

中国淮扬菜 新风集

主编 朱元豪



文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

●从历史一路走来的淮扬菜，借助改革开放的春风，涌动着重塑往昔辉煌的春潮，演绎着传统与时尚的完美结合。时尚是淮扬菜的秉赋，肇始已久：汉唐采南亚、西域之精华，宋元纳南北、欧蒙之青蓝，明清融大漠、南洋之物阜。当下，长三角雄起，淮扬菜正以海纳百川的气度，包容玉宇的胸襟，立足雅致的根基，吐故纳新，以崭新的面貌迈向未来。

ISBN 978-7-5039-3916-7



9 787503 939167 >

定价 180.00元



中国淮扬菜 新风集

主编 朱元豪 副主编 杭东林

图书在版编目(CIP)数据

中国淮扬菜新风集 / 朱元豪主编. — 北京:
文化艺术出版社, 2009.9
ISBN 978-7-5039-3916-7

I. 中… II. 朱… III. 菜谱—江苏省—图集
IV. TS972.182.53-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第173091号

中国淮扬菜新风集

主 编 朱元豪
责任编辑 金 燕
装帧设计 刘宝华
责任校对 方玉菊
责任印制 王敬华
出版发行 文化艺术出版社
地 址 北京市朝阳区惠新北里甲1号 100029
网 址 www.whyscbs.com
电子邮箱 whysbooks@263.net
电 话 (010)64813345 64813346 (总编室)
(010)64813384 64813385 (发行部)
经 销 新华书店
印 刷 北京今日风景印刷有限公司
版 次 2009年10月第1版
2009年10月第1次印刷
开 本 880×1230毫米 1/16
印 张 11.5
字 数 100千字
书 号 ISBN 978-7-5039-3916-7
定 价 180.00元

《中国淮扬菜新风集》编委会

主 任：王燕文

常务副主任：王玉新

副主任：

朱元豪 丁章华 路新国 邱庞同 鲍 兴 黄才根
吴协平 于学荣 杭东林

委 员：（按姓氏笔画为序）

王友吾 王立喜 王 镇 王荫曾 毛玉平 史国生
冯祥文 孙丙如 朱顺才 朱建兴 任德峰 陈春松
陈恩德 陈继南 邱杨毅 吴荣生 沈宪林 张玉琪
张献民 肖庆和 肖志麟 李伯荣 范金平 周晓燕
周鹤奎 居长龙 郁正玉 郑 河 施志棠 倪锡宏
徐 杰 徐永珍 唐修元 顾克敏 高玉祥 黄万祺
曹寿斌 潘镇平 蔡俊明 薛泉生

主 编：朱元豪

副主编：杭东林

执行主编：居长龙 邱杨毅 周晓燕

文字总纂：王 镇 施志棠

序

扬州是历史文化名城，也是淮扬菜的主要发源地之一。因为在扬州大学指导研究生的缘故，我每年都会到扬州，对淮扬菜也就投入了更多的关注和情感。积淀两千多年饮食文化的淮扬菜，深蕴儒家饮食德和之气，熏染淳朴细致饮食之风，渗透水韵江南灵动之美。

从历史一路走来的淮扬菜，借助改革开放的春风，涌动着重塑往昔辉煌的春潮，演绎着传统与时尚的完美结合。时尚是淮扬菜的秉赋，肇始已久：汉唐采南亚、西域之精华，宋元纳南北、欧蒙之青蓝，明清融大漠、南洋之物阜。当下，长三角雄起，淮扬菜正以海纳百川的气度，包容玉宇的胸襟，立足雅致的根基，吐故纳新，以崭新的面貌迈向未来。《中国淮扬菜新风集》一书，就是淮扬菜继往开来、蓄势奋发的精心之作。

