

五味俱全 吃啥做啥

面条·馄饨

任家常 主编 牛援岭 副主编



黑龙江科学技术出版社

五味俱全 吃啥做啥

面条·馄饨

任家常 主编 牛援岭 副主编



黑龙江科学技术出版社
中国·哈尔滨

图书在版编目(CIP)数据

面条·馄饨/任家常主编. —哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2004. 5

(五味俱全吃啥做啥)

ISBN 7-5388-4613-1

I. 面... II. 任... III. 面食-食谱
IV. TS972.132

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 025602 号

责任编辑: 赵春雁

封面设计: 孙振杰

摄影: 刘振华

五味俱全 吃啥做啥

面条·馄饨

MIANTIAO HUNTUN

任家常 主编 牛援岭 副主编

出版 黑龙江科学技术出版社
(150001 哈尔滨市南岗区建设街 41 号)
电话 (0451) 53642106 电传 53642143 (发行部)

印刷 哈尔滨市工大节能印刷厂

发行 全国新华书店

开本 889 × 1194 1/48

印张 10

字数 200 000

版次 2004 年 6 月第 1 版 · 2004 年 6 月第 1 次印刷

印数 1 - 5 000

书号 ISBN 7-5388-4613-1/TS·335

定价 40.00 元 (全套共 5 册)



Q I A N Y A N

Q I A N Y A N

Q I A N Y A N

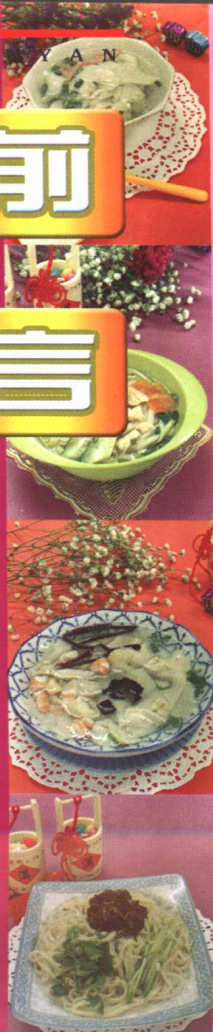
前

言

随着物质生活的极大丰富和人们生活水平的不断提高,广大人民群众对日常生活中经常食用的主食越来越注重,作为一般的面点爱好者,很多人苦于没有相应的制作经验和参照物,所以制作起来非常困难,为了满足广大人民群众的要求,由中国烹饪大师、面点高级技师、高级讲师任家常先生领衔,国家级面点技师马玉贵先生,中国烹饪大师、高级面点技师房双岭先生等共同参与编写了本套主食系列丛书。目的在于为广大人民群众提供一个制作主食花样实例,丰富人民群众的日常生活。本书在原料的选择、面点的制作等各方面都有一定的创新,贴近生活,易于制作,并配有部分具有代表意义的、新颖的图片作为参照,便于读者学习和掌握。

