 怪味花生 / 26
- 辣炒河虾 / 28



水煮鱼

Part 2 一菜一格邀君尝 ——细品十大经典川菜

- 麻婆豆腐 / 30
- 回锅肉 / 32
- 夫妻肺片 / 34
- 鱼香肉丝 / 36
- 东坡肉 / 38
- 水煮牛肉 / 40
- 歌乐山辣子鸡 / 42
- 毛血旺 / 44
- 青豆蒸臭 / 46
- 炒腊肉 / 48

Part 3

亦麻亦辣味香永 ——回味十大流行川菜

椒麻鸡 / 50

空心菜炒牛肉 / 52

牛肉炒蒜薹 / 54

韭菜炒香干 / 56

椒麻腰花 / 58

魔芋炒豆苗 / 60

笋条炒里脊丝 / 62

榨菜肉丝 / 64

鱿鱼卷炒肉末 / 66

泡椒红酒鸡 / 68



酸辣蕨根粉



红油耳丝

Part 4

绝色川香清凉意 ——川菜中的十大凉菜

酸辣蕨根粉 / 70

川味米豆腐 / 72

红油耳丝 / 74

果味辣白菜 / 76

凉拌鸭掌 / 78

泡椒凤爪 / 80

糯米藕 / 82

椿芽白肉 / 84

泡豇豆 / 86

泡仔姜 / 88



Part 5 扑鼻馨香暖胃肠 ——川菜中的十大热菜

碎肉炒苦瓜 / 90

糖醋莲白 / 92

水煮芦荟虾 / 94

鸡丝荞面 / 96

麻辣蚕蛹 / 98

炆锅鱼片 / 100

凉粉海参 / 102

泡菜烧魔芋 / 104

海螺米豆腐 / 106

蕨粉炒鹅肠 / 108



麻辣蚕蛹

Part 6 极致魅惑不可挡 ——川菜中的十大荤菜

木耳鸡丝 / 110

泡菜牛肉 / 112

三椒百合虾仁 / 114

芹菜猪肝煲 / 116

焖锅藤椒兔 / 118

麻辣带鱼 / 120

辣椒鲫鱼 / 122

川椒鳗鱼煲 / 124

咸烧白 / 126

沙锅肥肠鸭 / 128

Part 7

返璞归真享自然 ——川菜中的十大素菜

豆泡三色蔬 / 130

黑椒荷兰豆 / 132

肉末酿茄子 / 134

葱炒木耳 / 136

香肠炒豆芽 / 138

罗汉斋 / 140

鲜炒甘薯泥 / 142

醪糟荸荠 / 144

干锅莴笋 / 146



Part 8

汤浓味美堪神品 ——川菜中的十大鲜汤

胡萝卜竹荪煲 / 150

天麻炖鸡汤 / 152

莲子百合鸡汤 / 154

洋葱西红柿汤 / 156

茶树菇母鸡汤 / 158

油菜鸡汤 / 160

酸辣鱼片羹 / 162

菊花鱼片汤 / 164

红枣老鸭汤 / 166

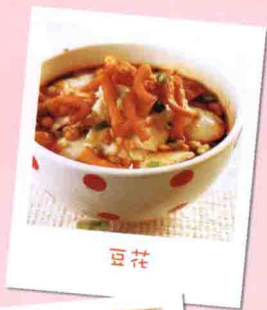
雪梨煲猪肺 / 168



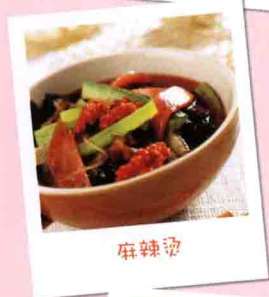
鲜炒甘薯泥



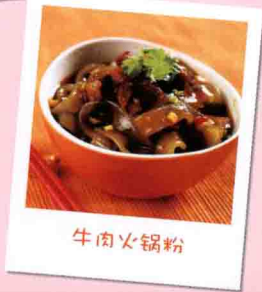
