

# 炸



农村读物出版社

# 炸

叶连海 郝淑秀 主编  
本书编写组 编著

农村读物出版社

(京)新登字 169 号

· 炸

叶连海 郝淑秀 主编

本书编写组 编著

责任编辑 任鹤

\*

农村读物出版社 出版

北京南华印刷厂 印刷

各地新华书店 经销

\*

787×1092 毫米 1/32 10 印张 226 千字

1992 年 8 月第 1 版 1993 年 3 月北京第 2 次印刷

印数:9001—18000

ISBN 7-5048-1926-3/TC·49

平装定价:5.05 精装定价:8.45 元

..... 精果注取精

## 前 言

炸：是把加工好的原料投入旺火热油中炸熟后即成菜肴的烹调方法。油量一定要多，俗称大油锅。原料下锅时火要旺，油温要高，有爆炸的声音。对原料的要求，一般是质地鲜嫩或熟烂，一般情况下是要上浆挂糊的。如果原料质地厚，要间隔地炸二次或三次。根据原料的性质和口味要求不同，炸的方法又分为清炸、干炸、软炸、脆炸、酥炸、面包渣炸、纸包炸、油淋炸、卷包炸等。

1. 清炸：清炸是原料本身不挂糊、不拍粉，只用调料腌渍一下，再用旺火热油炸制。此法制作简单，关键是掌握好火候。原料不挂糊、不拍粉，没有保护层，因而要注意原料的老嫩、形态及油温的高低。凡原料老、形体大者，其油温要低些，反之则油温略高。

原料形态小的，需经两次热油炸。如“清炸鸭肝”，因为形态小，传热快，如果长时间炸，失去水分多，就会变老。两次热油冲炸，炸焦表层，保住原料内部水分，使之外焦里嫩。

原料形态大，油温要由高到低。如“清炸鱼”，开始炸时油温要高，使原料表层凝固定型，这样既能保持原料完整的形态，又能减少原料水分的散失，中途改用温油炸制，可以使油温逐渐渗入原料体内。

各种地方菜均有清炸，方法大同小异。清炸的共同特点是具有一种特殊的油脂香味。清炸等多配以花椒盐和各种爽口的蔬菜。

2. 干炸：干炸就是炸干原料的水分（或炸去原料部分水分），使原料内外干香酥脆。干炸的原料也是先经调料拌腌，再拍沾适当干淀粉，放入油锅炸之。

干炸和清炸无论时间、火力都有区别。干炸的时间要长一些，火力要有变化，开始旺火，中途改温火或小火，这样炸制的原料才能里外一致。

原料经调料拌腌再过油炸制极易上色。在炸前拍沾一些干淀粉，既可避免原料上色过快，又能使外皮脆酥。

干炸的原料有整形的、块形的和圆形的（丸子）。由于形态不同，干炸有一次炸成的和两次炸成的，要因菜、因料而异。

干炸菜肴原料失水较多，食之干香可口。

3. 软炸：软炸就是原料经过调料拌腌后，挂一层薄鸡蛋糊，再下油锅炸制。

软炸的主料在用调料拌腌前应先用洁布揩干水，拌腌的味不宜重，味淡可用花椒盐调配。

软炸菜肴多分两次炸制而成。第一次炸时，油要温，将主料炸至定型，并要前后下锅的原料色一致。第二次下锅要用热油冲炸，至糊酥而脆香。原料两次下油锅时间都要比较短（但已熟透），以减少水分的散失，使之软嫩可口。

