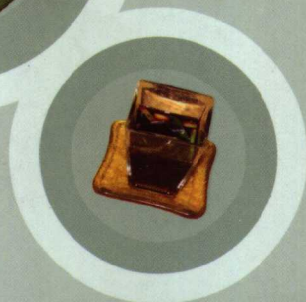


Chef Private Sauce

新 概 念 美 食

策划：宋建华 菜肴设计制作：翁建和

• 100 dishes



大厨私房酱料

•
100 道菜肴

上海文化出版社

Chef Private Sauce

新 概 念 美 食
策划：宋建华 菜肴设计制作：翁建和

• 100 dishes



大厨私房酱料



100 道菜肴

上海文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

大厨私房酱料·100 道菜肴/翁建和编著. - 上海:上海文化出版社,
2004

(新概念美食丛书)

ISBN 7-80646-692-4

I. 大… II. 翁… III. 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 137657 号

责任编辑 赵志勤

装帧设计 周艳梅

书 名 大厨私房酱料·100 道菜肴

出版发行 上海文化出版社

地 址 上海市绍兴路 74 号

电子信箱 cslcm@public1.sta.net.cn

网 址 www.sbcm.com

经 销 新华书店

印 刷 上海丽佳制版印刷有限公司印刷

规 格 889×1194 1/24

印 张 4

图 文 96 面

版 次 2005 年 2 月第 1 版 2005 年 2 月第 1 次印刷

印 数 1—5,100 册

国际书号 ISBN 7-80646-692-4/TS·264

定 价 22.00 元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

T: 021-64855582

目录



畜肉类

- 蒜泥辣酱汁·蒜泥白肉·····2
- 香橙糖醋汁·香橙焗肉排·····3
- 蒜香黑椒汁·黑椒牛仔骨·····4
- 薄荷汁·薄荷羊排·····5
- 柱侯酱料·家乡牛肉煲·····6
- 椒香酱料·珍珠牛柳粒·····7
- 辣椒沙司·本地氽肉圆·····8
- 椒油辣酱料·香麻小肥羊·····9

禽蛋类

- 油鸡汁·玫瑰油鸡·····10
- 蚝油汁·玻璃香酥鸭·····11
- 五味酱汁·五味鸳鸯柳·····12
- 花雕酒汁水·花雕焖鸡·····13
- 葱姜鸡汁·鸡汁三色拼·····14
- 钵钵鸡调味汁·申城钵钵鸡·····15
- 白醋红椒汁·萝卜丝鸡茸·····16
- 咸蛋黄酱·苦瓜咸蛋黄·····17
- 酱汁蘸料·脆皮炸鸡柳·····18
- 干锅调味汁·干锅乳鸽·····19
- 美极厨师调味汁·兰花鸭片·····20
- 香辣蒜茸汁·口水鸭·····21
- 麻辣酱料·黄豆萝卜炖鸭子·····22

鱼类

- 椒麻汁·凤尾墨鱼卷·····23
- 烧味汁·烧汁河鳗·····24
- 香辣汁·香辣海鲜煲·····25
- 泰国鸡酱·鸡汁银鳕鱼·····26
- 鲜汁·雀巢海中宝·····27
- 白脱洋葱汁·白脱鲈鱼·····28
- 鱼露汁·芦笋生鱼片·····29
- 沙律酱汁·黄金带子筒·····30
- XO酱·XO酱炒花枝片·····31
- 泡椒调味料·泡椒葡萄鱼·····32
- 上汤调味料·银丝海鲜煲·····33
- 美极鲜汁·美极黄鱼冻·····34
- 剁椒调味料·剁椒银鳕鱼·····35
- 青芥末酱汁·青芥炆墨鱼·····36

虾蟹类

- 虾汁·牡丹脆皮虾球·····37
- 红油香辣汁·阿拉斯加风味蟹·····38
- 千岛色拉·虾仁色拉苹果排·····39
- 醉蟹卤·醉蟹·····40
- 川汁酱·金盖蟠龙·····41
- 洋葱黄油汁·上汤焗小青龙·····42
- 葱油鲜汁·蟹肉皮蛋翡翠卷·····43
- 九制陈皮汁·九制陈皮虾·····44



