



知书达礼
zhishudali 典藏



著名营养师亲自指导 ●

传统菜肴与创新菜完美结合 ●



轻松变身烹饪高手 ●

学做经典宴客菜

主编/陈绪荣

ZUO JINGDIAN YANKE CAI



哈尔滨出版社

图书在版编目(CIP)数据

学做经典宴客菜 / 陈绪荣主编. — 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2011.4
(学做拿手菜系列)
ISBN 978-7-5484-0496-5

I. ①学… II. ①陈… III. ①菜谱 IV.
①TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 031170 号



书 名: 学做经典宴客菜

主 编: 陈绪荣

副 主 编: 王丽萍 程晓波 谷胜男

责任编辑: 韩伟锋 闵 锐

责任审校: 陈大霞

策 划: 钟 雷

装帧设计: 稻草人工作室 

出版发行: 哈尔滨出版社 (Harbin Publishing House)

社 址: 哈尔滨市香坊区泰山路 82-9 号 邮编: 150090

经 销: 全国新华书店

印 刷: 青岛海蓝印刷有限公司

网 址: www.hrbcs.com www.mifengniao.com

E-mail: hrbcs@yeah.net

编辑版权热线: (0451) 87900272 87900273

邮购热线: (0451) 87900345 87900299 87900220 (传真) 或登录蜜蜂鸟网站购买

销售热线: (0451) 87900201 87900202 87900203

开 本: 787 × 1092 1/16 印张: 12 字数: 200 千字

版 次: 2011 年 4 月第 1 版

印 次: 2011 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5484-0496-5

定 价: 19.90 元

凡购本社图书发现印装错误, 请与本社印制部联系调换。 服务热线: (0451) 87900278

本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所

学做拿手菜系列

学做 经典宴客菜

XUE ZUO JINGDIAN YANKE CAI

主编 陈绪荣





Preface

前言

中国是一个礼仪之邦,并且有着享誉世界的饮食文化,所以在中国,宴客也就成了表示友好的普遍形式。所谓“民以食为天”,当然宴客中的“食”就要放在首位了。

现在的饭店可谓是鳞次栉比,去饭店宴客已经算不上时尚。如果能让亲朋好友在家享受一顿您亲手做的丰盛佳肴就别有另一番风味了。本书为了满足您在家宴客的需要,从冷盘、主菜、特色、汤品到主食提供上百种食谱供您选择搭配,让您不再为宴客聚餐而伤脑筋。

本书面向普通家庭,按照常见的宴客形式将菜品分为:快手香拌菜,拿手美味菜,主妇特色菜,一碗宴客汤,热腾腾主食。本书选取适合现代人居家饮食的菜谱,最普遍常用的食材,最营养美味的组合,简单实用的烹饪手法,并且辅以精美图片和文字说明,不仅让您遍尝百味佳肴,还能让您在宴请朋友时“大显身手”。