软炸的用糊，可用全蛋调制，也可用蛋清调制，还可将蛋清抽打成泡状，与面粉调制成高丽糊（蛋泡糊）。

软炸菜肴的色泽或金黄，或乳白，或雪白。食之糊酥而脆，主料软嫩鲜香，蘸花椒盐食之味更美。

4. 酥炸：酥炸有两种，一是主料挂专用的酥炸糊，炸后糊酥松，主料细嫩；二是主料先经蒸、卤至熟烂，再挂少量鸡蛋糊用热油炸制，炸后糊酥主料烂。

酥炸糊胀性大，故主料挂糊要薄厚均匀。原料下锅冲炸时，要等定型时方能用手勺不停翻动，以防炸出双色。第二次冲炸时油要热，使主料外层松酥，里层鲜嫩。

第二种酥炸法多用于锅烧菜肴，因为这类菜的形状较大并且已熟烂，所以炸时要将挂好糊的原料用盘子托住，慢慢推入油锅中，用热油冲炸。炸后外皮松酥，主料鲜嫩，味咸鲜可口。

5. 面包渣炸：面包渣炸的主料一般是加工成较厚（约二分）的片状，先用调料拌腌，再沾匀面粉及鸡蛋液，最后再滚沾一层面包渣炸制。

用此法炸制原料时，拍蘸面粉一定要均匀，然后再挂蛋液。这样拍沾面包丁才会均匀。

此炸法所用的面包渣有两种，一种是用鲜面包切小丁，一种是先将面包片风干，再擀压成沙粒状面包粉。

菜肴炸后色泽金黄，食到口中松酥发脆，主料鲜香细嫩。

6. 纸包炸：纸包炸是用江米纸或玻璃纸包裹经调料拌腌过的主料，再用油炸制。

用此法炸制原料时，拌腌原料后要加香油拌匀，以防炸后主料与纸粘连，不便食用；包原料时，封口处要留一角，便于食用时打开；每包原料要份量一致、薄厚均匀；炸时油温不宜过高，以免爆开；下料后要用手勺推搅使纸包均匀受热。纸包炸法的主料能保持原汁原味非常鲜嫩。

7. 脆炸：原料用油皮或网油包卷成圆柱状或扁条状、长方形状，外面挂一层淀粉糊（亦可拍蘸一层干淀粉或玉米粉），炸后皮脆馅嫩。

8. 油淋炸：原料是嫩鸡汤浸煮后，再挂浆（用糖稀或蜂蜜加水调制而成）晾皮，将鸡放在漏勺上，用手勺向鸡腹内

外淋热油，淋炸至外焦脆里细嫩。

9. 卷包炸：是将经过加工成型的无骨原料用调料拌和后，用其它皮状原料（如豆腐皮、蛋皮、鸡皮、鸭皮、网油和鸡、鸭的薄片等）包卷起来，拖上蛋粉糊，放入四至五成热的油锅内进行炸制的一种方法。卷包炸制品具有外酥脆里鲜嫩、色泽呈金黄色等特点。卷包炸时应注意：①原料排列要整齐，每只大小要相似。②拖糊要均匀，以免炸时散开。③要注意掌握油温，达到内部成熟，外表色泽统一。

粉糊的制作：由于炸以油为传热介质，温度比较高，炸时粉糊受热就会立即凝成一层保护层，使原料不直接和高温的油接触，这样就可以保持原料内部的水分和鲜味，营养成分也因受保护而不流失，制作的菜肴就能达到松、嫩、香、脆的效果，同时因保护层的作用，不会使原料断碎、干瘪，制作的菜肴能增加其形与色的美观，不仅如此，还能增加菜肴的营养价值。因此说能否正确掌握挂糊的技法，对菜肴的制作意义甚大。

1. 蛋清糊：一般用鸡蛋清和水淀粉调制而成，有的也用鸡蛋清和面粉、水调制，加入适量的发酵粉助发，促使制成的菜肴更加松软。制作时蛋清不宜打发，只要均匀地搅拌于面粉、淀粉之中就行，一般适用于软炸，如软炸鱼条、软炸口蘑等。

2. 蛋黄糊：是用鸡蛋黄与面粉或淀粉、水拌制而成。制作的菜肴色泽金黄，口感外松酥，里鲜嫩。一般适用于酥炸。经酥炸的菜肴食用时要蘸调味品。

3. 全蛋糊：是用整只鸡蛋与面粉或淀粉、水拌制而成。它制作简单，成品色泽金黄，外松酥，内鲜嫩。

4. 蛋泡糊（也叫高丽糊、雪衣糊）：将鸡蛋清用筷子或

打蛋器抽打起泡，直至筷子在蛋清中直立不倒为止，然后加入干淀粉拌制而成的糊。用它挂糊制作的菜肴形态饱满美观，色泽白里泛黄，口感外松软、里鲜嫩。蛋泡糊适用面广，技术性强，特别是打发蛋清过程和加淀粉量，一般蛋清要打到不能涨发为止，淀粉量要掌握比例，一般为2:1，就是100克蛋清加50克干淀粉，否则糊易出水，菜肴也难以制成。