川烧酱汁·川烧玉带虾球·····	45
西式调味汁·西式风味蟹·····	46
干贝鲜汁·虾胶酿竹荪·····	47
元宝红虾·油爆虾糖汁·····	48
高汤鱼胶冻·灌汤虾蟹球·····	49
芥末调味汁·芥末焗草虾·····	50
茅台醉卤·茅台醉花蟹·····	51
奶香酱·鲜虾色拉·····	52
金沙酱·咸蛋黄花蟹钳(羹)·····	53
香醋汁·炆黄酿丝瓜·····	54
豉汁·豉汁明虾球·····	55
蟹黄油·蟹粉白菜卷·····	56

翅贝类

杏仁汁·杏汁鲜带子·····	57
红油糖醋汁·招牌海蜇头·····	58
红烧酱汁·鲍汁刺参鹅掌·····	59
南乳汁·南乳青口贝·····	60
鲍汁调味料·鲍汁白灵菇·····	61
冰糖汁·冰糖炖官燕·····	62
姜醋汁·萝卜丝烩蛤蜊·····	63
干烧酱汁·干烧海皇鲍·····	64
瓜茸汁·瓜茸大鲍翅·····	65
酱麻汁·荷芹海蜇花·····	66
高级浓汤汁·菜胆竹荪红烧翅·····	67

蔬菜类

酸奶汁·酸奶芦荟·····	68
糖汁·糖汁冬瓜球·····	69
椒麻卤汁·椒麻卤香干·····	70
蜂蜜露汁·蜂蜜南瓜红腰豆·····	71
椰奶汁·椰奶青豆泥·····	72
色拉酱·蔬菜色拉·····	73
桂花冰糖汁·桂花冰糖三白·····	74
川味酱汁·川味猴头菇·····	75
露虾油汤料·翡翠滑子菇·····	76
冰糖汁·草莓酒酿芸豆·····	77
琼脂冻(甜)·椰岛芋合酥·····	78
鲜汤汁·太极素菜羹·····	79
金汤汁·金汤娃娃菜·····	80
泰国甜辣酱·南瓜银杏·····	81
蚝油沙司汁·笼仔豆腐·····	82
魔厨高汤·翠塘白玉·····	83
咸鱼酱汁·咸鱼娃娃菜·····	84
蚝油鲜汁·脆皮素鹅·····	85
咸鲜调味汁·荷花时蔬·····	86
酱汁调味料·素火腿·····	87
酒酿糖桂花·酒酿荸荠·····	88
露虾油汤料·滑子菇青豆薏·····	89
水果色拉酱·草莓香蕉色拉·····	90
麻酱料·麻酱茄瓜·····	91
鲜鸡汁·百花酿瓜脯·····	92

目录

前言

翁建和写了一本书，执意要我写个前言，我连说不敢当。这倒不是我的谦虚，而是翁建和这个师傅很大，在整个新亚集团（现在叫锦江国际集团）名声很响。给他写前言的人似乎也应该是集团老总或是社会知名人士，这才顺理成章。最后自然是拗不过，恭敬不如从命。

翁建和是有资格写这本书的。他毕业于上海市饮食服务学校，是所谓的科班出身，从厨二十四年，先后担任过东风饭店的总厨、餐饮部经理、海仑宾馆上海厨房厨师长、临青宾馆常务副总经理，现为新亚汤臣洲际大酒店（五星级）中菜行政总厨。是“上得了厅堂，下得了厨房”的将才。二十余年来，他几乎在宾馆厨房的每个岗位上都滚了一遍，冷菜、热菜、切配、面点样样拿得起。1990年获首届全国青工技术比赛烹调决赛金牌，1992年获第一届中国烹饪世界大赛金奖；以后又陆续被评为上海市百佳优秀高级技师、中式烹调师国家职业技能考评员；还多次出访香港、台湾、日本、菲律宾、泰国等地表演中国菜，每到一地，都引起轰动。现在他的职称是中国烹饪大师，烹饪技术的级别已经到顶了。

