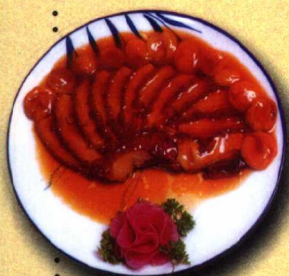


SHANXI XINPAI CAIYAO

山西新派菜肴

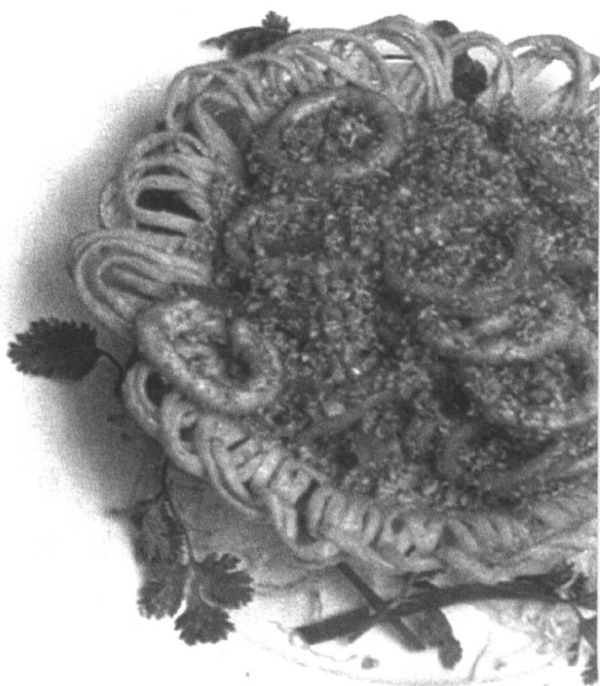
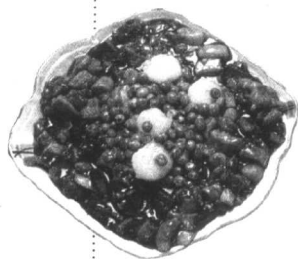
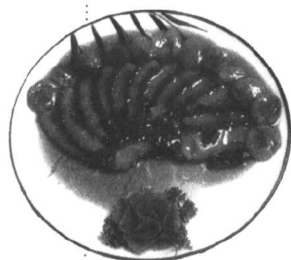
● 李先明 编著