书中收录的众多当今淮扬菜代表性菜点，融汇“色、香、味、形、器、质、养”七大要素，无不彰显绿色餐饮与创新发展的设计理念：传统菜删繁就简，典雅高贵；时尚菜各呈精华，师法自然；名品相套，味中有味；西味中用，跌宕起伏；返璞归真，野趣盎然；中西合璧，相容相生；摹形状物，栩栩如生；瓜盅剔透，叹为观止……堪称文化元素与烹饪技艺的完美结合，闪烁着中华饮食文化与烹饪艺术的智慧光芒。

人才是餐饮企业的核心竞争力，烹饪大师是弘扬文化、传承技艺、培养人才的重要力量。他们的人格魅力将影响着几代烹饪英才的成长。《中国淮扬菜新风集》所展示的大师们的精湛技艺和与时俱进的风采，将昭示后辈、启迪来者，为淮扬菜的再度辉煌发挥积极的作用。

有感而发，是为序。

世界中国烹饪联合会会长 杨柳
中国烹饪协会常务副会长

2009年9月2日

目 录

序……1

大师篇

卢永良……2

龙井香煎大连鲍/浓汤长江鲥鱼肚/
鲍鱼仔烧排骨/虾籽海参烧青鱼

居长龙……6

百合蛤士蟆/燕窝豌豆茸/乾隆官燕/
扬州炒饭/蟹粉狮子头/芍药极贝/
菊花火锅/居氏淮扬菜之乡特选冷菜/
珊瑚鸡枞/清汤四君子/
金凤鲟龙翅/松鼠鳜鱼

王立喜……18

干炸一枝春/松鼠采玉萄

王荫曾……20

干煎鳕鱼红酒汁/双味酱汁炆条虾

周晓燕……22

番茄脆藕色拉/金丝虾排

张玉琪……24

三套鸭/金鱼鸽蛋

张献民……26

锦鸡争艳(冷拼)/香松银鱼

陈春松……28

翠带虾仁/吉祥四宝

黄万祺……30

鱼羊一锅鲜/寿桃鱼翅盅

曹寿斌……32

拆烩鲢鱼头/清炖蟹粉狮子头

陈继南……34

味淋元宝虾/烧照银鳕鱼

肖庆和……36

口袋鱼翅豆腐/水晶鳜鱼脯

李伯荣……38

八宝鸭/荠菜蟹肉盅

任德峰……40

扣三丝/虾子大乌参



黄才根……42	孙丙如……60
白梅蟹盒/玛瑙虾片	鱼咬羊/白煮驴肉
潘镇平……44	尹亲林……62
酥皮海味/白炒刀鱼丝	荷花酥鸡/李鸿章养生烩
潘小峰……46	杨晓崇……64
手撕鱼翅/三丝扣大虾	玉扇双鲜/云雾龙珠
朱建兴……48	唐元松……66
虾蟹菠萝/鱼米满仓	柠檬鱼花/云丹猴头菌
吴俊生……50	肖志凌……68
通天龙马/至尊牛排	金针豆腐饺/蜜汁番茄
毛玉平……52	郭宝华……70
翡翠虾仁/虾蟹狮子头	酒酿清蒸鸭/香炸椒盐龙虾
冯祥文……54	松本庆华……72
淮杞鞭花/平桥豆腐	嘶马拉豆腐/天香鼎食
蔡俊明……56	陈国春……74
浓汤鱼唇/清蒸白鱼	辽参毛氏肉/扁豆烧鳊鱼
范金平……58	
干笋炖排骨/徽州臭鳊鱼	