目录



contents

第一章

快手香拌菜

kuai shou xiang ban cai

油麦菜拌腐竹 ... 14

糖醋木瓜丝 ... 14

海蜇拌萝卜丝 ... 14

凉拌鱼皮 ... 15

芥末肚丝 ... 15

沙司牛舌 ... 15

虾皮拌香菜 ... 16

番茄菠菜肉丝 ... 16

洋葱拌木耳 ... 16

碎花生拌豆腐 ... 17

油菜叶豆腐丝 ... 17



菜心拌干豆腐 ... 17

夫妻肺片 ... 18

水晶虾冻 ... 19

赛香瓜 ... 19

海鲜拌甜椒 ... 19

红油肝花 ... 20

海米拌卷心菜 ... 20

银丝三文鱼 ... 21

白菜拌海蜇 ... 21

香椿芽拌虾 ... 21

韭菜拌腰丝 ... 22

香椿拌豆腐 ... 22

蒜泥凤爪 ... 22

凉拌猪耳朵 ... 23

肉丝拌凉皮 ... 23

拌里脊丝 ... 23

肉丝拌腐竹 ... 24



芝麻海带 ... 24

豆腐干拌核桃丁 ... 25

猪皮芝麻冻 ... 25

三鲜拌春笋 ... 26

辣椒油拌双花 ... 26

双芽拌鱼片 ... 26

双鲜拌金针菇 ... 27

麻酱拌芸豆 ... 27

芝麻芹菜段 ... 27

拌西瓜皮 ... 28

炆拌生菜 ... 28

海米拌菠菜 ... 29

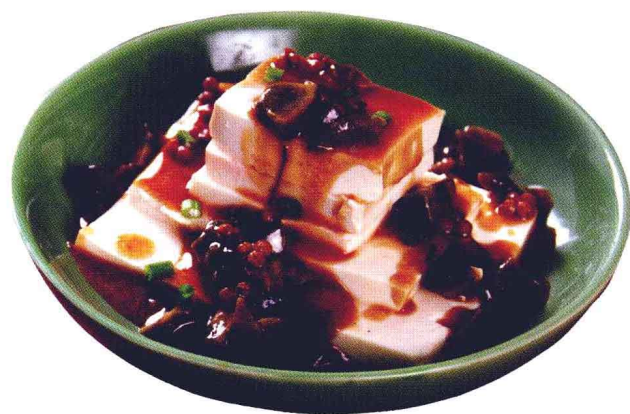
麻辣茭白 ... 30

花菜拌牛腩 ... 30

目录 contents

手撕牛板筋	30	三色炒百合	36
香辣黄瓜	31	鱼子酱豆腐	36
麻香芦笋	31	香菇干丝笋	37
十香拌菜	31	油炸里脊	38
凉拌苦瓜丝	32	什锦肉丁	38
龙禧金银丝	32	芝麻肉片	38
		红枣烧肉	39
		菠萝牛肉	39
		酱牛肉	39
		红烧肉	40
		香辣蹄花	40
口蘑鲜豌豆	34	栗子红焖肉	41
平菇红烧豆腐干 ...	34	豆豉牛肉	41
芙蓉煎豆腐	35	焦熘里脊条	42
明珠油菜心	35	滑熘里脊	42
干豆豉炒蕨菜 ...	35		

拿手美味菜 na shou mei wei cai



荷叶蒸肉 43

麻辣肉片 44

铁板洋葱猪肝 ... 44

番茄肝扒 45

沙茶牛肉片 45

软炸羊肉 45

凉爽肉块 46

多味小排骨 46

咖喱牛肉片 47

粉蒸肉 47

南瓜蒸肉 48

炸烹肉段 48

辣子跳跳骨 49

孜然肉片 49

瓦块牛肉 50

虾须牛肉 50

锅巴肉片 51

蒜炒五花肉 52

干煸牛肉丝 52

软炸里脊条 53

火爆牛骨髓 53



栗子炒鸡 54

松茸鹅肉块 54

珍珠三鲜 55

糊涂鸡 55

辣子鸡丁 56

番茄鸡片 56

荷叶粉蒸鸡 57

鲜栗炖鸭 57

麻辣鸡脖 58

鸡片炒西蓝花 ... 58

苹果炒鸡柳 58

米汤南瓜鸡 59

菠萝鸡丁 59

花椒炒子鸡 60

青蒜炒鸡丝 60

荔枝鸭片 61

炖啤酒鸡 61

目录 contents

香菇鸡块	62	青椒炒鸡翅 ...	70
梅酱拌鸡片	63	香辣茄鸡煲 ...	71
辣味鸡肉	63	芋头烧鸡	71
话梅滑鸡	64	孜然鸡心	72
苹果鹌鹑	64	香炸鸡肝	72
金针菇蒸土鸡	65	烧块鸭	73
怪味鸡	65	回锅鸭肉	73
蒸滑鸡	66	椒盐鸭片	74
豉椒鸡球	66	菠萝炒鸭片	74
芙蓉鸡片	67	鸭蓉玉米	75
燕麦煎鸡排	67	三宝烧鸭块	75
百合丝瓜炒鸡片 ...	68	豆渣鸭子	76
五彩鸡丝	68	魔芋烧鸭	76
沙茶鸡柳	69	炒鱿鱼丝	77
炒鸡丝蜇头	69	生菜虾松	77
四彩鸡丁	70	干烧鲫鱼	78



