



中国轻工业出版社

# 徽菜

精

华

教你学做名菜系列丛书

吴杰 郭玉华 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

徽菜精华 / 吴杰, 郭玉华主编. —北京: 中国建材工业出版社,  
2004. 8

(教你学做名菜系列丛书)

ISBN 7-80159-724-9

I. 徽… II. ①吴…②郭… III. 菜谱—安徽省  
IV. TS972.182.54

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 072668 号

教你学做名菜系列丛书

徽菜精华

主编 吴杰 郭玉华

出版发行: 中国建材工业出版社

地址: 北京市西城区车公庄大街 6 号院

邮编: 100044

经销: 全国各地新华书店

印刷: 北京印刷集团有限责任公司印刷二厂

开本: 889mm × 1194mm 1/24

印张: 3

字数: 100 千字

版次: 2004 年 8 月第 1 版

印次: 2004 年 8 月第 1 次

印数: 1-6000 册

书号: ISBN 7-80159-724-9/TS·070

定 价: 18.00 元

本书如出现印装质量问题, 由我社发行部负责调换。联系电话: 010-68345931

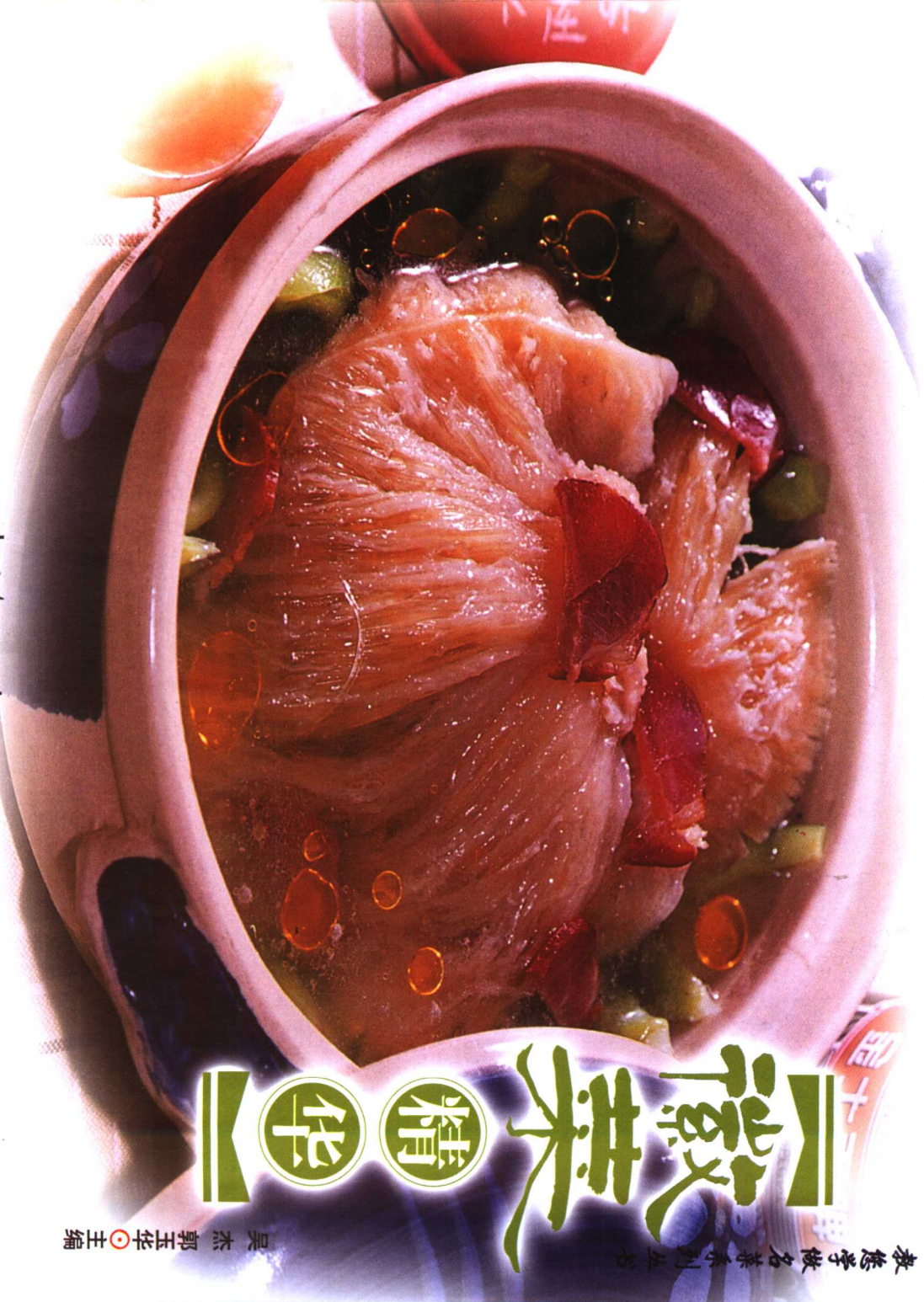


中国建材工业出版社

吴杰 郭玉华 主编

# 徽菜精华

安徽省著名菜系丛书



# 徽菜

中国烹饪协会徽菜专业委员会



主 编：吴 杰 郭玉华  
编 委：刘 捷 宋美艳 夏 玲

吴昊然 李 松 李永江  
陈玉兰 王贵捷 孙红光  
陆春江

摄 影：吴 杰 吴昊然  