醪糟荸荠



豆花



麻辣烫



牛肉火锅粉

Part 9

美食美客口留香 ——川菜中的九大小吃

赖汤圆 / 170

韩包子 / 172

钟水饺 / 174

豆花 / 176

担担面 / 178

牛肉火锅粉 / 180

麻辣烫 / 182

姜汁冰粉 / 184

灯影牛肉干 / 186

Part 10

火辣妖娆天赐味 ——川菜中的六大火锅

羊肉火锅 / 188

串串毛肚火锅 / 190

泡菜豆花火锅 / 192

冷锅鱼 / 194

三鲜鱼肚锅 / 196

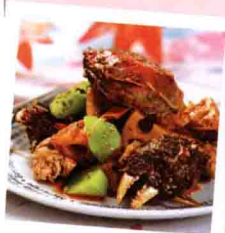
海鲜锅 / 198

Part 1 朴实清新乡土气 ——川菜中的十大调料

- 泡红椒 沙锅焗腊肉 / 200
- 小米辣椒 四色鱼丁 / 202
- 泡野山椒 泡椒香芹牛肉丝 / 204
- 剁椒酱 盆盆虾 / 206
- 豆瓣酱 宫保肚条 / 208
- 豆豉 豉烧鱼肉 / 210
- 花椒 干烧鱼 / 212
- 四川榨菜 八宝肉酱 / 214
- 泡青菜 泡菜炖豆腐 / 216
- 宜宾芽菜 鸡米芽菜 / 218



鸡米芽菜



椒麻小螃蟹

Part 2 美汁添香蜀中情 ——川菜中的十大味汁

- 红油味汁 口水鸡 / 220
- 麻辣味汁 香拌牛腱肉 / 222
- 酸辣味汁 酸辣鸡丁 / 224
- 糊辣味汁 葱香辣味煎土豆 / 226
- 芥辣味汁 白灼虾 / 228
- 椒麻味汁 椒麻小螃蟹 / 230
- 剁椒味汁 香辣豆干 / 232
- 鱼香味汁 鱼香四季豆 / 234
- 陈皮味汁 陈皮辣椒鸡 / 236
- 怪味汁 怪味豉香鱼 / 238



Happy . Health . Tasty . Delicious . Luscious . Family...



Happy . Health . Tasty . Delicious . Luscious . Family...



川味菜典

吕宏宾◎编著



中国纺织出版社

目录

Contents

Part 1 食在中国味在川 ——详解十大招牌川菜

- 水煮鱼 / 10
- 剁椒鱼头 / 12
- 酸菜鱼 / 14
- 川式小炒肉 / 16
- 茶树菇烧五花肉 / 18
- 酸辣鸡杂 / 20
- 水煮泥鳅 / 22
- 豆豉虾 / 24
- 怪味花生 / 26
- 辣炒河虾 / 28



水煮鱼

Part 2 一菜一格邀君尝 ——细品十大经典川菜

- 麻婆豆腐 / 30
- 回锅肉 / 32
- 夫妻肺片 / 34
- 鱼香肉丝 / 36
- 东坡肉 / 38
- 水煮牛肉 / 40
- 歌乐山辣子鸡 / 42
- 毛血旺 / 44
- 青豆蒸臭 / 46
- 炒腊肉 / 48