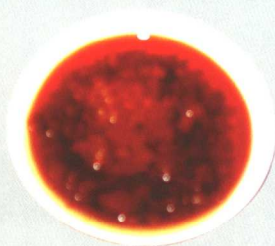
大师写菜谱，本是小菜一碟，但用心写，将自己多年积累的经验、成果和盘托出，那就不仅仅是认真，更是一种境界。



邵建华

畜肉类

蒜泥辣酱汁



配料

蒜泥末10克, 辣油15克, 李锦记生抽10克, 鸡粉少许。

制法

将以上配料一起放入盛器内充分调匀即可。

原料:

猪坐臀肉150克(带皮), 胡萝卜、京葱、黄瓜各10克。

调料:

蒜泥辣酱汁适量, 葱结、姜块、黄酒各少许。

制法:

1. 带皮的猪坐臀肉洗净, 放入锅里, 加清水、葱结、姜块、黄酒, 煮成八成熟, 取出冷却, 切成薄片, 再放入开水锅里氽一下, 取出冷却。
2. 胡萝卜、京葱、黄瓜洗净, 分别切成细丝。
3. 将带皮的猪肉片平铺在砧板上, 放上胡萝卜丝、京葱丝、黄瓜丝, 卷成圆柱形, 放入盘中, 用蒜泥辣酱汁蘸食即可。



蒜泥白肉

畜肉类

香橙糖醋汁



香橙焗肉排

原料:

腩排 500 克, 鲜橙 1 只。

调料:

花生油 150 克, 澄面 10 克, 淀粉 10 克, 面粉 10 克, 吉士粉 5 克, 嫩肉粉 15 克, 香橙糖醋汁适量, 盐、味精各 5 克, 花生酱少许。

制法:

1. 腩排改刀成长 8 厘米、宽 4 厘米的块, 加入盐、味精、吉士粉、花生酱、嫩肉粉、澄面、淀粉、面粉拌匀, 腌渍片刻。
2. 鲜橙去皮, 改刀切成 8 块。
3. 锅里入油, 烧至四成热时, 放入腌渍好的腩排炸熟至金黄色, 捞出沥油。
4. 锅内加入香橙糖醋汁烧开, 勾芡, 放入腩排、鲜橙块, 略翻一下, 出锅装盘, 将鲜橙块放在腩排上即可。

特点:

口感甜中带酸, 鲜橙香味浓郁。

配料

浓缩橙汁 250 克, 白醋 300 克, 盐 15 克, 糖 200 克, 酒少许。

制法

将以上配料一起放入锅内, 加入清水 (150 克), 烧开熬成汁即可。



畜肉类

蒜香黑椒汁

配料

洋葱末、蒜茸各10克，黑胡椒5克，盐、老抽、酱油各5克，黄油、美极鲜酱油、三花淡奶、味精、高汤各少许。

制法

锅里加入少许黄油，下洋葱末、蒜茸、黑胡椒煸香，加入其他配料充分调匀即可。



黑椒牛仔骨

原料：

美国牛仔骨500克，洋葱、青椒、红椒各50克。

调料：

鸡蛋1只，澄面20克，蒜粉10克，面粉10克，盐4克，糖10克，花生酱10克，蒜香黑椒汁适量，花生油100克，高汤、嫩肉粉少许。

制法：

1. 牛仔骨改刀，加入澄面、蒜粉、面粉、盐、糖、花生酱、嫩肉粉、鸡蛋拌和腌渍。
2. 洋葱、青椒、红椒洗净，切成块待用。
3. 锅内入油，烧至四成热时，放入牛仔骨过油至熟，捞出沥油。
4. 锅内倒入蒜香黑椒汁，加入高汤，放入牛仔骨略煮，勾芡，出锅装盘。
5. 锅内入油烧热，放入洋葱块、青椒块、红椒块煸炒熟，盛起放在牛仔骨上作点缀。