红烧带鱼	79
香滑鲈鱼片	79
糟香小黄花鱼	79
豆瓣青鱼	80
豆瓣鲤鱼	80
银鱼空心菜	81
家常焖鳊鱼	81
枸杞香螺片	81
鲑鱼炖酸菜	82
家焖黄鱼	82
清蒸加吉鱼	83
油泼鲈鱼	83
干烧鲳鱼	83
瓜姜鱼丝	84



银针鸡汁鱼片	84
红烧鲤鱼	85
椒盐沙丁鱼	85
家常烧鲛鱼	86
滑炒黑鱼丝	86
银鱼煎蛋	86
茄汁草虾球	87
草莓虾球	87
蛤肉炒豆腐	87
番茄蛤蜊	88
香脆银鱼	88
锅塌黄鱼	89
熘鱼片	89
河鳗炖豆腐	90
软炸虾仁	90
清炖鱼	90
木耳海螺肉	91
纸包带鱼	91
松子炒螺丁	91
豆腐鲫鱼	92
氽乌鱼片	92



主妇特色菜

zhu fu te se cai

八宝豆腐	94
虎皮尖椒	94
葱香玛瑙豆腐	95
绿茶娃娃菜	95
番茄炒卷心菜	95
翻沙芋头	96
八珍豆腐	96
木樨豆腐	97
蛋黄山药	97
椰汁四蔬	97
鱼香全茄	98
芦笋烧干贝	98
素汤番茄	98

枸杞翡翠豆腐	99
菠萝杏仁豆腐	99
三色葫芦	100
豆角炒木须肉	100
芥蓝炒腰果	100
奶油蘑菇菜心	101
铁板豆腐	101
水煮牛肉	102
原笼牛肉	103
烟熏排骨	103
虾须牛肉	104
韩式腊肉	104
沸腾羊肉	105
苹果牛肉	105
芹菜牛肉丝	105



目录 contents



啤酒焖牛肉	106	虎皮肉	113
水晶肘子	106	毛血旺	114
回锅肉	107	小鸡炖蘑菇	114
牙签羊肉	107	啤酒鸭	115
虎皮梳子肉	108	银杏蒸椒鸭	116
粉蒸排骨	108	花雕鸡	116
水浒肉	109	歌乐山辣子鸡 ...	117
霉干菜扣肉	109	辣味鸡丝	117
东坡肘子	110	鸡豆花	117
筒子肉	110	涪州风味鸭	118
麻辣牛肉丝	111	东安鸡	118
菊花猪肉	111	盐水鸭	119
三色炒腊肉	112	荷香一品鸭	120
荸荠果	112	贵妃鸡翅	120
金钱肉	112	姜葱霸皇鸡	121
红豆烧猪手	113	宫保鸡丁	121





contents 目录

酸奶烧鸡翅	122	芦笋海鲜	130
荷叶蒸粉鸡	122	烘烤大海螺	131
照烧鸡肉	122	酸菜鱼	131
山椒红酒鸡	123	爆竹鱼	132
大千鸡	123	比翼连理	132
双味鹌鹑	124	菊花鲈鱼	133
荷香蒸鸭	124	吉利虾	133
糖醋鲤鱼	125	海鲜全家福	134
香辣蟹	126	五香熏鱼	134
清蒸鲈鱼	126	金沙基围虾	134
双椒墨鱼仔	126	宋嫂鱼羹	135
辣子田螺	127	清汤牡丹大虾 ...	135
芙蓉青口贝	127	金宝虾球	136
豉椒蒸草鱼	127	醋烹鲫鱼	136
五柳加吉鱼	128	鳝爆虾	136
梅汁蒸白鲳	128	菜根腌虾虎	137
松鼠鳊鱼	128		
八珍大鱼头	129		
白果炒虾球	129		
盐焗基围虾	130		
清蒸大闸蟹	130		