5. 拍粉拖蛋糊：原料在挂糊前先拍上一层干淀粉或面粉，然后再挂上一层糊（全蛋糊、蛋清糊、蛋黄糊）。由于有些要经炸制的菜肴原料含水或油脂比较多，糊不易挂上去，为了让糊能均匀地挂在原料上面，就要在原料表面拍上一层干粉，让其自然吸去原料表面的水分或油脂，如软炸腰子等，这样可使原料挂糊均匀、饱满，食之既嫩又香。

6. 拖蛋糊拍面包粉（拖蛋糊拍上香脆性原料）：先让原料均匀挂上全蛋糊，然后再在挂糊后的表面拍上一层面包粉或芝麻、杏仁、桃仁、瓜子仁、花生仁、松仁等，一般适用于炸制菜肴，如炸猪排、芝麻鱼排等，制成的菜肴特别香脆。

7. 水粉糊：就是用淀粉与水拌制而成。制作简单、方便、成本低、应用广，多用于干炸。如干炸里脊，能使制成的菜肴色泽金黄，外脆硬、内鲜嫩。

8. 发粉糊：先在面粉和淀粉中加入适量的发酵粉拌匀（面粉与淀粉的比例一般为7:3），然后再加水调制，用筷子搅拌看到有一个个大小均匀的小泡时就行了；使用前可在糊中滴几滴清油，促使糊涨发后具有光滑度。用发粉糊炸后的糊壳比较硬，不会导致水分外溢而影响菜肴质量，外表饱满丰润、光滑、色泽金黄，外酥脆、内鲜嫩。

9. 脆糊：在发糊内加入17%的猪油或色拉油拌制而成，一般适用于酥炸、干炸的菜肴。因脆糊具有酥脆、酥香、涨



发饱满的特点，可使菜肴形态饱满，外松脆、里柔嫩。但由于此糊制作难度大，如制作菜肴时遇到炸制后形态干瘪，即为淀粉过多；如糊不易挂上去或炸制后易断碎，即为油多，应给予调整。

虽然糊的种类较多，但我们在应用时一定要“因料施糊”，灵活掌握，同时对一些动物性原料要进行腌渍处理，盐要控制在标准咸味上，切忌制糊时放盐，特别是用面粉制作的糊。因为面粉内含有蛋白质组成的面筋质，碰到盐会变性而出现结实起劲的现象，这样糊就不易均匀地包裹住原料。

# 目 录

前言: .....	( 1 )	纸包鸡 (二) .....	( 14 )
一、鸡类		炸虎头鸡 .....	( 14 )
椒盐八宝鸡 .....	( 1 )	灯笼鸡片 .....	( 15 )
谷落鸡 .....	( 1 )	椒盐米鸡 .....	( 15 )
脆皮鸡 .....	( 2 )	脆肉片皮鸡 .....	( 16 )
炸酥梨鸡 .....	( 3 )	椒麻雏鸡 .....	( 17 )
炸鸡椒 .....	( 3 )	桃酥鸡糕 .....	( 18 )
五味脆皮鸡 .....	( 4 )	炸黄油鸡排 .....	( 18 )
脆皮糯米鸡 .....	( 5 )	炸鸡排 .....	( 19 )
炸凤爪鸡 .....	( 6 )	炸鸡酥络 .....	( 19 )
炸鸡扞 .....	( 6 )	炸鸡盒 .....	( 20 )
卷筒鸡 .....	( 7 )	炸鸡槌 .....	( 20 )
香炸仔鸡 .....	( 7 )	炸芋茸鸡卷 .....	( 21 )
炸八块 .....	( 8 )	俄式白塔鸡卷 .....	( 22 )
软炸鸡 .....	( 9 )	炸鸡丝卷 .....	( 22 )
香油撕鸡 .....	( 9 )	网油鸡卷 .....	( 23 )
炸鸡肉团 .....	( 10 )	炸奶油鲜蘑鸡卷 .....	( 24 )
麻酱布袋鸡 .....	( 10 )	三丝鸡卷 .....	( 24 )
油淋鸡 .....	( 11 )	炸黄油火腿鸡卷 .....	( 25 )
油淋仔鸡 .....	( 11 )	美味鸡串 .....	( 26 )
奶油蒲笋棒子鸡 .....	( 12 )	炸胗核 .....	( 26 )
酥炸生果鸡 .....	( 12 )	清炸鸡胗 .....	( 26 )
纸包鸡 (一) .....	( 13 )	软炸鸡肝 .....	( 27 )
		椒盐阉球 .....	( 27 )