名店篇

扬州迎宾馆……78

松茸水晶映虾蟹/红烧素排翅/土参素燕盏/
豆泥鹅肝/鹿茸水仙/宫灯照明珠

扬州富春茶社……88

千层油糕/翡翠烧卖

徐永珍……90

三丁大包/双麻酥饼

扬州花园国际大酒店……92

浓汁浸活鲍/绣球鱼皮/火腿炖筒菜

扬州卢氏百宴厅……96

八宝葫芦鸭/全家福

扬州人家国际大酒店……100

金齏玉脍

薛泉生……102

龙袍西施乳/金钱牛头方

扬州冶春花园茶楼……104

笋肉蒸饺

陈恩德……106

鲍鱼酥/藕丝酥/太君酥/糖咸蟹壳黄

北京科力淮扬村……110

翡翠虾球

陈洛平……112

鱼翅素鱼饺/特色牛头鲍

内蒙古小南国酒店……114

香酥脆皮鸭

陶小平……116

贵妃羊肚菌/芥味螺片

甘肃兰州景扬楼……118

百合龙

屈照树……120

金叉烤乳猪/雪山驼掌

安徽歙县披云山庄……122

石头馃/问政山笋/太白鱼头

南京金色艳阳天……126

艳阳开门红

沈宪林……128

天地六和/吃香喝辣



华西金塔宾馆……130

锦绣金塔（冷拼）

吴协平……132

上汤鱼茸蛋/天下第一骨/麻香河豚丝

顾克敏……134

草帽刀鱼/舌战群儒/凤肝水晶冻

天目湖宾馆……136

天目湖砂锅鱼头

史国生……138

天目鱼鳞冻/碧绿映红裙/鱼头佛跳墙

朱顺才……140

鸡汁干丝鱼面/蝴蝶鲙鱼鲚/明月高钙骨

镇江宴春酒楼……142

大煮干丝/水晶肴蹄/蟹黄汤包

镇江大酒店……146

文思豆腐

周鹤奎……148

清蒸鲥鱼/原焖排翅

泰州美丽华大酒店……150

泰州煮干丝

王友吾……152

鲍鱼红烧肉/萝卜烧鲰鱼

泰州会宾楼……154

如意带鱼/牛气冲天/

米汤辽参拼鸽蛋

连云港港丽国际酒店……158

佛跳墙

郁正玉……160

竹网烤黄鱼/砂锅大鲍翅

日本东京秦淮春酒店……162

鹿茸扒排翅/酱炒甲鱼/锅贴干贝

日本厚木市扬州厨房……166

宫廷美味冷碟/天女舞茸葡萄鱼/

清炒墨鱼花

日本东京梅江饭店……170

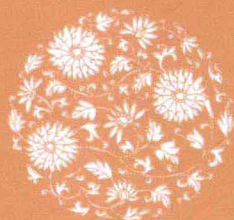
双色明虾

宫下志成……172

清炒石斑鱼球/韭黄大闸蟹

后记……174

淮扬菜
大师篇





卢永良

1954年出生，1971年参加工作，拜鄂菜大师黄昌祥门下，1987年毕业于江苏扬州大学中国烹饪系，现任湖北经济学院教授、鄂菜研究所副所长。曾当选全国劳动模范、湖北省特等劳动模范、中国烹饪大师、高级烹调技师、高级经营师，荣获湖北省烹饪“十大名师”、国家商务部“中华名厨”等称号。先后担任中国烹饪协会副会长、湖北省烹饪协会副会长、湖北名厨联谊会会长等职务。2001年创办武汉卢大师酒店管理有限公司即楚天卢酒店，担任董事长一职。曾参与撰写和主编多部烹饪理论专著，并多次担当国际、国内烹饪大赛评委。2008年被评为“改革开放三十周年功勋人物”。



【龙井香煎大连鲍】

原料：大连鲍，猪五花肉，鲜松茸菌，大葱，青红椒，芹菜各适量，盐，味精，红烧汁，蚝油，葱，姜，蒜。

制法：将带壳大连鲍用棕刷洗干净，去除污渍后，从壳内取出焯水，后置于高压锅中，放入大葱、青红椒、芹菜，一起“压”半小时出锅。在鲍鱼正面打上十字花刀，放入酱油中浸泡半小时待用。松茸菌用鸡汤入味后捞起沥干，入煎锅中煎至金黄色捞起待用。取白盘将龙井茶粉制成“枫叶”状，将松茸菌摆入此盘上待用。将五花肉切片入锅，加红烧汁、蚝油、姜、葱，烧出较多汁待用。取煎锅烧热，放入橄榄油，将鲍鱼置于锅中煎至两面金黄，加入烧制的汁烹制，收汁起锅，装盘即可。