SHANXI XINPAI CAIYAO

山西新派菜肴

● 李先明 编著



山西科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

山西新派菜肴/李先明编著. —太原: 山西科学技术出版社, 2003.1

ISBN 7-5377-2080-0

I. 山… II. 李… III. 菜谱—山西省
IV. TS972.182.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 080392 号

山西新派菜肴

李先明 编著

*

山西科学技术出版社出版 (太原建设南路 15 号)
山西省新华书店发行 山西新华印业有限公司人民印刷分公司印刷

*

开本: 850×1168 1/32 印张: 7.25 字数: 172.5 千字

2003 年 1 月第 1 版 2003 年 1 月太原第 1 次印刷

印数: 1—3 000 册

*

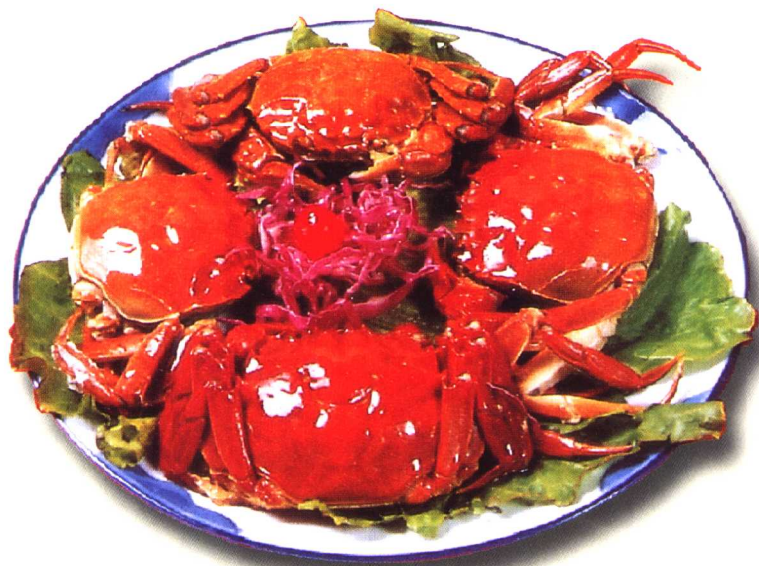
ISBN 7-5377-2080-0

Z·391 定价: 14.00 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与印厂联系调换。











绪 言

新派晋菜的形成，有着它诸多因素的社会原因。纯朴的山西人民虽然有着特定的传统性，但并不排斥外来的东西，这种交融则更具晋人的特定文化与个性。由于这种个性的存在，使晋菜自身的价值得以流传，并升腾成具有魅力的新型饮食品种。

山西餐饮多元化的格局，顺应时代变化，追求时尚美食，已成为当代晋人的饮食向往与特征。交通与媒体传播，为新派晋菜的形成提供了条件。由于交通的发达，人们可以随时由一个大城市到另一个大城市，眼界极其开阔，原来见不到，甚至想不到的先进烹调设备、工具、灶具、餐具，以及其他菜系的风味菜品，异地人群的口味特点；国内、外的海鲜、干货、蔬菜等食品原料都丰富了我们的生活。时尚海鲜和蔬菜走进了千家万户，走上了居民家庭的餐桌，从而满足了人们求新、求鲜的需求。流行菜品成了晋厨学习他人的途径。

交通和融合是时代进化的必然。由于经济的发展、交通的便利，使国内各地乃至世界各地之间的距离缩短；技艺与艺术的交流，人群固有传统口味发生了微妙的变化，原料特产的地域差距无形缩小，国内各菜系出现了“你中有我，我中有你”的相互融合的趋势。

过去一地可能有几种不同菜系特色的饭店，现在却出现一个饭店竟有几个菜系风格的菜肴。许多大饭店利用美食节也常常是几大菜系同台献艺。过去的名厨大师都是以某一风味名冠一方。现在介绍名厨时都是以兼容几个菜系名菜为荣，不然就名气锐减，这都是时代使然。

区域不是无形的篱笆，人群的口味需求和变化，给饮食业提出求新、求异的要求，这都是社会发展的必然。而烹调本身就是





一种创造,若我们只遵循固定的手法,运用千年不变的程序和平庸的制法,不突出菜肴、菜系自身的特色,不因地制宜提高自身素质,就没有立身之本、赢人之道,打不破“区域疆界”保守观念,终究要被淘汰。

有趣的是我们彼此越相似,就越会强调我们的独特性。

世界饮食的相互渗透和交融,这是客观存在的大趋势。当人们在相互交流与对比中,使人们越来越多地发现自己传统文化中闪光的东西,从而更加珍视传统,珍视自身传统中的个性特色。处在这样一个时代,烹饪饮食无疑也会发生很大的变化。所以,在继承传统中不断变革和创新,已是烹饪技法创新、一个民族进步的灵魂,也是饮食发展的动力。随着餐饮业竞争的白热化,尤其是在饮食消费者“新、奇、特、怪”的消费趋势的驱使下,给餐饮业提出了更高的要求。

现在“国菜交融、外菜引用”,在全国各地都在兴起,这种交融、改良、创新,各地厨师都有“你借鉴我,我学习你”,在继承自身传统的基础上,大兴改良之风。改良菜不是从无到有的完全创新菜,也不是照搬、仿效别人的仿制菜,而是取各家之长,不标榜“正宗”和“传统”,也不舍弃传统中优秀之精华,是大胆引用外菜、外派的菜品。改良菜是在传统菜的基础上融合、师承各帮,中西结合,本地与外阜结合,无宗无派,从而形成现代的新派菜。