高丽鸡腰 .....	( 28 )	蚝油纸包鸡 .....	( 48 )
花椒凤腿 .....	( 28 )	夹心凤翅 .....	( 49 )
清炸鸡腿 .....	( 29 )		
网油鸡腿 .....	( 30 )		
炸面包鸡腿 .....	( 30 )	二、鸭类	
炸鸡腿 .....	( 31 )	小豆糯米鸭 .....	( 50 )
金平凤腿 .....	( 32 )	两吃桃酥鸭 .....	( 50 )
鲜柠檬汁炸鸡翅 .....	( 32 )	炸网油鸭卷 .....	( 51 )
酥炸鸡翅 .....	( 33 )	干贝酥鸭 .....	( 52 )
炸山鸡塌 .....	( 34 )	糟片鸭 .....	( 53 )
炸椿芽鸡卷 .....	( 34 )	夹炸鸭片 .....	( 54 )
炸田鸡腿 .....	( 35 )	烫片鸭子 .....	( 55 )
网油炸鸡 .....	( 35 )	桃仁鸭方 .....	( 55 )
罗马炸鸡 .....	( 36 )	芝麻鸭子 .....	( 56 )
香酥鸡 .....	( 38 )	丁香鸭子 .....	( 57 )
五香焗鸡翅 .....	( 38 )	炸鸭肉丸子 .....	( 57 )
红油鸡 .....	( 39 )	雪花鸭肝 .....	( 58 )
油淋荷叶鸡丝 .....	( 40 )	脆皮鸭 .....	( 58 )
香炸鸡块 .....	( 40 )	松子鸭颈 .....	( 59 )
白炸鸡 .....	( 41 )	芝麻鸭 .....	( 59 )
酿鸡胸 .....	( 41 )	椒盐鸭 .....	( 60 )
蒲棒笋鸡 .....	( 42 )	香酥鸭块 .....	( 60 )
纸包三色 .....	( 42 )	紫米八宝鸭 .....	( 61 )
炸酒心双色球 .....	( 43 )	炸芝麻鸭腰 .....	( 62 )
炸三味串 .....	( 44 )	清炸鸭肝 .....	( 62 )
蒲棒鸡 .....	( 44 )	芝麻香酥鸽 .....	( 63 )
炸粉皮五丝卷 .....	( 45 )	香酥肉鸽 .....	( 63 )
网油糯米鸡 .....	( 46 )	清炸鹤鹑 .....	( 64 )
炸芝麻桃仁鸡 .....	( 47 )	五香鹤鹑 .....	( 64 )
叉烧鸡 .....	( 47 )	南林香鸭 .....	( 65 )
		百花酥鸭 .....	( 66 )

白玉鸭脯 ..... (66)

炸鸭翅 ..... (67)

### 三、鱼类

多宝脆皮黄鱼 ..... (68)

面托黄鱼 ..... (69)

网油黄鱼 ..... (69)

酥炸小黄鱼 ..... (70)

干炸小黄鱼 ..... (70)

枣泥鳊鱼 ..... (71)

八宝鳊鱼 ..... (71)

萝卜鱼 ..... (73)

金银鱼丝卷 ..... (73)

炸松仁鱼片 ..... (74)

软炸鳊鱼 ..... (75)

脱壳鱼 ..... (75)

炸银鱼排 ..... (76)

香脆银鱼 ..... (76)

椒盐银鱼球 ..... (77)

芝麻鱼球 ..... (77)

炸鱼丸子 ..... (78)

炸偏口鱼 ..... (78)

炸芝麻鱼 ..... (79)

鱈鱼吐司 ..... (79)

芝麻鱈鱼 ..... (80)

炸卷筒米鱼 ..... (80)

软炸米鱼条 ..... (81)

双色鱼卷 ..... (82)

软炸鳊鱼 ..... (82)