【浓汤长江鲟鱼肚】

原料：湖北石首笔架鲟鱼肚（干制品），芥胆，水生粉，老母鸡汁，熟鸡油，盐，味精，白胡椒粉。

制法：将鲟鱼肚用油泡发，漂洗干净、芥胆改刀。将鱼肚焯水，芥胆焯水。姜、葱炆锅加入鸡汁，倒入鱼肚调味，用水生粉勾芡淋上热鸡油出锅装盘即可。



【鲍鱼仔烧排骨】

原料：煨制好的鲍鱼仔，鲜直排，姜，葱，鸡油，淀粉，盐，味精，绍酒，蚝油，高级鲜汤，红腐乳汁，酱油。

制法：将排骨改刀斩成麻将块，再将斩好的排骨投入沸水中焯一下，沥干水分，抹上少许酱油、绍酒腌制一下。锅置旺火上，放入色拉油烧热，将排骨炸一下沥油，在锅中下姜片，排骨煸炒，加高汤、红腐乳汁、绍酒、酱油及调料烧开，再放入煨制好的鲍鱼仔移至小火上焖烧至排骨酥烂，大火收汁。



【虾籽海参烧青鱼】

原料：活青鱼，水发海参，虾蛋少许，盐，味精，酱油，白糖，姜粒，葱段，湿淀粉，熟猪油，黄酒各适量。

制法：将青鱼洗净沥干，剞成10厘米长、2厘米宽的长方块。海参切成7厘米长、2厘米宽的片，下宽汤锅中焯水待用。炒锅置旺火上，倒入熟猪油烧热，下姜粒煸炒，再下鱼块，倒入黄酒、清水、酱油、盐、白糖，盖上盖烧4分钟，待鱼块烧至六成熟时将海参下锅，再烧2分钟。烧入味后用湿淀粉勾芡，撒上虾蛋，装盘即成。



居长龙 (キョチャンロン)

国际中餐大师，世界名厨委员，高级烹调技师，中国烹饪大师，淮扬菜烹饪大师，江苏省餐饮协会名誉会长，非物质文化遗产淮扬菜制作技艺传承人之一，扬州大学旅游烹饪学院兼职教授。从厨50余年，初期在扬州富春茶社打下了扎实的淮扬菜基础，后在扬州西园大酒店、扬州宾馆担任主厨，参与“红楼宴”、“中华第一满汉席”的研制和开发，赴外表演“大江南北宴”、“红楼宴”，驰誉中外。1988年，日本东京三笠会馆聘他为中国料理总料理长。日本料理界元老称他是“用心做菜”的大师。他在日本出版有《中国扬州名菜》画册，并在柴田书店出版的《鱼米之乡——扬州名菜》上发表连载。在第十八届中国厨师节上，中国烹饪协会授予他“国际中餐大师”称号。



【百合蛤士蟆】

中国东北林蛙耐寒性极强，将输卵管附着的油脂经干制谓之蛤士蟆油，质地透明，滋补上品，列为“山八珍”之一，取之作甜羹，温润而腴美，佐之百合，清音润肺，养颜健体。

原料：水发蛤士蟆油，百合，冰糖。

制法：将蛤士蟆放入碗中，加入百合、冰糖、水，加盖放入笼屉蒸入味即成。

【燕窝豌豆茸】

淮扬创新菜。官燕洁白柔糯，素集于上，豌豆茸淡淡绿色镶嵌于下，一体成菜，品位高洁。一位美食家食之余味三叹，欣然命笔：“五十年来天下游，百城千楼觅珍馐，今朝尝得君家味，淡雅精致绝辈流。”

原料：水发燕窝，鲜豌豆仁，姜，葱，顶级蜂蜜，绵白糖，白葡萄酒，清鸡汤。

制法：将豌豆仁煮熟去皮塌成茸，加蜂蜜、糖，煮熟盛入盘中。将燕窝、涨发燕窝之汤汁、清鸡汤、葱、姜、白葡萄酒，覆盖于豌豆茸之上，浇上甜汁即成。