Part 3

亦麻亦辣味香永 ——回味十大流行川菜

椒麻鸡 / 50

空心菜炒牛肉 / 52

牛肉炒蒜薹 / 54

韭菜炒香干 / 56

椒麻腰花 / 58

魔芋炒豆苗 / 60

笋条炒里脊丝 / 62

榨菜肉丝 / 64

鱿鱼卷炒肉末 / 66

泡椒红酒鸡 / 68



酸辣蕨根粉



红油耳丝

Part 4

绝色川香清凉意 ——川菜中的十大凉菜

酸辣蕨根粉 / 70

川味米豆腐 / 72

红油耳丝 / 74

果味辣白菜 / 76

凉拌鸭掌 / 78

泡椒凤爪 / 80

糯米藕 / 82

椿芽白肉 / 84

泡豇豆 / 86

泡仔姜 / 88



Part 5 扑鼻馨香暖胃肠 ——川菜中的十大热菜

碎肉炒苦瓜 / 90

糖醋莲白 / 92

水煮芦荟虾 / 94

鸡丝荞面 / 96

麻辣蚕蛹 / 98

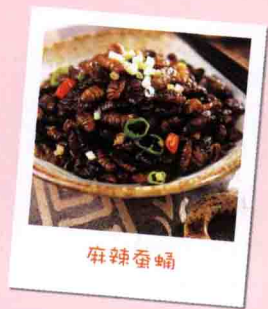
炆锅鱼片 / 100

凉粉海参 / 102

泡菜烧魔芋 / 104

海螺米豆腐 / 106

蕨粉炒鹅肠 / 108



Part 6 极致魅惑不可挡 ——川菜中的十大荤菜

木耳鸡丝 / 110

泡菜牛肉 / 112

三椒百合虾仁 / 114

芹菜猪肝煲 / 116

焖锅藤椒兔 / 118

麻辣带鱼 / 120

辣椒鲫鱼 / 122

川椒鳗鱼煲 / 124

咸烧白 / 126

沙锅肥肠鸭 / 128

Part 7

返璞归真享自然 ——川菜中的十大素菜

豆泡三色蔬 / 130

黑椒荷兰豆 / 132

肉末酿茄子 / 134

葱炒木耳 / 136

香肠炒豆芽 / 138

罗汉斋 / 140

鲜炒甘薯泥 / 142

醪糟荸荠 / 144

干锅莴笋 / 146



Part 8

汤浓味美堪神品 ——川菜中的十大鲜汤

胡萝卜竹荪煲 / 150

天麻炖鸡汤 / 152

莲子百合鸡汤 / 154

洋葱西红柿汤 / 156

茶树菇母鸡汤 / 158

油菜鸡汤 / 160

酸辣鱼片羹 / 162

菊花鱼片汤 / 164

红枣老鸭汤 / 166

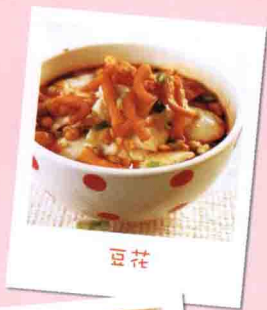
雪梨煲猪肺 / 168



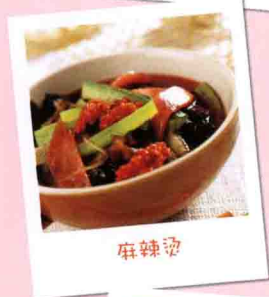
鲜炒甘薯泥



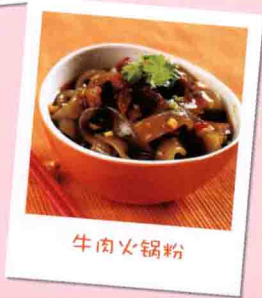
醪糟荸荠



豆花



麻辣烫



牛肉火锅粉

Part 9

美食美客口留香 ——川菜中的九大小吃

赖汤圆 / 170

韩包子 / 172

钟水饺 / 174

豆花 / 176

担担面 / 178

牛肉火锅粉 / 180

麻辣烫 / 182

姜汁冰粉 / 184

灯影牛肉干 / 186

Part 10

火辣妖娆天赐味 ——川菜中的六大火锅

羊肉火锅 / 188

串串毛肚火锅 / 190

泡菜豆花火锅 / 192

冷锅鱼 / 194

三鲜鱼肚锅 / 196

海鲜锅 / 198