



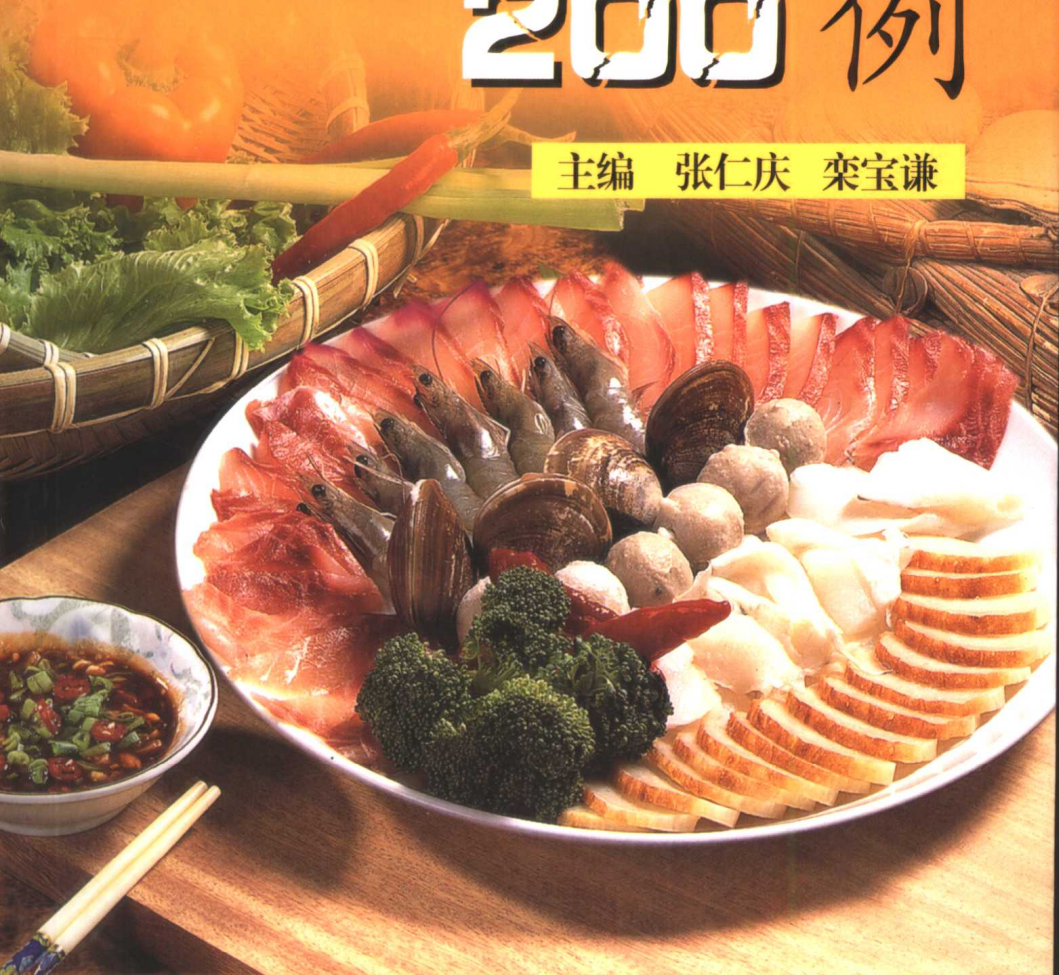
中国食文化丛书

传统

家常鲁菜

200 例

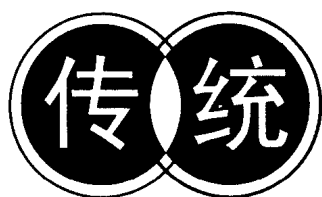
主编 张仁庆 栾宝谦



上海科学技术文献出版社



中国食文化丛书



家常鲁菜 200例

主编 张仁庆 栾宝谦

上海科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

传统家常鲁菜 200 例 / 张仁庆等主编. —上海: 上海科学技术文献出版社, 2004. 6

ISBN 7-5439-2329-7

I. 传… II. 张… III. 菜谱-山东省

IV. TS972.182.52

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 037846 号

责任编辑: 于学松

封面设计: 曾卫华

传统家常鲁菜 200 例

主编 张仁庆 栾宝谦

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路 2 号 邮政编码 200031)