案例制作：吴 杰 郭玉华 吴昊然

# 前言

中国菜以色、香、味、型、器俱佳而闻名中外，以其特色形成的中国饮食文化，是中华文明的瑰宝。

我国幅员辽阔，物产丰富，由于各地区的自然气候、地理环境和物产特色不同，各地的生活习惯与传统的饮食习俗也有很大差别，在饮食的做法上、吃法上形成了各自的特点，因而也就形成了不同的菜系。

本书是教您学做名菜系列丛书之一的《徽菜精华》。

徽菜，又称皖菜，是我国著名八大菜系之一。皖菜是由皖南、沿江、沿淮三个地方风味构成的。安徽地处华东腹地，气候温和，物产丰富，给徽菜的形成与发展提供了良好的物质基础。不同的自然条件和迥异的民风习俗，形成了徽菜的多姿多姿和浓郁的地方特色。徽菜重视火功是历来的优良传统，其独到之处集中在擅长烧、炖、熏、蒸等功夫菜品上，其味型是咸鲜香甜，善于保持原汁原味。口感以咸鲜香为主，较常用的味型有咸鲜微甜、咸鲜酸甜、五香咸鲜、辣香酸甜、椒盐辣味、浓甜微咸等众多复合味型，并善用芜荬、辣椒、生姜、八角等调味。

本专辑由中国著名烹饪大师、烹饪讲师及各地十余位烹饪名师共同撰写。其所介绍的徽菜均系当地较具风味特色的菜中精品，既有多久负盛名的传统菜，又有近些年创新的名菜，集中国徽菜之大全。它不仅反映我国传统和当代名饌佳肴精华之绝妙，还体现出中国烹饪的科学性、文化性和艺术性，勘为国粹之一。

书中菜肴的分类，按水产菜、畜肉菜、禽蛋菜、蔬菜和其他五大类。本书以简洁的文字与精美的彩图，对每款菜肴的用料配比、制作方法及成品特点作了详细的介绍和展示，对主要制作过程还配有示范图片。

本书内容全面、科学、系统、实用，可作为全国各地烹饪院校、烹饪技能培训站、厨师培训班烹饪实习课的教材。同时，本书还可作为全国各地饮食、劳动主管部门评定、考核厨师技能的参考，和国内外烹饪爱好者、美食家和家庭主妇的良师益友。