新派菜的形成是社会发展过程中的一个插曲,和传统晋菜并不矛盾。它是在传统晋菜的基础上,在引进先进烹调技艺和原料的综合作用下,在消费者需求下形成的。我们欣喜地了解到在杭州举行的第二届中国美食节暨新菜系展示评定会上,晋菜荣登中国新八大菜系宝座,这都是新老晋厨在不断创新思路指导下,共同取得的成绩。山西新派菜继续在继承传统技艺的基础上,不断改良、不断创新、不断实践,创出更多更好的、民众喜闻乐见的、五彩缤纷的和造型新颖的精美菜肴与食品。



《山西新派菜肴》编撰人员

荣誉顾问：郭起云 杨建峰 张洪光

专业顾问：张汉甫 刘当成 王长信

编委主任：石国臣

副主任：梁长君 谢德才 王东春 谢璞

编著：李先明

副主编：李志文 阎亚平

编委：谈周均 赵斌维 李岩 贺明科 孙建民

王富盛 王志全 韩国良 栗联庆 耿明山

刘强 张白清 姚贵 陈建荣 王荣明

孟贵福

参加编写人员：王太生 白维民 李景 李琦 张春浩

许得和 蔺雁春 赵伟 徐良明 张斌

武宪忠 王志龙 刘彦斌 张建新 祁虎

潘刚 张玉生 张文惠



目 录

绪言	(1)	陈皮牛肉	(15)
餐前冷盘类		白玉里脊片	(16)
龙凤呈祥	(1)	九味白肉	(17)
孔雀开屏	(2)	醋椒兔肉	(18)
松鹤延年	(4)	杏仁兔丁	(19)
双鱼戏水	(5)	酒醉生仁	(19)
盐水白鸡	(6)	兰花腐干	(20)
桃仁鸡卷	(7)	酒醉玉米笋	(21)
山椒凤爪	(8)	三丝瓜卷	(21)
生仁鸡卷	(8)	如意三丝卷	(22)
酱鸭卷	(9)	如意冬菇	(22)
无影腿	(10)	油吃香菇	(23)
三文鱼沙拉	(11)	美极苦瓜	(24)
暴腌桂鱼	(11)	美极尖椒	(24)
手撕咸鱼	(12)	金钱莲菜	(25)
姜汁鱼片	(13)	赛莲菜	(25)
酱汁鲤鱼	(14)	炸藕铃	(26)
清水牛肉	(14)	酸甜菜花	(27)
		软煎茄片	(28)





珊瑚白菜	(28)	桑拿基围虾	(48)
枸杞白菜	(30)	金粟南茸烧明虾	(49)
冰心脆	(30)	两虾合吃	(50)
雪霜百合	(30)	腰果虾仁	(51)
雪花羊尾	(31)	汾酒焗肉蟹	(52)

干鲜水产类

鱼云排翅盅	(32)	双焗肉蟹	(52)
蟹黄鱼翅	(33)	蒜茸蒸活带	(53)
鱼翅蟹斗	(33)	碧绿鲜带子	(54)
碧绿鲍鱼	(34)	香烤扇贝	(55)
蟹黄酿辽参	(35)	脆炸带子串	(55)
海参烧龙须	(36)	五柳墨鱼排	(56)
锅巴海参鸡片	(37)	凤翅长寿鱼	(57)
鸡茸鱼肚	(38)	乳鸽炖甲鱼	(58)
红烧鱼唇	(39)	鳊鱼卧雪	(59)
绣球干贝	(39)	风味桂鱼	(60)
干贝冬瓜脯	(40)	五彩桂鱼丝	(61)
冬茸金粟烩鱼裙	(41)	明炉八宝桂鱼	(61)
龙虾木瓜船	(42)	两吃桂鱼	(62)
香汁焗龙虾	(43)	麦饭石牡丹鱼	(63)
鸡汁龙虾	(44)	盔甲鲫鱼	(64)
琵琶大虾	(45)	油浸鲳鱼	(65)
蒜茸开边虾	(46)	软煎虹鳟鱼	(66)
过江沙棘虾	(47)	平锅香辣鱼	(67)
香沙焗大虾	(48)	香煎生鱼	(68)
		红烧大鱼头	(68)
		剁椒鱼头	(69)