全国新华书店经销

江苏昆山市亭林彩印厂印刷

*

开本 850×1168 1/32 插页 2 印张 6.375 字数 148 000

2004 年 6 月第 1 版 2004 年 6 月第 1 次印刷

印数: 1--6 100

ISBN 7-5439-2329-7/T·758

定价: 12.80 元

【汇泉三鲜】

山东 李双玉 制作



【淄博豆腐箱】 山东 郭增 制作

【金鱼莲花鱼肚】

山东 陈宝林 制作



【芙蓉鸡片】 山西 赵建平 制作

【兰花海参】 山东 柳朋兴 制作



【蟹黄鱼翅】 山东 孙汉文 制作



【百花蟹斗】 山东 宋作文 制作



【葱姜炒龙虾】 北京 西苑饭店 制作

传统家常鲁菜200例



【佛手酥】
河北尹凤制作



【孔府海参】北京温南制作



【乌龙戏珠】天津红楼大酒店制作

【清蒸鲍鱼】
辽宁韩吉光制作



【骑马肠】

山东 李吉刚 制作



【芝麻香鱼扇】

山东 门成波 制作



【猪皮冻】

山东 五月花大酒店 制作



传统鲁菜 百菜之王

齐鲁之邦 文化流长

内 容 简 介

鲁菜(山东菜的简称)是我国四大菜系之一,是东方菜系的重要组成部分;经过历代厨师的继承发扬、开拓、创新,现在保留、继承下来的菜点有 3000 余种。在此基础上,我们特精选出 246 种常见、常用、消费者喜欢、多数人熟悉的菜点,介绍给读者。书中的菜式均出自名师之手,来自北方各大饭店、宾馆、酒楼。标题中写有 200 例,但实际内容远超过此数字。书中文稿部分有 166 例都是 1949 年以前“北京八大楼”、“八大堂”的老厨师记录下来的原稿,其他 80 例及概述部分是由山东烟台商业技工学校,山东劳动厅东方大厦,五月花大酒店,淄博饭店,青岛汇泉海鲜大酒店,黑龙江、辽宁等地的名厨名师(详见编委名单)提供写作素材,我们在此基础上历经 10 年时间,综合整理、严格筛选、认真编写而成。此书集鲁菜传统菜之精华,传名菜制作绝技之大成。是一本值得一读的好书。

本书适合烹饪爱好者、专业厨师、烹饪院校的人员阅读,更是从事烹饪教学、烹饪研究工作者的必备读物。

《传统家常鲁菜 200 例》

编委会名单

丁维泰	于学先	于长禄	于振江	马元福	门成波
尹 凤	孔兆恩	车锡柏	牛铁柱	王连江	王义平
叶支壮	丛培德	孙汉文	孙文刚	孙立华	刘纪萍
刘志勇	刘志海	刘兴伟	刘兴军	刘国利	毕恩德
毕冠军	毕可状	吕 俊	朱秉中	朱士金	张仁庆
张廉明	张亚琴	张志广	张玉河	张韶云	张 乐
宋作文	宋 彬	李明全	李双玉	李志刚	李 刚
李光远	李少伟	李 伟	李连兴	李天堂	李铁军
李长峰	李长茂	沈赞峰	初立健	时广元	吴金德
赵庆华	赵 彦	赵 岭	赵建民	赵甲林	赵树凤
周建海	周今童	周海生	孟金条	陈学真	陈锡山
陈宝林	陈 勇	林承步	邹德昌	金 英	柳朋兴
查国强	侯新敏	郭经伟	郭玉刚	郭志新	郭祖祥
郭 增	郭延祥	高炳义	高 睿	高速建	高 峰
栾宝谦	崔鸿秋	崔双林	董国斌	董国龙	傅振良
韩吉光	褚历强	曹新国	曹建萍	管延松	樊缙杰
戴书经	王建国	贾富源	姚海扬	顾乐文	赵嘉祥
刘文田	李世君	刘昌源	孟庆华	萧德昌	李志仁
刘仁民	曲忠良	孙 鹏	何世恩		

参加本书编辑人员

张仁庆	赵庆华	郭启夫	赵 军	赵 岭	王义平
张韶云	范建宁	李学琪	王敬义	孔繁启	尹福荣
刘新利	尹兰梅	王建山	刘 佳	程 龙	于茉莉
曹玉军	曹 硕	卜龙刚			