编者

2004年7月





原料



制作①



制作②



制作③



制作④



## 【桃花鳊】

### 原料:

净鳊鱼 1 条约 700 克, 猪五花肉、熟笋各 50 克, 姜末、小葱末各 25 克, 酱油 65 克, 绍酒 25 克, 精盐 1 克, 鸡汤 500 克, 白糖 5 克, 猪油 1000 克, 湿淀粉 10 克。

### 制作:

①将鳊鱼两面斜剖几刀。猪五花肉、熟笋各切成丁。

②将锅内加油烧七成热, 下入鳊鱼炸呈黄色, 捞出沥油。

③炒锅内留油 40 克, 下入猪肉丁、笋丁炒熟, 加绍酒、

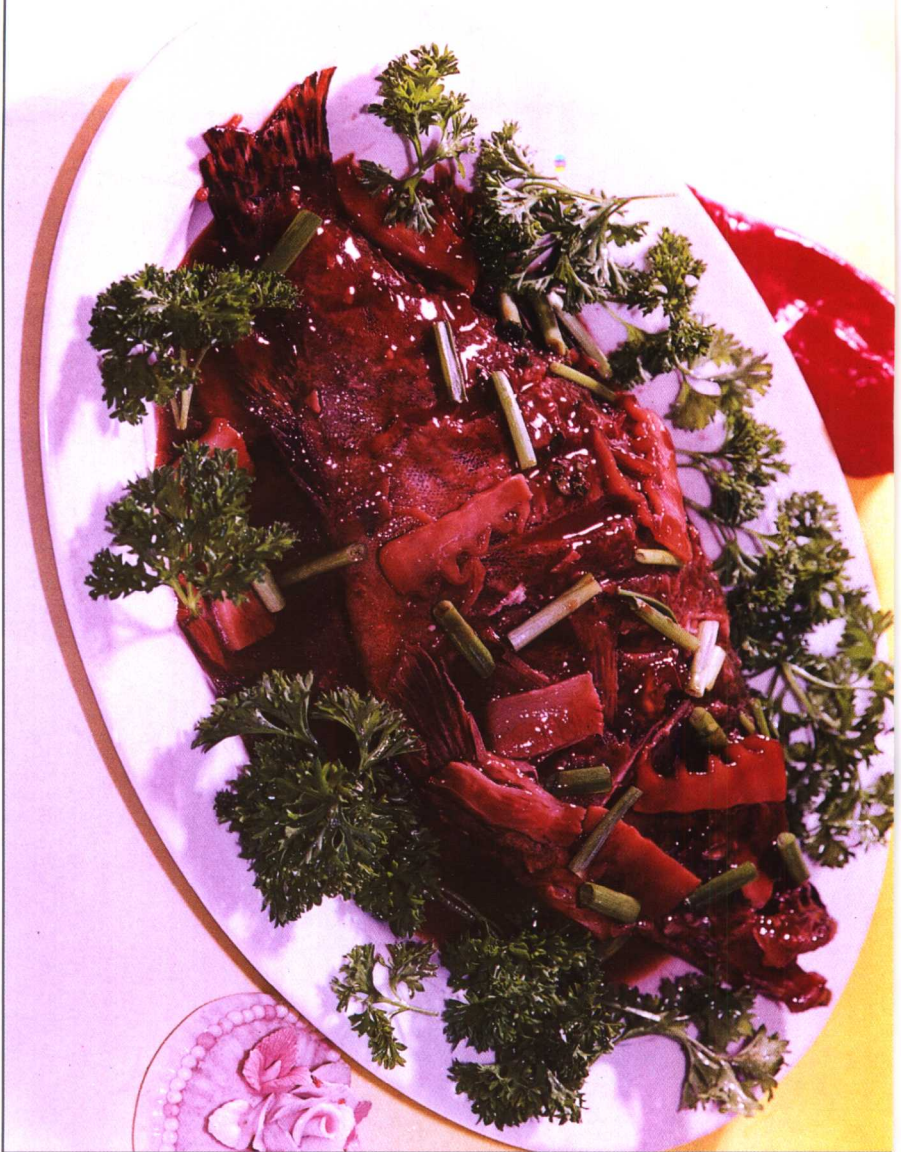
酱油、精盐、鸡汤、白糖烧开。

④放入鳊鱼, 姜末烧约 30 分钟左右, 用湿淀粉勾芡, 淋上热猪油 20 克, 出锅装盘, 撒上葱末即成。

**特点:** 鱼型完整, 肉质细嫩, 鲜香肥美。

**操作提示:** 鱼要用旺火热油炸制, 下汤锅后先用旺火烧开, 再用小火慢烧。





## 【腌鲜鳊鱼】

### 原 料:

净腌鲜鳊鱼 1条约700克, 猪五花肉、熟笋各80克, 青蒜、姜末各25克, 酱油50克, 绍酒20克, 白糖10克, 鸡汤400克, 猪油200克, 湿淀粉10克。

### 制 作:

- ①将五花肉、熟笋切片。青蒜切段, 鱼身两面斜剖几刀, 放通风处晾干。
- ②炒锅内加猪油烧热, 放入鳊鱼煎至两面微黄, 倒入

③锅内留油50克, 下入肉片、笋片略炒, 加绍酒、酱油、姜末、白糖、鸡汤烧开。

④下入鳊鱼烧约40分钟, 汤汁将尽时撒入青蒜, 用湿淀粉勾芡, 淋入热猪油20克, 出锅装盘即成。