沙锅鲮鱼头	(70)	荷叶仔鸡	(90)
上汤银雪鱼	(71)	豉蚝荷香鸡	(91)
锡烤芋泥雪鱼	(72)	香桃焗鸡	(91)
美极雪菜锅仔鱼	(72)	桃仁菊花鸡	(92)
泰式焗雪鱼	(73)	山川辣子鸡	(93)
绣球雪鱼丸	(74)	炸鸡件	(94)
蒜子焖白鳝	(75)	生炸翅中	(94)
醋椒鳝丝	(75)	乌头荷包鸡	(95)
孔雀开屏鳝	(76)	铁碗蕨菜鸡丝	(96)
鲤鱼跳龙门	(77)	凉瓜鸡丝	(97)
XO 酱熘鱼滑	(78)	翅中换骨	(98)
东湖醋鱼	(79)	瓜卷鸡茸丝	(98)
烧焗鲤鱼	(80)	金钟雀脯	(99)
三丝鱼线	(81)	吉利八大锤	(100)
蛋黄鱼脯	(82)	茄汁鸡茸豆腐包 ..	(101)
蒜茸烤鲤鱼	(82)	龙井茶“脑”	(102)
棒子鱼	(83)	老鸡炖鲜菇	(103)
椒泥蒸鱼	(84)	鸡汁绣球野生菇 ..	(104)
雪菜萝卜干蒸鱼	(85)	山药乌鸡盅	(105)
铁锅烧鱼块	(86)	桑拿百味鸡	(105)
		黄淮炖老鸡	(106)
		黑沙锅烫仔鸡	(107)
		乡村竹筒鸡	(108)
		鸡腿酥肉	(109)
		鸡茸鲜芦尖	(110)
		带骨酥鸭	(110)
鸡鸭鸽禽类			
台蘑蒸鸡	(87)		
脆皮仔鸡	(88)		
八珍烤鸡	(88)		
真菌扒整鸡	(89)		





九味烤卤鸭	(111)	蒜茸猪排	(131)
笋干扣酥鸭	(112)	豉蚝排骨	(131)
碧绿鸳鸯鸭	(113)	风味寸骨	(132)
招菜炒鸭丝	(113)	金豆炖猪手	(133)
松仁鸭丁	(114)	什锦罐焖猪手	(134)
八宝沙锅鸭	(115)	麻辣心花	(135)
葱爆鸭心	(116)	大葱烧蹄筋	(136)
鸽蝎相斗	(116)	异香猪肝	(137)
台蘑炖乳鸽	(117)	韭菜炒腰丝	(137)
什锦铁碗蛋	(118)	三色腰花	(138)
凤尾鸽蛋	(119)	樱红爽口肉	(139)

猪牛羊肉类

台蘑过油肉	(120)	蒜香脆皮肉	(140)
铁板过油肉	(121)	冬笋炒腊肉	(140)
菊花里脊	(122)	黄金狮子头	(141)
金银芽蒙香肉丝	(122)	肉苜百合莲	(142)
油梨焗肉块	(123)	酥炸鲜肉卷	(143)
烤花生里脊卷	(124)	烤白菜卷	(144)
云吞虎皮肘	(125)	风味炒合菜	(145)
明珠菜胆扒肘	(126)	松树猴头	(145)
荷叶粉蒸肉	(127)	一品土豆茸	(146)
梁山小烧肉	(127)	家乡烩“吊子”	(147)
荷叶花生蒸肉	(128)	红烧鞭花	(148)
荷饼回锅肉	(129)	淮杞牛髓盅	(149)
烤猪肉	(130)	秘制牛腱方	(150)
		黑椒牛柳	(150)
		果老蚝牛丁	(151)