目录 contents

槐花鱿鱼粒	137
清炒鳝鱼丝	137
明炉雪菜黄花鱼 ...	138
银丝鲜虾	138

第四章 一碗宴客汤 yì wǎn yàn kè tāng

虾仁鸡片汤	140
赤小豆鸡汤	140
鲜奶炖鸡汤	140
菠萝鸡肉汤	141
榨菜鸡丝汤	141
鸡蓉玉米羹	141
酸菜鸡丝汤	142
紫菜烤鸭汤	142
豆苗鸡肝汤	143
川百合鸽蛋汤 ...	143
瓜笋鸽蛋汤	143
西蓝花鸽蛋汤 ...	144
红小豆鸭汤	144



沙参玉竹鸭汤 ...	144
红白豆腐汤	145
瓜条蛋花汤	146
花生凤爪汤	146
荔枝鸡爪汤	146
豆腐鸡血羹	147
银耳鸡肝汤	147
鸡肝汤	147
百合乌鸡参汤 ...	148
三鲜汤	148
翠玉鸡丝汤	149
酸辣粉皮汤	149
鸡片莼菜汤	150
瓦罐鸡汤	150
葡萄柚炖鸡	150
绿衣鸡肉汤	151
清汤冬瓜鸡	151

双冬黄鱼汤	152
冬瓜薏米龙骨汤 ...	152
清补肉汤	152
丸子黄瓜汤	153
腐竹瓜片汤	153
豆腐肉丝汤	153
玉米鲫鱼汤	154
黄豆猪手汤	154
清汤蘑菇	155
夏令三冬汤	155
山药素汤	156
白肉酸菜汤	156
玉米蔬菜汤	157
胡萝卜煮芥菜 ...	157
淡菜茼蒿汤	157
菠菜浓汤	158
枸杞冬瓜汤	158



火腿青豆汤 158	干贝萝卜球汤 ... 165	扬州炒饭 173
猴头菇瘦肉汤 ... 159	菠菜鸡丸汤 165	火腿炒饭 173
肉丁黄豆汤 159	桂圆蛋花汤 166	大虾仁蛋炒饭 ... 174
牛肉鲜菜汤 160	鸡蛋猪肝汤 166	香菇炒饭 174
紫菜蛋花汤 161	肉末玉米汤 166	红薯米饭 175
香菜黄瓜汤 161	瘦肉茄粉汤 167	鸡蛋肉末饭 175
鲫鱼萝卜汤 161	酸辣冬瓜汤 167	鳗鱼饭 175
	奶油大虾汤 167	番茄虾仁炒饭 ... 176
	八珍汤 168	奶白小馒头 177
	什锦蔬菜汤 169	桂花馒头 177
	五丝鸽蛋汤 169	菠菜牛肉面 178
	三丝紫菜汤 170	雪菜面条 178
	冬瓜小豆汤 170	红嘴绿鹦银丝面 ... 178
白蘑田园汤 162	奶味蛋汤 170	西蓝花火腿面 ... 179
金针鸡丝汤 162		玉米面饼 179
牛肉土豆泥汤 ... 162		芝麻酥饼 180
双菇鲜茄汤 163		菊花酥饼 180
通心粉土豆汤 ... 163		
鲜菇银芽汤 163		
冬菜猪血汤 164	香椿蛋炒饭 172	
双果清润汤 164	鸡肉卤饭 172	
虾皮菠菜汤 164	椿芽炒饭 173	



热腾腾主食
re teng teng zhu shi





猪油葱饼	181	香米包	184	虾凤凰烧卖	187
黄瓜素水饺	182	胡萝卜汤包	184	糯米烧卖	187
芸豆猪肉水饺 ...	182	上海小笼包	185	牛肉烧卖	188
猪肉韭菜水饺 ...	183	三鲜大包	185	蟹黄烧卖	188
姜汁水饺	183	大虾烧卖	186	黄米火烧	188
钟水饺	183	白云豆腐烧卖 ...	186	葱油花卷	189
				菊花卷	189
				豆沙汤圆	190
				八宝汤圆	190
				巧克力汤圆	190
				绿豆糕	191
				红糖年糕	191
				莲子糕	191