**特 点:** 鱼肉酥烂, 香鲜透骨, 别具风味。

**操作提示:** 煎鱼时油温要高, 烧制时要用微火。



原 料



制作①



制作②

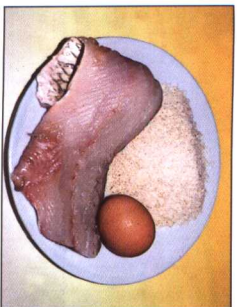


制作③

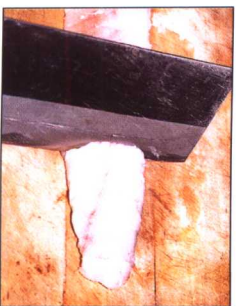


制作④





原料



制作①



制作②



制作③



## 【葡萄鱼】

### 原料:

带皮青鱼肉 350 克, 鸡蛋 1 个, 面包屑 75 克, 葡萄汁 (酿酒原汁) 100 克, 葱段、姜片各 15 克, 精盐 2 克, 白糖 100 克, 白醋 30 克, 湿淀粉 10 克, 芝麻油 750 克。

### 制作:

①将鱼肉皮朝下放在案板上, 修理整齐, 间隔 1.5 厘米横制上坡刀, 再顺长斜上间隔 1 厘米的直刀, 均深至鱼皮 (不能切破鱼皮), 用精盐、葱、姜 (拍松) 腌渍入味。

②鸡蛋打入碗内搅散, 倒在鱼肉上沾匀, 再将鱼肉放在面包屑上沾匀。

③将鱼肉抖散, 下入七成热芝麻油中炸至外焦里嫩捞出, 放入盘内, 点缀上烫过的绿茶叶。另用锅加葡萄汁及余下调料炒开, 用湿淀粉勾芡, 浇在鱼上即成。

**特点:** 形似葡萄, 外酥里嫩, 甜酸适口。

**操作提示:** 炸鱼和炒汁应同步进行, 速度要快。





## 【凤翅炖鳊段】

### 原料:

活鳊鱼、净仔鸡翅各750克,猪排骨300克,葱结、姜块各20克,蒜瓣10克,绍酒15克,精盐4克,味精1克,冰糖5克,肉汤600克,猪油750克。

### 制作:

- ①将鳊鱼宰杀切成段,去除内脏洗净,排骨剁成段,鸡翅选中段,葱、姜拍松。
- ②鸡翅、排骨分别下入沸水锅中焯烫后洗净。
- ③鳊鱼段下入七成热油中略炸捞出沥油。