特点：

色泽缤纷，牛仔骨口感鲜美，富有奶油和黑椒香味。

畜肉类

薄荷汁

原料:

羊排 500 克（进口）。

调料:

花生油 50 克，胡椒粉、盐、鸡精各少许，薄荷汁适量。

制法:

1. 羊排改件，两面分别撒上胡椒粉、盐、鸡精，腌渍一下。
2. 不粘锅里入少许油，放入羊排煎至八成熟，盛起装盘，用薄荷汁蘸食即可。

特点:

羊排肉质鲜美，薄荷滋味清凉。

薄荷羊排



配料

薄荷嫩叶 50 克，盐、鸡精各适量，
橄榄油、胡椒粉各少许。

制法

将薄荷嫩叶切碎，加入以上调
味，调制成薄糊状即可。



畜肉类

柱侯酱料

配料

豆豉酱50克, 芝麻酱10克, 蒜泥10克, 葱花10克, 南乳汁10克, 陈皮末15克, 砂糖25克, 高汤、花生油、鸡粉、老抽各适量。

制法

锅内入少许油, 下葱花、蒜泥、陈皮末煸炒至香, 加入其他配料充分拌匀即可。



家乡牛肉煲

原料:

牛腩利200克, 黑木耳25克, 金针菇25克, 小菜心4棵, 红枣8粒, 胡萝卜少许。

调料:

红尖椒1只, 花生油200克(实耗5克), 高汤、柱侯酱调味料各适量, 干淀粉、料酒各少许。

制法:

1. 牛腩利切成薄片, 用干淀粉、料酒上浆, 放入热油锅滑油, 盛起沥油。
2. 黑木耳、金针菇、红枣洗净, 分别入沸水焯水捞起。胡萝卜切大丁花, 入沸水焯水捞起。红尖椒切小块。
3. 锅内入少许油, 放入柱侯酱料煸炒, 加入高汤, 放入牛肉片及黑木耳、金针菇、红枣、胡萝卜、红尖椒块翻炒入味, 勾芡, 出锅装盘。
4. 小菜心用沸水烫一下, 放入盘中作围边。

特点:

色泽酱红, 滋味浓郁, 牛肉滑嫩。

珍珠牛柳粒

原料:

牛腩利 250 克,
珍珠叶 25 克,
洋葱 50 克, 红
椒 50 克。

调料:

花生油 500 克
(耗 50 克), 鸡蛋
1 只, 高汤 25 克, 干
淀粉 20 克, 水淀粉 5
克, 料酒 10 克, 蚝油 5
克, 精盐 5 克, 味精 5 克, 砂
糖 5 克, 黑胡椒少许, 椒香酱料适量。

制法:

1. 牛腩利切成小块, 加入鸡蛋液、精盐、砂糖、干淀粉上浆。红椒、洋葱切小块。
2. 珍珠叶放入 150℃ 油锅里炸至翠绿色, 捞起作围边。
3. 锅里入油, 烧至八成热时, 放入牛柳粒滑油成熟, 捞出沥油。
4. 锅内留少许油, 下洋葱块、红椒块煸炒, 加蚝油、料酒、精盐、味精、砂糖、高汤烧沸, 倒入牛柳粒, 放入椒香酱料翻炒均匀, 淋少许水淀粉勾芡, 撒上黑胡椒, 即可装盘。

特点:

牛肉鲜嫩, 富有黑胡椒香味。



畜肉类

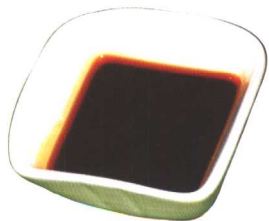
椒香酱料

配料

家乐黑胡椒汁 50 克, 黑胡椒粉 15 克, 白脱油 50 克, 高汤 100 克, 干葱头、姜末、蒜茸、李锦记老抽、砂糖、香叶、蚝油、花生油、淡奶各少许。

制法

锅内放入少许花生油及白脱油, 下干葱头、姜末、蒜茸煸炒起香, 加入其他配料拌匀即可。



畜肉类

辣椒沙司

配料

花椒油25克,干辣椒油25克,辣油25克,四川豆瓣辣酱50克,生抽50克,鸡精、高汤各少许。

制法

锅里入花椒油、干辣椒油、辣油,放入四川豆瓣辣酱、生抽、鸡精煸炒,加入高汤调匀即可。



本地氽肉圆

原料:

夹心猪肉糜250克,小菜心6棵,水发肉皮150克。

调料:

姜末、盐、鸡精、黄酒各少许,高汤、辣椒沙司适量。

制法:

1. 肉糜加盐、黄酒、姜末、鸡精、高汤(少许)搅拌上劲,用手挤成肉圆,放入开水锅中煮熟取出。
2. 另取锅,加入高汤、肉皮,放入肉圆,用大火烧开后,改小火煨片刻,放入小菜心,调整口味,盛入盘中,跟辣椒沙司上席。

特点:

汤鲜味美,肉圆富有弹性。

原料:

肥羊片 200 克, 京葱 2 根, 青椒、红椒各 1 只。

调料:

椒油辣酱料适量, 红油、蒜片、姜片、高汤、水淀粉各少许。

制法:

1. 肥羊片用开水锅焯水, 捞起待用。京葱、青椒、红椒切菱形块。
2. 锅里入少许红油, 下蒜片、京葱段、姜片煸炒起香, 加入椒油辣酱料、高汤, 放入青椒块、红椒块、肥羊片翻炒均匀, 勾少许芡, 装盘即可。

特点:

麻辣鲜香, 羊肉鲜嫩肥美。

畜肉类

椒油辣酱料



香麻小肥羊

**配料**

花椒油 50 克, 干辣椒 5 只, 四川豆瓣辣酱 50 克, 李锦记生抽 15 克, 黄酒 10 克, 糖 5 克, 鸡精少许。

制法

锅里入花椒油烧热, 放入干辣椒段、四川豆瓣辣酱煸炒起香, 加入其他配料调匀即可。

禽蛋类

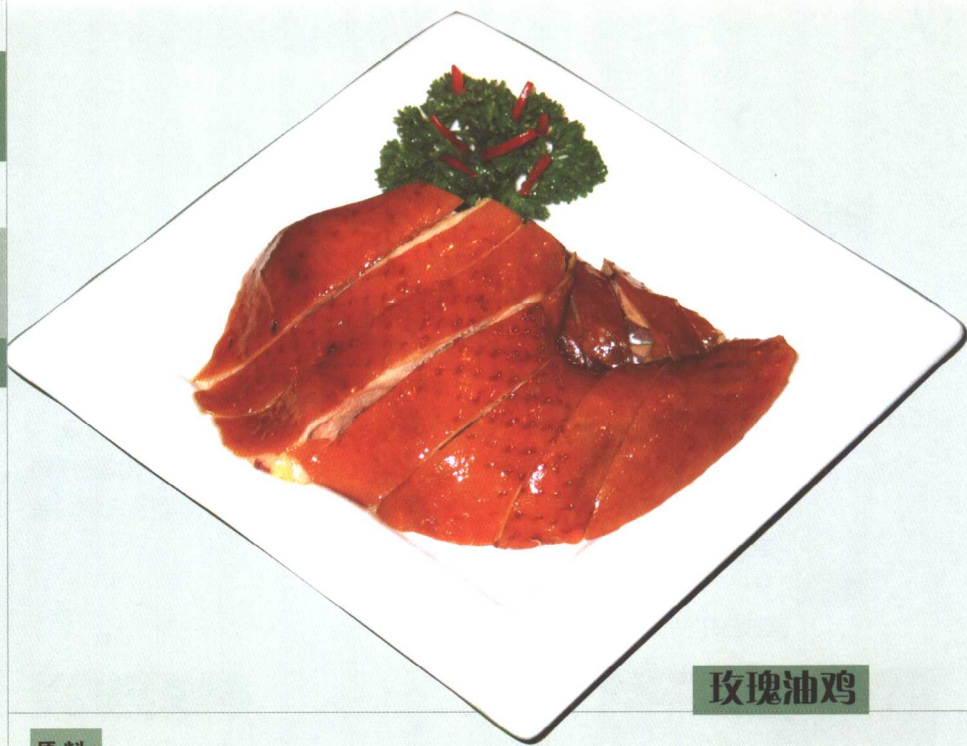
油鸡汁

配料

生抽1000克,冰糖250克,花雕250克,老抽100克,玫瑰露酒100克,片糖50克,葱、姜各25克,香叶、八角、桂皮、草果、甘草、沙姜片各5克,丁香少许,盐适量。

制法

将上述配料放入锅里,加入清水(1500克),用大火烧开,改小火煲20分钟,过滤后即成油鸡汁。



玫瑰油鸡

原料:

石洪鸡1只。

调料:

油鸡汁适量。

制法:

石洪鸡洗净,放入烧开的油鸡汁中(汤汁以盖没鸡身为度),上炉用小火焗至鸡熟(约20分钟),捞出冷却,改刀装盘。

特点:

色泽红亮,鸡肉鲜嫩可口。

玻璃香酥鸭

原料:

豆腐衣2张,熟烤鸭丝100克,墨鱼胶60克,荸荠粒50克,香菇粒25克。

调料:

花生油1000克(实耗75克),面粉250克,淀粉50克,泡打粉20克,鸡蛋1只,姜丝5克,葱丝25克,盐、鸡精、五香粉各少许,蚝油汁适量。

制法:

1. 豆腐衣裁剪成长18厘米、宽12厘米的长方形。
2. 鸭丝、墨鱼胶放在一起,加入姜丝、葱丝、盐、鸡精、五香粉拌匀上劲后,铺在豆腐衣上,上笼蒸10分钟取出。
3. 取一大碗,放入面粉、淀粉、鸡蛋、泡打粉,加适量清水、花生油,调成脆浆糊待用。
4. 在蒸好的豆腐衣鸭丝上面均匀撒上荸荠粒、香菇粒,倒上脆浆糊涂匀,放入八成热的油锅中炸至金黄色,出锅,改刀装盘,用蚝油汁蘸食即可。

特点:

色泽金黄,外表松脆,里面鲜香。



禽蛋类

蚝油汁



配料

香菇粒25克,葱花5克,蚝油10克,花生油、鸡精、李锦记生抽、老抽、高汤、水淀粉各适量。

制法

锅里入少许油,下葱花、香菇粒煸炒一下,加入其他配料,用水淀粉勾芡即成。

禽蛋类

五味酱汁



配料

熟土豆泥 75 克，洋葱末 25 克，蒜泥 10 克，番茄酱 25 克，糖 20 克，咖喱粉 5 克，高汤 100 克，花生油、盐、水淀粉各适量。

制法

锅里入少许油，下洋葱末、蒜泥炸香，放入土豆泥煸炒起香，加入番茄酱、咖喱粉及其他配料，烧开后勾芡即可。

五味鸳鸯柳

原料：

牛腩利 200 克，鸡脯肉 200 克，青椒、红椒各 1 只，洋葱少许。

调料：

花生油 750 克（耗 50 克），鸡蛋 1 只，料酒 5 克，精盐 5 克，味精 5 克，干淀粉 25 克，五味酱汁适量。

辅料：

竹签 12 根。

制法：

1. 牛腩利、鸡脯肉切片，分别加入鸡蛋液、料酒、精盐、味精、干淀粉上浆，然后用竹签间隔串上牛腩利片、鸡肉片。
2. 洋葱、青椒、红椒切成小菱形块，分别入沸水焯水，捞起待用。
3. 锅内入油，烧至七成热时，放入肉串炸熟，捞起装盘，将五味酱汁浇在肉串上，撒上洋葱、青椒、红椒即可。

特点：

色彩鲜艳，肉质鲜嫩，五味齐全。