孜香牛柳丝	(152)	珍珠玉米笋	(172)
鸡蛋炒牛肉	(153)	蒲棒山药	(173)
沙爹炒牛肉	(154)	酿百花猴头	(173)
锅仔炖牛柳	(155)	台蘑烧蕨菜	(174)
卵石爆嫩姜牛柳	(155)	百花长寿菜	(175)
酸菜嫩牛肉	(156)	彩球烧菜心	(175)
酥皮羊肉	(157)	扒三丝冬瓜卷	(176)
烤羊腿	(158)	双笋扒荟脯	(177)
龙眼柏籽羊肉	(159)	茄汁菜包	(178)
香菜炒羊肉丝	(160)	冬瓜三夹	(179)
孜然羊肉	(160)	绣球菜心	(179)
锅巴羊肉片	(161)	皮箱豆腐	(180)
沙锅烧羊肉	(162)	锅爆白菜包	(181)
清烧羊肉	(163)	两吃土豆	(182)
三元地羊肉	(164)	菊花冬瓜	(183)
北芪煨地羊	(165)	红烧素鸡卷	(183)
		大葱烧台蘑	(184)
		上汤萝卜丝	(185)
		芦笋鲜桃仁	(186)
		珊瑚虾仁豆腐	(187)
		苦尽甜来	(187)
		黄豆芽炒萝卜丝	(188)
		虎皮青椒	(189)
		晋中小炒	(190)
		仿真“过油肉”	(191)
		素炒“鳝丝”	(191)
植 物 类			
孔雀雪燕	(166)		
红扒“鱼翅”	(167)		
针菇扒竹笋	(167)		
鸳鸯“鱼翅”	(168)		
玉脂金绣球	(169)		
丰收在望	(170)		
金镶白玉脂	(170)		
酿青椒	(171)		





栗子烧白菜 ····· (192)	脆炸香蕉 ····· (207)
雪菜炒山药片 ····· (193)	拔丝龙眼葡萄 ····· (207)
炒大块 ····· (194)	拔丝南瓜丸子 ····· (208)
西芹夏果 ····· (194)	
枸杞荷兰豆 ····· (195)	脂羹汤类
清炒双黄菜 ····· (196)	三丝瑶柱盅 ····· (209)
香辣炒扁豆 ····· (197)	文思贝脯羹 ····· (210)
蜜瓜西芹炒百合 ··· (197)	酸辣乌鱼蛋汤 ····· (210)
杏黄烧茄子 ····· (198)	双芪牛冲汤 ····· (211)
蒜茸白菜 ····· (199)	梅花台蘑汤 ····· (212)
香菇扒菜腿 ····· (200)	西湖牛肉羹 ····· (213)
香菇扒白菜 ····· (201)	汾水小鸭 ····· (214)
上汤锅仔大白菜 ··· (201)	常青草鱼片汤 ····· (214)
金勾白菜煲 ····· (202)	晋阳酸辣蛋汤 ····· (215)
八珍豆腐煲 ····· (203)	凤凰粟米羹 ····· (216)
怡香茄子煲 ····· (204)	双色葡萄豆腐 ····· (216)
一品百合 ····· (204)	鲜杏仁奶茶 ····· (217)
凤梨八宝饭 ····· (205)	小米酪 ····· (218)
什锦酿南瓜 ····· (206)	





餐 前 冷 盘 类

龙凤呈祥



原料

主料：肥瘦肉 250 克，烧鸡 200 克。

辅料：白萝卜 1 个，心里美萝卜 1 个，胡萝卜 2 个，黄瓜 2 根，鸡蛋 5 个，冻粉、樱桃、芹菜、发菜各少许。

调料：精粉、味精、胡椒粉、生粉、香油各适量。



制法

1. 用白萝卜雕刻龙头 1 个、牡丹花十朵，用心里美萝卜雕刻凤头 1 个，用胡萝卜雕刻龙尾 1 个、龙爪 4 个，将刻好的造型同芹菜叶一起泡入清水中待用。

2. 鸡蛋打入碗中搅匀，锅置火上倒少许油，将蛋液摊成蛋皮。然后将肥瘦肉剁碎，加少许精盐、味精等调料和蛋液拌成馅，再抹在蛋皮上，最后横放一绺泡好的发菜卷起，用洁布包紧上笼蒸透。

3. 将烧鸡批成片，黄瓜洗净顺长批开，两边用盘加入，中间不要切通，正刀为一段，用手搓成凤尾状，加调味腌渍，将 1 个鸡蛋煮熟后剥去皮切成片。将炒锅上火放少许清水，把冻粉化开，撇沫，稍加绿菜汁成浅绿色，倒在大盘中冷却。