④排骨块铺在沙锅内,放入鸡翅、鳊鱼段、葱节、姜块、蒜瓣、精盐、冰糖、绍酒、肉汤烧开,炖至酥烂。

⑤将鳊鱼段码入碗内压实,翻扣在盘中间,取出凤翅呈放射状摆在鳊鱼段四周,去掉排骨,汤汁内加味精,浇在盘内即成。

**特点:** 鸡肉细嫩,鳊鱼味鲜,滋醇味厚。

**操作提示:** 原料下锅后先用旺火烧开,再用小火慢炖至酥烂汁浓。



原料



制作①



制作②



制作③



制作④



制作⑤

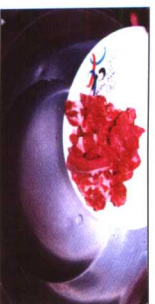




原料



制作①



制作②



制作③



制作④



制作⑤



## 【鱼咬羊】

### 原料:

净鳊鱼1条约600克,羊腰窝肉250克,葱段、姜片各15克,八角2克,酱油60克,绍酒30克,白糖10克,精盐3克,白胡椒粉1克,鸡汤800克,猪油150克。

### 制作:

- ①将鳊鱼用筷子从口中绞出内脏,反复洗净。羊肉切成条片。
- ②将羊肉片下入沸水锅里略烫捞出。
- ③锅内加猪油10克,下入羊肉片,略炒后,加酱油。

绍酒各10克,葱、姜各5克,八角、白糖各半,精盐1克,水500克烧至八成烂,去掉调料,收浓汤汁。

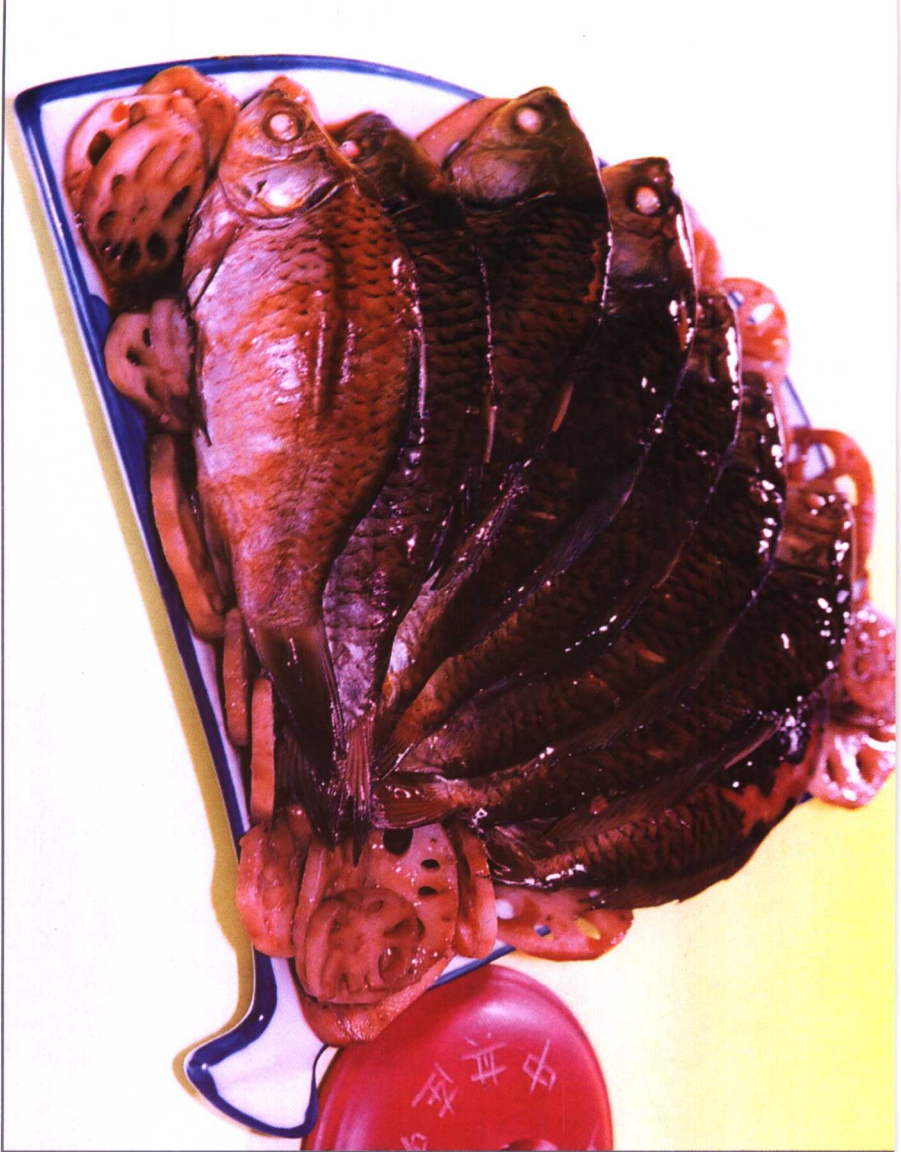
④将炒好的羊肉填入鳊鱼腹内。

⑤锅内加猪油烧热,下入鱼两面煎黄,沥去油,加入鸡汤及余下调料旺火烧开,用小火炖至熟透汁浓时,去掉调料渣,出锅装盘,撒上香菜叶即成。