参加本书摄影人员

王建华	李方宇	李正权	曲 良	张仁庆	张星三
林裕超	钱 辛				

指导老师 技术顾问

于建民	杜广贝	王志坚	王树亭	王 美	王美萍
冯宏来	史瑞彩	孙汉文	邢振龄	刘金福	刘自华
李 刚	李志刚	李光远	张久生	张志广	肖永利
邵红卫	孟祥萍	程汝明	林承步	郑秀生	赵鸿彬
胡光旭	郭文彬	栾宝谦	高 山	黄子云	谢亚雄
潘政龄	霍增海	吴连登	康 辉	康富有	董世国
陈玉亮	时广南	崔玉芬	肖玉斌		

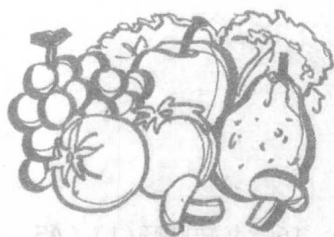
目录

C O N T E N T S

前言

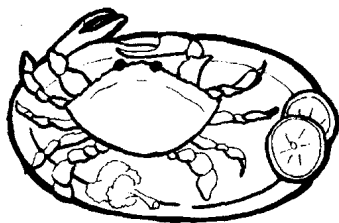
概述

- (一) 济南风味菜 / 3
- (二) 胶东风味菜 / 5
- (三) 鲁西风味菜 / 7
- (四) 孔府菜 / 8
- (五) 北京的山东饭馆 / 11
- (六) 天津的山东饭馆 / 14
- (七) 辽宁的山东饭馆 / 14
- (八) 鲁菜名师 / 15
- (九) 鲁菜常用名词解释 / 17
- (十) 鲁菜的现状透析与发展趋势 / 20
- (十一) 鲁菜应重振雄风 / 29



制作方法

- (一) 胶东风味 / 33
 - 1. 山东菜 / 33
 - 2. 砂锅鱼翅 / 33



3. 三不沾 / 36
4. 烩乌鱼蛋 / 36
5. 糟熘鱼片 / 37
6. 干煎鱼 / 38
7. 爆炒鱿鱼卷 / 39
8. 海参肝糕汤 / 40
9. 一品大虾 / 40
10. 清汤白燕归巢 / 42
11. 氽鸡蓉虾球 / 42
12. 扒四宝 / 45
13. 氽翡翠丸子 / 43
14. 樱桃肉 / 44
15. 荤素扣肉 / 44

16. 九转肥肠(1) / 45
17. 炒辣子鸡丁 / 45
18. 清炒生鸡丝 / 45
19. 锅烧鸭子 / 46
20. 醋椒鱼 / 47
21. 芫爆散丹 / 47
22. 红扒海参 / 48
23. 莲蓬鱼 / 48
24. 芙蓉虾片 / 48
25. 炒芙蓉虾仁 / 49
26. 炒芙蓉干贝 / 49
27. 炒桂花干贝 / 50
28. 炒木须虾仁 / 50