第一章

...快手香拌菜



油麦菜拌腐竹



材料 油麦菜 200 克,腐竹 100 克。

调料 精盐、白糖、香油、味精各适量。

做法

① 将油麦菜清洗干净,放入开水锅中焯烫片刻,捞出切成细丝放入盘中。

② 将腐竹用温水泡发,洗净后切成均匀的小段,放在菜丝盘内,加入精盐、白糖、香油、味精拌匀即成。

提示 油麦菜可清炒或做汤,烹饪时间宜短。

糖醋木瓜丝



材料 青木瓜 350 克,胡萝卜 50 克,红辣椒、芹菜、香菜各 30 克。

调料 精盐、白糖、白醋、鱼露、香油各适量。

做法

① 将青木瓜去皮、子,洗净后切成细丝,放在大碗中,调入适量精盐拌匀,腌制 10 分钟,挤去多余的水分备用;胡萝卜去皮,洗净后切丝;红辣椒去蒂、子,洗净后切成细丝备用;分别将芹菜、香菜择洗干净,沥干水分后切成末。

② 将木瓜丝、胡萝卜丝、红辣椒丝、芹菜末、香菜末放在容器中,调入适量精盐、白糖、白醋、鱼露、香油拌匀,上桌食用即可。

海蜇拌萝卜丝



材料 海蜇皮 300 克,白萝卜丝 100 克。

调料 精盐、白糖、酱油、醋、香油、味精各适量。

做法

① 海蜇皮切成丝,用冷水泡 2 个小时后放在开水中迅速焯一下,捞出;将海蜇皮丝放在凉水中泡 24 小时。

② 取一只碗,加入白萝卜丝,用适量精盐搅拌均匀,腌渍约 15 分钟,加入海蜇皮丝、白糖、酱油、醋、香油、味精,搅拌均匀即成。



材料 三文鱼皮 400 克,香菜末 30 克,红辣椒丝 40 克。

调料 精盐、味精、蒜蓉辣酱、蒜泥、葱油各适量。

做法

- ① 将三文鱼皮切成丝,放入沸水中焯一下,然后放入凉水中冷却,捞出,将水沥干备用。
- ② 取一只碗,加入三文鱼皮丝、香菜末、红辣椒丝、精盐、味精、蒜蓉辣酱、蒜泥、葱油,搅拌均匀即成。

凉拌鱼皮



材料 熟牛肚 400 克,菠菜 100 克。

调料 精盐、味精、醋、白糖、鸡油、胡椒粉、葱、芥末、香油各适量。

做法

- ① 熟牛肚切成丝备用;菠菜用开水焯一下,凉凉后摆在盘底;取葱白切成丝,摆放在中间。
- ② 将芥末用热水调匀,放入容器中封口蒸 10 分钟;取一只碗,加入精盐、味精、醋、白糖、鸡油、胡椒粉、葱、香油调成汁,与芥末和在一起浇在牛肚上即成。

芥末肚丝



材料 牛舌 400 克。

调料 精盐、味精、酱油、黄酒、葱末、姜末、花椒粉、植物油、蚕豆仁、水淀粉、番茄沙司各适量。

做法

- ① 牛舌用开水焯一下,用水冲洗干净备用。
- ② 锅内加水煮沸,加入牛舌、葱末、姜末,煮至八成熟捞出;将牛舌切成片,装在海碗中,加入精盐、酱油、黄酒、葱末、姜末、花椒粉,上笼蒸 40 分钟,将牛舌片端出装盘。
- ③ 蚕豆仁用开水焯后捞出,凉凉备用。
- ④ 将植物油烧热,加入牛舌、味精、黄酒、姜末、番茄沙司煸炒 5 分钟,加水淀粉勾芡,撒蚕豆仁即成。

沙司牛舌