**特点:**鱼肉酥嫩,鲜美无比。

**操作提示:**烧制时要轻轻搅动炒锅,以免糊底。





## 【包公鱼】

**原 料：**  
 净鲫鱼 700 克，藕片 200 克，葱段、姜片各 25 克，酱油、醋各 2.25 克，冰糖 40 克，绍酒 135 克，芝麻油 50 克。

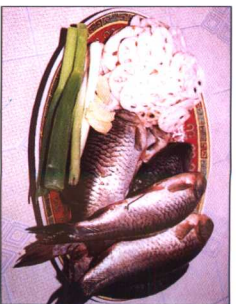
**制 作：**

- ①将净鲫鱼沥干水放入盘内，加酱油 70 克，绍酒 30 克，葱段、姜片各 10 克（拍松）腌渍约 30 分钟。
- ②将藕片垫在沙锅内，放上葱段、姜片，摆入鲫鱼。
- ③将酱油、绍酒、醋、冰糖（拍碎）放入碗内调化，倒

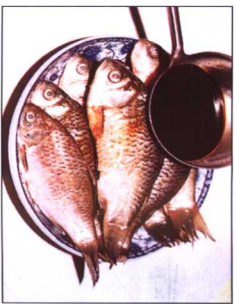
在沙锅内，淋入芝麻油，封严锅口烧开，焖至酥烂，离火冷透，扣在容器内，去掉葱、姜，食用时将藕片摆在盘内，摆上鲫鱼上桌即成。

**特 点：**骨酥肉烂，入口即化。

**操作提示：**先用旺火烧开，再用小火焖制，时间在 4—5 小时左右。



原 料



制作①



制作②

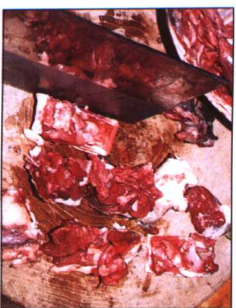


制作③

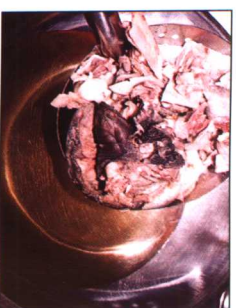




原料



制作①



制作②



制作③



## 【明珠甲鱼】

### 原料:

甲鱼 1 只约 750 克, 蒜瓣、鸡蛋各 75 克, 姜块、火腿各 20 克, 葱段 15 克, 绍酒 25 克, 酱油、冰糖各 10 克, 精盐 3 克, 胡椒粉 1 克, 鸡汤 800 克, 猪油 1000 克, 湿淀粉 10 克。