本系列丛书,是一套实用性比较强的面点制作技术参考书,我们希望本系列丛书能够给面点爱好者以启迪和帮助,这是我们出版这套丛书的根本目的。

编者



目

7 ----- 排骨面

9 ----- 炸酱面

11 ----- 家常面

13 ----- 三鲜家常面

15 ----- 肥肠擀面

17 ----- 海鲜鲷螺面

19 ----- 辣椒蟹肉面

21 ----- 香菇鸡肉面

23 ----- 鸡丝荞麦面

25 ----- 阳春面

27 ----- 什锦炒烩面

29 ----- 五彩猫耳面

31 ----- 梅菜鲜肉馄饨

33 ----- 三鲜肉馄饨

35 ----- 鱼肉馄饨

37 ----- 牛肉馄饨

39 ----- 鲜肉馄饨

41 ----- 鸡肉面片汤

干贝疙瘩汤 ----- 43

高汤面片 ----- 45

三鲜面片汤 ----- 47

朝鲜冷面 ----- 48

麻辣面 ----- 49

鱼翅面 ----- 50

鲜鱿猫耳面 ----- 51

抻面 ----- 52

肉丝面 ----- 53

麻酱面 ----- 54

三鲜面 ----- 55

打卤面 ----- 56

鸡丝面 ----- 57

清汤面 ----- 58

鸡蛋面 ----- 59

肉丝炒面 ----- 60

虾仁炒面 ----- 61



录

- 
- 62 ----- 牛肉豆花面
63 ----- 鱼翅龙须面
64 ----- 鲜鱿鸡蛋面
65 ----- 豆芽凉面
66 ----- 清汤金丝面
67 ----- 三丁猴头面
68 ----- 腊肉炒面
69 ----- 三鲜烩面
70 ----- 鸡丝炒蛋面
71 ----- 鱼丁空心面
72 ----- 海三鲜刀削面
73 ----- 豉汁龙虾面
74 ----- 鸡脯面片
75 ----- 烩面片
76 ----- 冬笋青椒面片
77 ----- 虾仁蝌蚪面
78 ----- 烤鸭面疙瘩
- 鱼肉面片 ----- 79
珍菇牛肉馄饨 ----- 80
冬菇馄饨 ----- 81
三鲜馄饨 ----- 82
鸡肉蘑菇馄饨 ----- 83
茄丁馄饨 ----- 84
酸菜牛肉馄饨 ----- 85
鸡肉豌豆馄饨 ----- 86
干贝鲜肉馄饨 ----- 87
菠菜鲜肉馄饨 ----- 88
雪菜鲜肉馄饨 ----- 89
芹菜牛肉馄饨 ----- 90
韭黄鲜肉馄饨 ----- 91
鲜肉蛋黄馄饨 ----- 92
鳕鱼馄饨 ----- 93
荠菜鲜肉馄饨 ----- 94
四季豆鲜肉馄饨 ----- 95
鲜肉虾仁馄饨 ----- 96



排骨面



口味 口味

筋道,色美,味鲜。



提 醒

面条煮制时间不要过长,现煮现吃。



原料

抻面 500 克, 酱排骨 250 克, 精盐 12 克, 味精 8 克, 香菜 10 克, 香油 3 克, 高汤 1000 克。

制

作

方

法

将熟排骨切成四五厘米的段待用;将抻面煮熟后分别放入两个碗内,把排骨放在上面;勺内加清汤煮沸后加入精盐、味精、香油、香菜,浇在抻面上即可。





炸酱面



口味

口感

口味醇香咸鲜,质地软滑。



提 醒

卤儿以肉和大葱为主料,酱
为辅助原料口味较好。



原料

熟抻面条 250 克,猪肉 100 克,青菜 10 克,豆瓣酱
50 克,油 10 克,葱 3 克,姜 2 克,淀粉 10 克,食盐 2
克,味精 3 克,清汤 200 克,味精 8 克,香菜 10 克,香油
3 克,高汤 1000 克。

制

作

方

法

猪肉切成小丁,葱切末,青菜切成小丁,姜切末。将熟抻面条放入碗中待用。勺内加油烧热,将猪肉下勺煸炒,炒到六成熟时,再把酱下到勺内翻炒,待酱炒熟时,再加葱、酱略炒,添上清汤,加上食盐,烧沸后加味精,用淀粉勾芡,浇在面条上,放上青菜即可。





家常面



口味

口感

口味鲜香，面条筋道，
爽滑。



提醒

面条煮制时间不要过长，现
煮现吃。



熟抻面条 250 克，猪肉 100 克，虾仁 10 克，海参
15 克，油 10 克，葱 3 克，姜 2 克，淀粉 10 克，食盐 2
克，味精 3 克，清汤 200 克。

制

作

方

法

面粉加碱、盐，用凉水 2000 克调成面团，揉匀后，用淀粉做补
面，擀成大张薄片，折叠起来用刀切成 1.5 厘米的面条。待水开
后，将面条下锅煮熟，捞出放入凉开水中过一下，将水控净，分为
每碗 250 克，待用。猪肉、虾仁、海参、葱、姜切成末。油下勺烧热，
将肉末、葱姜末下勺略炒出香味，再将酱油及调味原料加入，加上
清汤、虾仁、海参，待烧开后，再加香油浇在面条上即可。





三鲜家常面

lei

面条类



口味

口味

口味清爽，味鲜，吃口
有劲滑润。



提醒

面条煮制时间不要过长，现
煮现吃。



原料

面粉 500 克，虾仁 25 克，水发海参 20 克，鸡肉 25 克，青菜适量，味精 3 克，香油 5 克，酱油 5 克，食盐 10 克，干淀粉 50 克，葱少许，香菜 50 克，清汤 500 克，碱 3 克。

制

作

方

法

面粉加碱和成较硬的面团，揉匀后用淀粉做补面，擀成大张薄片，折叠起来，切成面条，待水开后，把面条下入锅中煮熟捞出，用凉水过一下，分为每碗 250 克待用。将虾仁、海参、鸡肉、清汤、酱油、食盐、味精、葱丝一并下入勺内，烧开后加酱油、青菜、香菜，再加香油浇在面条上即可。



肥肠擀面



口味

口感

油润滑爽, 鲜辣。



提醒

面条煮制时间不要过长, 现煮现吃。



原料

面粉 500 克, 熟肥肠 180 克, 精盐 10 克, 野山椒、大料各适量, 苹果 2 克, 豆豉 10 克, 红泡椒 20 克, 香菜末 15 克, 鸡精 10 克, 花椒油 5 克, 混合油 80 克, 鲜汤 300 克。

制

作

方

法

熟肥肠切成 1 厘米长的段, 野山椒去蒂剥成粒; 锅内放混合油烧至五成热时, 下肥肠、红泡椒、豆豉炒香, 再下入野山椒略炒, 加以上调味料、鲜汤烧开, 改小火将肥肠炖好, 即成肥肠汤卤。面粉加清水、精盐揉和成面团, 盖上湿纱布饧 15 分, 面团放案上, 撒上补面, 擀成薄面皮, 再切成细条, 抖散, 入沸水锅中煮熟, 捞出放入碗内, 浇肥肠汤卤, 撒上香菜末即成。