软炸加吉鱼 ..... (83)

软炸鱼 ..... (83)

芝麻鱼条 ..... (84)

芙蓉鱼排 ..... (84)

金圈鱼卷 ..... (85)

葱油核桃鱼卷 ..... (85)

炸鲮鱼球 ..... (86)

炸泥鳅鱼条 ..... (86)

牡丹花炸鱼卷 ..... (87)

干炸鲳鱼 ..... (88)

干炸带鱼 ..... (88)

蛋酥鱼 ..... (89)

椒盐酥鱼 ..... (89)

金华蛋酥鱼 ..... (90)

脆炸目鱼花 ..... (90)

龙门叠金 ..... (91)

西式炸鱈鱼 ..... (92)

香炸鱼卷 ..... (92)

炸板鱼 ..... (93)

炸鱈鱼丸子 ..... (93)

纸包双味葡国汁 ..... (94)

肉茸鱼卷 ..... (94)

菊花青鱼 ..... (95)

梁溪脆鱈 ..... (96)

椒盐鱈鱼卷 ..... (96)

二刀麻叶鱼 ..... (97)

炸鱼排 ..... (98)

炸鱼枣 ..... (98)

雪衣鱼条 ..... (99)

三丝鱼卷 ..... (99)

炸酿鱼盒 ..... (100)

串炸鳊鱼 .....	(101)
三味鱼条 .....	(101)
炸奶油鱼卷 .....	(102)
椒盐鱼皮 .....	(103)
鸡蛋裹炸鱼 .....	(103)

#### 四、虾类

双尾虾托 .....	(105)
枇杷虾 .....	(106)
芝麻虾片 .....	(106)
炸虾排 .....	(107)
奶油鲜蘑虾卷 .....	(107)
水晶虾片 .....	(108)
龙凤虾卷 .....	(109)
面糊炸大虾 .....	(109)
软炸大虾 .....	(110)
酥炸大虾 .....	(110)
炸蛋白虾 .....	(111)
油包虾 .....	(111)
交切虾 .....	(112)
凤尾对虾 .....	(113)
炸虾串 .....	(113)
高丽虾串 .....	(114)
珍珠虾球 .....	(114)
网油虾卷 .....	(115)
枕头虾 .....	(116)
炸虾球 .....	(116)
石榴虾 .....	(117)
绍虾球 .....	(118)
宝石虾球 .....	(118)

纸包明虾片 .....	(119)
网油蟹卷 .....	(120)
裹炸蟹 .....	(120)
炸菊蟹 .....	(121)
干炸蟹腿 .....	(121)
炸蛎黄 .....	(122)
炸海蜇 .....	(122)
炸吉列贝串 .....	(123)
金鱼大虾 .....	(124)
炸梅花虾仁 .....	(124)
黄油百子球 .....	(125)
油炸椒盐虾 .....	(126)
网油虾塌 .....	(126)
无锡炸脆鳞 .....	(127)
酥炸鲜贝 .....	(128)
炸什锦鲜贝串 .....	(128)
香酥海带 .....	(129)

#### 五、肉类

荸荠肉 .....	(130)
酥糊里脊 .....	(130)
炸排肉 .....	(131)
寸金肉 .....	(132)
炸响铃 .....	(132)
炸肉排 .....	(133)
生姜炸里脊 .....	(133)
豆沙里脊卷 .....	(134)
山楂里脊卷 .....	(134)
干炸里脊 .....	(135)
裹炸肉 .....	(135)