### 制作:

① 将甲鱼宰杀治净, 剁成块, 火腿切丝, 葱切段, 姜切片。

② 甲鱼块下入沸水锅内煮透捞出, 洗净, 沥去水。再

下入七成热油中略炸捞出。

③ 炒锅内留油 50 克, 下入姜片, 蒜瓣炸香, 下入甲鱼块、绍酒、鸡汤、酱油、冰糖、精盐烧开, 下入鸡蛋烧至熟烂, 放入葱段, 用湿淀粉勾芡, 按原形装盘, 四周围上鸽蛋, 撒上火腿丝, 胡椒粉即成。

**特点:** 形态美观, 软烂香浓, 鲜美可口。

**操作提示:** 一定要用鲜活的甲鱼 (因为甲鱼体内含有丰富的组氨酸, 甲鱼死后, 组氨酸会迅速分解, 产生有毒的组胺, 入食后会引起中毒)。





## 【清炖马蹄鳖】

### 原 料:

净马蹄鳖(甲鱼)1只约600克,火腿75克,葱结,姜块各15克,火腿骨1根,绍酒25克,精盐3克,胡椒粉1克,鸡汤750克,猪油25克,芝麻油10克,冰糖3克。

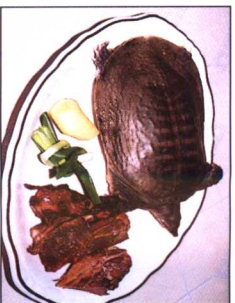
### 制 作:

- ①将火腿切成片,净马蹄鳖剥成块,姜切片。
- ②甲鱼块下入沸水锅内煮开捞出冲洗净,沥去水。
- ③将甲鱼块按原形码入沙锅内,放入火腿片、葱结、姜

片、火腿骨、绍酒、鸡汤、猪油、精盐、冰糖烧开,撇净浮沫,炖至熟烂,去掉火腿骨、葱、姜,加胡椒粉,芝麻油即成。

**特 点:** 软烂醇香,汤鲜浓郁。

**操作提示:** 用小火炖制,时间长短可根据鳖的老嫩而定,一定要用活甲鱼。



原 料



制作①



制作②



制作③

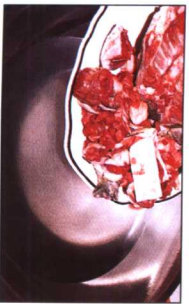




原料



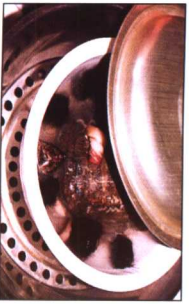
制作①



制作②



制作③



制作④



## 【发菜甲鱼】

### 原料:

净甲鱼 1 只约 750 克, 发菜 50 克, 火腿 25 克, 葱段、姜片各 15 克, 绍酒 30 克, 精盐 4 克, 冰糖 5 克, 味精 0.5 克, 胡椒粉 1 克, 猪油 20 克, 鸡汤 600 克。

### 制作:

①将净甲鱼剁成块, 火腿切成片, 发菜泡洗干净。

②甲鱼块下入沸水锅内焯透, 捞出洗净, 按原形码入汤碗内。

③将鸡汤、绍酒加入汤碗内, 加入冰糖、精盐, 将汤

碗放入蒸锅内蒸至熟烂取出, 去掉葱、姜。

④将发菜分成等分, 团成桂圆大的球放在甲鱼四周, 再蒸 5 分钟取出, 加味精、胡椒粉与猪油即成。

**特点:** 肉嫩香浓, 发菜蓬松, 汤醇味美。

**操作提示:** 甲鱼要烫洗干净, 去除腥味, 一定要选取用活甲鱼。





## 【沙锅鱼翅】

### 原 料:

水发鱼翅600克, 青菜心200克, 熟火腿, 熟鸡肉, 冬笋各40克, 葱结, 姜块各20克, 绍酒30克, 精盐4克, 味精1克, 胡椒粉0.5克, 肉汤, 鸡汤各600克, 鸡油25克, 猪油50克。