29. 清炒鳝鱼丝 / 51

30. 茼爆鳝鱼片 / 51

31. 锅塌鲍鱼盒 / 51

32. 氽鱼片 / 52

33. 氽虾片 / 52

34. 炸虾球 / 53

35. 炸高丽鱼条 / 53

36. 干煸大虾 / 53

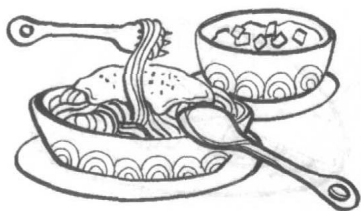
37. 炸空心虾脯 / 54

38. 高丽虾球 / 54

39. 糟溜鱼片 / 55

40. 氽四宝 / 55

41. 溜虾段 / 55



42. 干煎鳊鱼 / 56

43. 煎虾饼 / 56

44. 清蒸鲥鱼 / 57

45. 面包虾仁 / 57

46. 奶汤干贝菜花 / 58

47. 桃仁肥鸭 / 58

48. 五香腰片 / 59

49. 鸡翼香菇汤 / 60

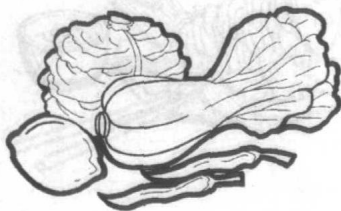
50. 口蘑鸭子 / 60

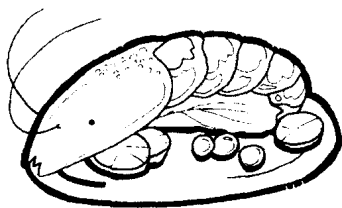
51. 砂锅散丹 / 60

52. 酱汁鲤鱼 / 61

53. 煎转黄鱼 / 61

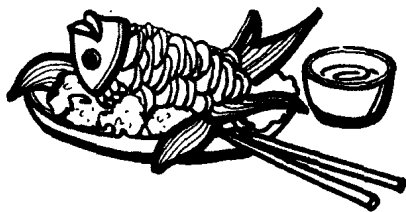
54. 白扒鸭条加糟 / 62





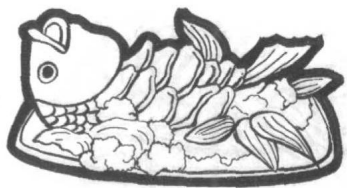
- 55. 红扒鱼翅 / 62
- 56. 黄焖鸭条海参 / 63
- 57. 清汤八珍鱼翅 / 63
- 58. 红烧三丝鱼翅 / 64
- 59. 锅烧鸡 / 64
- 60. 清香荷包鱼肚 / 65
- 61. 朴素全鱼 / 65
- 62. 清蒸合页鱼 / 67
- 63. 鲜奶贝脯 / 68
- 64. 家常焖鱼 / 69
- 65. 芙蓉蟹斗 / 69
- 66. 整鱼两吃 / 70
- 67. 煎烹鱼盒 / 72

- 68. 金裹蛎子 / 73
- 69. 葱烧海参(1) / 74
- 70. 捶烩鱼丝 / 74
- 71. 爆金银鱼丁 / 75
- 72. 鱼茸什锦 / 76
- 73. 椒爆蛭头 / 77
- 74. 炸瓢貽贝 / 78
- 75. 绣球干贝 / 79
- 76. 泰山人参 / 80
- 77. 首乌小鸡丁 / 82
- 78. 红烧肘子 / 83
- 79. 蕃茄松鼠鱼 / 84
- 80. 辣爆鱼仁 / 85

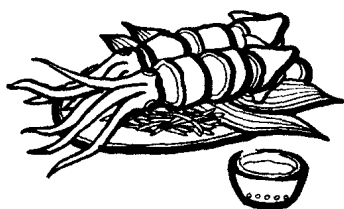


(二) 济南风味 / 86

- 81. 卤煮四宝 / 86
- 82. 粉皮辣鱼 / 87
- 83. 油爆鸡肝丁 / 88
- 84. 贵妃鸡 / 88
- 85. 脆皮鸭子 / 89
- 86. 清汤燕菜 / 90
- 87. 芙蓉燕菜 / 90
- 88. 炸笋鸡腿 / 91
- 89. 炸芝麻鸭肝 / 91
- 90. 高丽松花 / 91
- 91. 烩生鸡丝 / 92
- 92. 蘑菇鸡 / 92



- 93. 蜜汁苹果 / 93
- 94. 蒸什锦蛋糕 / 93
- 95. 酿苹果 / 94
- 96. 余竹笋鸽蛋 / 94
- 97. 锅塌龙须 / 94
- 98. 烧二冬 / 95
- 99. 锅塌豆腐 / 95
- 100. 烤蒸笋鸡 / 96
- 101. 柴把鸭子 / 96
- 102. 锅贴鸡 / 97
- 103. 清炒鸡泥豌豆 / 97
- 104. 鸡豆花 / 97
- 105. 糟熘鸭肝 / 98



- 119. 锅塌鳊鱼 / 104
- 120. 炒佛水鱼 / 104
- 121. 清炒蚕豆 / 105
- 122. 拖蒸鱼 / 105
- 123. 炸面包盒 / 105
- 124. 干蒸鲫鱼 / 106
- 125. 宫爆肉丁 / 106
- 126. 茼爆双脆 / 107
- 127. 氽猪肚 / 107
- 128. 烧肥肠 / 108
- 129. 干炸里肌 / 108
- 130. 肉片焖冬笋 / 108
- 131. 山东丸子 / 109

- 106. 锅塌鸡片 / 98
- 107. 炸纸包鸡 / 99
- 108. 炸八块 / 99
- 109. 干爆鸭 / 99
- 110. 溜鸡卷 / 100
- 111. 清炖鸭子 / 100
- 112. 炸蛋黄鱼 / 101
- 113. 煎糟鱼 / 101
- 114. 原汤口蘑丁鸡翼 / 102
- 115. 酱爆鸡丁 / 102
- 116. 酱爆熏鸡 / 103
- 117. 茼爆鸡条 / 103
- 118. 蝴蝶海参 / 103