麻花肉 .....	(136)	干炸牛里脊 .....	(152)
网油肉卷 .....	(136)	锅烧牛肉 .....	(153)
炸灌肠丸子 .....	(137)	炸牛肉卷 .....	(154)
干炸丸子 .....	(138)	蒜香牛肉 .....	(154)
鸡肝猪排 .....	(138)	荔枝牛肚 .....	(155)
叉烧肉 .....	(139)	干炸肚仁 .....	(155)
炸香脆肉 .....	(139)	炸牛脑 .....	(156)
焦炸象眼 .....	(140)	脆皮牛肠 .....	(156)
软炸香肠 .....	(140)	炸小牛排 .....	(157)
清炸大肠 .....	(141)	锅烧羊肉 .....	(157)
炸开花小泥肠 .....	(141)	炸羊肉串 .....	(158)
芝麻香肠 .....	(142)	焦炸羊肉 .....	(158)
干炸猪脑 .....	(142)	玛瑙兔肉 .....	(159)
炸猪肝串 .....	(143)	椒盐兔肉 .....	(160)
焦切腰片 .....	(143)	香酥兔肉 .....	(160)
软炸腰花 .....	(144)	芝麻肉条 .....	(161)
炸火腿猪排 .....	(144)	炸佛手卷 .....	(161)
椒盐翘尾 .....	(145)	萝卜肉 .....	(162)
椒盐猪爪 .....	(145)	枇杷肉 .....	(162)
椒盐蹄膀 .....	(146)	椒盐肉片 .....	(163)
三椒牛肉 .....	(147)	炸猪肉脯 .....	(164)
香酥牛肉 .....	(147)	酥炸瘦肉卷 .....	(164)
桂花牛肉卷 .....	(148)	酥炸丸子 .....	(165)
裹炸牛肉 .....	(148)	酥炸三丝卷 .....	(166)
土豆牛肉饼 .....	(149)	酥炸什锦卷 .....	(166)
芝麻牛排 .....	(149)	芝麻肝饼 .....	(167)
脆皮牛肉 .....	(150)	网油腰卷 .....	(168)
酥炸牛肉 .....	(151)	酥皮蟹黄卷 .....	(168)
酥牛肉 .....	(151)	蒲棒里脊 .....	(169)
袈裟牛肉 .....	(152)	火燎菊花肉 .....	(170)

柳叶鱼 .....	(170)	软炸鲜蘑 .....	(185)
苔条炸排骨 .....	(171)	油炸草菇 .....	(185)
咖喱排骨 .....	(171)	焦炸凤尾 .....	(186)
香酥排骨 .....	(172)	软炸藕片 .....	(186)
炸火腿球 .....	(172)	拔丝藕 .....	(187)
炸火腿卷 .....	(173)	豆沙藕丸 .....	(187)
干炸牛肉丸 .....	(173)	炸藕片 .....	(188)
柠檬牛肉串 .....	(174)	炸藕夹 .....	(188)
炸野鸡花 .....	(174)	酥炸菠菜 .....	(189)
咸卷果 .....	(175)	焦炸菠菜鱼 .....	(189)
香酥狗肉 .....	(175)	炸荔茸芋饼 .....	(190)
勺仔炸 .....	(176)	炸笋瓜片 .....	(190)

#### 六、蔬菜类

芝麻土豆卷 .....	(177)	炸酿象眼笋片 .....	(191)
炸土豆丝 .....	(177)	鸳鸯冬笋 .....	(191)
炸土豆片 .....	(178)	茭白鸡泥夹 .....	(192)
炸土豆条 .....	(178)	椒盐茭白 .....	(192)
脆皮土豆球 .....	(178)	炸玉枝 .....	(193)
奶香土豆糕 .....	(179)	炸玉兰花 .....	(193)
炸土豆盒 .....	(179)	炸甘菊苗 .....	(194)
炸小圆土豆 .....	(180)	脆皮“石榴” .....	(194)
炸虾球 .....	(180)	白菜咖喱牛肉饺 .....	(195)
炸三泥丸 .....	(181)	脆炸黄瓜 .....	(196)
荠菜土豆饼 .....	(181)	软炸冬瓜 .....	(196)
虎皮蛋 .....	(182)	金钱冬瓜盒 .....	(197)
炸四宝 .....	(183)	瓢青辣椒 .....	(197)
酥炸鲜蘑 .....	(183)	焦炸菜葫芦 .....	(198)
金平凤腿 .....	(184)	炸茄条 .....	(198)
炸冬菇 .....	(184)	椒盐茄子 .....	(199)
		炸茄盒 .....	(199)
		荠菜丸子 (一) .....	(200)