### 制 作:

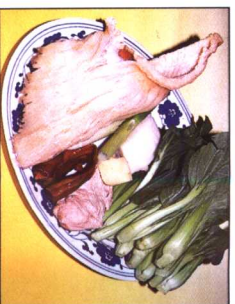
①将火腿、鸡肉、冬笋切片, 菜心修剪整齐。鱼翅下入冷水锅内烧开后略煮捞出, 再换清水煮两次。  
②鱼翅放入沙锅内, 加葱、姜各10克, 绍酒10克及肉

汤, 入蒸锅蒸鱼翅软烂取出, 沥去汤汁。

③将菜心放入沙锅内, 放入笋片、鸡肉片, 下入鱼翅及余下调料、火腿, 炖透, 去掉葱、姜即成。

**特 点:** 软烂香滑, 清淡醇香, 营养味美。

**操作提示:** 鱼翅要反复多煮几次, 去净腥味, 小火炖制, 见菜心等熟透即成。



原 料



制作①

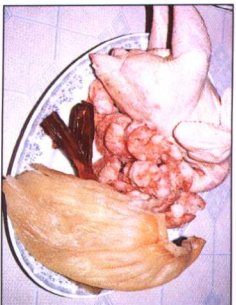


制作②



制作③





原料



制作①



制作②



制作③



## 【珍珠鱼翅】

**原料：**  
水发鱼翅600克，净母鸡1只，大虾仁250克，火腿75克，鸡蛋清1个，葱结，姜块各15克，绍酒30克，精盐5克，湿淀粉15克，鸡油20克，猪油150克。

**制作：**  
①将鱼翅下入冷水锅内烧开捞出洗净，鸡下入沸水锅内焯烫，去掉血污，虾仁用精盐1.5克、鸡蛋清、湿淀粉拌匀上浆。  
②沙锅内垫上盘子，放入鱼翅、母鸡、火腿、鸡油、葱、

姜块（拍松），加绍酒、水、精盐，大火烧干，用微火炖约4小时左右，去掉火腿。

③取一半鸡肉撕成条，码入碗内，盖上鱼翅，浇上原汤，虾仁下入四成热猪油中滑熟沥去油，倒在鱼翅上即成。

**特点：**鱼翅柔润，虾仁鲜嫩，香滑爽口。

**操作提示：**沙锅内汤汁要没过鸡，虾仁上浆要薄。





## 【海鲜明珠】

### 原料:

鲜鲍鱼、水发刺参、油发鱼肚、熟鸽蛋各100克, 蒸发干贝、青菜心各60克, 葱结、姜片各15克, 绍酒20克, 精盐7克, 味精1克, 胡椒粉0.5克, 鸡汤200克, 鸡油20克, 猪油500克, 湿淀粉10克, 红樱桃6粒。

### 制法:

①将鱼肚、刺参均切成条片, 鲍鱼一面剞上花刀。鱼肚、刺参分别下入沸水锅焯透捞出。

②刺参、鲍鱼、鱼肚、干贝码入碗内, 加葱、姜片、绍

酒、鸡油各10克, 精盐2克, 鸡汤放入蒸锅内蒸约30分钟。

③青菜心下入四成热猪油中余一下捞出, 撒精盐1克入味。鸽蛋用精盐3克煮至入味。

④蒸好的海鲜去掉葱、姜, 拣出干贝、同鸽蛋、菜心相间摆在盘的外圈, 蒸海鲜的汤汁沥入炒锅, 海鲜扣在盘中间, 汤汁炒开加余下调料, 勾芡浇在海鲜上, 红樱桃切两半, 点缀在鸽蛋上即成。

**特点:** 色彩美观, 清爽脆嫩, 鲜美可口。

**操作提示:** 海参、鱼肚要充分洗净, 去除腥味。



原料



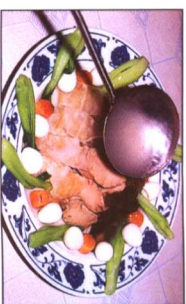
制作①



制作②



制作③



制作④