荠菜丸子 (二) .....	(200)	炸豆糖“鸡腿” .....	(216)
炸荠菜球 .....	(201)	辣味土豆球 .....	(217)
荸荠丸子 .....	(202)	网油土豆饼 .....	(218)
香脆芹茸包 .....	(202)	酥炸肉块 .....	(218)
笔杆脆芹卷 .....	(203)	网油茄卷 .....	(219)
素丸子 .....	(204)	美式炸茄盒 .....	(219)
脆皮萝卜 .....	(204)	炸萝卜丝丸子 .....	(220)
纸包菜心 .....	(205)	腊味慈菇球 .....	(221)
脆皮菜包 .....	(205)	槟榔芋饼 .....	(221)
青菜松 .....	(206)	红薯玫瑰糕 .....	(222)
面糊炸菜花 .....	(206)	沙心大枣 .....	(222)
炸菜花 .....	(207)	炸脆皮苹果 .....	(223)
炸四季青菜 .....	(207)	芝麻鱼排 .....	(223)
凤凰扁豆 .....	(208)	炸素蟹 .....	(224)
炸豌豆苗 .....	(208)	灯影薯片 .....	(224)
炸香椿“鱼” .....	(208)	白糖薯松 .....	(225)
焦炸四季梅 .....	(209)	桂花红薯饼 .....	(225)
炸荷花 .....	(209)	炸金糕丸子 .....	(226)
槐花芝麻饼 .....	(210)	油炸土豆球 .....	(226)
炸槐花 .....	(210)	炸土豆卷 .....	(227)
炸高丽榆钱 .....	(211)	软炸素肉 .....	(227)
炸藕片 .....	(211)	豆芽包肉卷 .....	(228)
炸藕卷 .....	(212)	香炸马兰 .....	(228)
炸藕夹 .....	(212)	酥油紫菜条 .....	(229)
全料藕丸 .....	(213)	南瓜丸子 .....	(229)
干炸玉米笋 .....	(214)	槐花绣球 .....	(230)
软炸黄须菜 .....	(214)	雪花薄荷 .....	(230)
雪丽黄须菜 .....	(215)	酥炸腰果 .....	(231)
凤眼甘薯片 .....	(215)	油炸木瓜卷 .....	(231)
枣泥白薯球 .....	(216)	高利桑椹 .....	(232)



麻糖楂糕 .....	(232)
炸香蕉夹 .....	(233)
高丽豆沙 .....	(233)
酥炸双色枣泥卷 .....	(234)

### 七、豆腐类

寸金豆腐 .....	(235)
素炸五香圆 .....	(235)
豆腐托 .....	(236)
核桃嵌豆腐 .....	(236)
豆腐鲜虾丸 .....	(237)
脆皮豆腐 .....	(237)
香酥豆腐饺 .....	(238)
炸豆腐丸子 .....	(239)
太史豆腐 .....	(239)
金鲛白玉 .....	(240)
三鲜封豆腐 .....	(240)
脆炸豆泡 .....	(241)
干炸黄雀 .....	(242)
素炸脆皮肉 .....	(242)
软炸素腰花 .....	(243)
炸素鸡腿 .....	(244)
酥油煎 .....	(244)
酥皮三丝卷 .....	(245)
炸腐竹 .....	(246)
炸酥丝 .....	(246)
枇杷豆腐 .....	(247)
什锦豆腐卷 .....	(247)
赛炸虾 .....	(248)
酥炸豆腐 .....	(248)

香嫩豆腐 .....	(249)
夹板豆腐 .....	(249)

### 八、蛋类

炸套环 .....	(251)
炸菊花酥 .....	(251)
鸡蛋排叉 .....	(252)
司康 .....	(252)
夹沙香蕉 .....	(253)
炸可斯得 .....	(253)
意大利式米球 .....	(254)
雪花蘑菇糕 .....	(254)
豆沙蛋黄酥 .....	(254)
凤凰蛋酥 .....	(255)
冰花鸡蛋球 .....	(255)
椰茸凤凰球 .....	(256)
干炸荸荠 .....	(256)
油炸蛋 .....	(257)
鸡蛋酿油豆腐 .....	(257)
荷包鲜肉 .....	(257)
炸鸡蛋卷 .....	(258)
金钱叉烧盒 .....	(258)
凤凰蛋卷 .....	(259)
炸佛手卷 .....	(260)
芝麻白果 .....	(260)
雪里藏红 .....	(261)
酥雪蛋饺 .....	(261)
炮蛋卷 .....	(262)
鸭茸彩蛋 .....	(263)
双火淌心蛋 .....	(264)