


菜谱系列·家常风味菜丛书

赵锡平 编著

巧做私房菜



 羊城晚报出版社



图书在版编目(CIP)数据

巧做私房菜/赵锡平编著. —广州: 羊城晚报出版社, 2005. 2

(菜谱系列·家常风味菜丛书)

ISBN 7-80651-310-8

I. 巧… II. 赵… III. 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第007265号

责任编辑 黄初镇 黄捷生 吴伯衡
责任技编 汤卓英
策 划 韦 光
封面设计 莫晓林
摄 影 Raymond (香港专业摄影师)



巧做私房菜

QIAOZUO SIFANG CAI

出版发行/ 羊城晚报出版社(广州市东风东路733号 邮编: 510085)

发行部电话: (020)87776211转3824

经 销/ 广东新华发行集团

印 刷/ 广东省中山新华商务印刷有限公司

地 址/ 广东省中山市火炬开发区逸仙大道 (邮编: 528437)

规 格/ 787毫米×1092毫米 1/16 印张 6 字数 30千

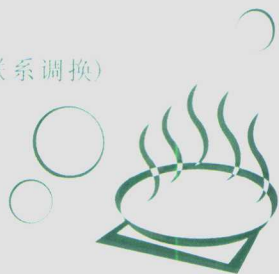
版 次/ 2005年2月第1版 2005年2月第1次印刷

书 号/ ISBN 7-80651-310-8/TS·24

定 价/ 18.00元

版权所有 违者必究

(如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换)



菜谱系列·家常风味菜丛书

赵锡平 编著

巧做私房菜



 羊城晚报出版社

前言

QIAN YAN

每一个精通厨艺的人都有自己独特的拿手菜式，这就是被奉为独门手艺的“私房菜”。《巧做私房菜》材料常见常用，做法简单易学，既包含了家常菜谱的简易，又兼顾了色香味之特色，通过简单的原料和做法烹制出风味独特的家常菜式，配以精美的图片和简明扼要的文字，特别适合家庭烹饪者使用。





目录



干煸冬笋	5
生煎肉	7
五柳全鱼	9
咖喱炒干丝	11
沙茶牛肉	13
干煸排骨	15
赤小豆烧鲤鱼	17
红豆烧鲤鱼	19
粉蒸鸭	21
云耳蒸福寿鱼	23
油爆肚仁	25
宫保鸡丁	27
荷包鲫鱼	29
冬笋烧田鸡	31
咸肉春笋	33
清远白切鸡	35
金菇炒黄鳝	37
蒜姜爆牛腩	39
炆双色片	41
芥蓝炒双鱿	43
麻辣鱼脯	45
香辣里脊	47
葱油鲜鱿卷	49
红烧鳗鱼	51
乳香鲶鱼	53
芥蓝炒肾球	55

啤酒鲶鱼	57
花椒鸭块	59
陈皮蒸桂花鱼	61
素溜西兰花	63
酿苦瓜	65
啤酒焖牛肉	67
嫩豆腐烧鲶鱼	69
鱼香大虾	71
脆皮炸鸡腿	73
葱包五花肉	75
家乡南肉	77
麻婆豆腐	79
炒素三鲜	81
红烧甲鱼	83
芝麻里脊	85
怪味焖牛肉	87
葱烧鱼皮	89
焦熘脆鲤鱼	91
象牙里脊	93
干煸四季豆	95



MULU

Ganbiandongsun



干煸冬笋

用料

冬笋	100克
猪瘦肉	100克
芽菜	20克
料酒	适量

做法



1 冬笋洗净，切条；猪瘦肉切成碎粒，再剁成末；芽菜轻微淘洗干净，切小段。



2 锅置旺火上，下入菜油烧至七成热时，放入冬笋煸炒至笋条成熟过心，表面微黄变蔫时捞出。



3 锅内留油少许，放入猪肉末、精盐、酱油、料酒，炒至肉末散、味酥香、色泽金黄时，加入冬笋、芽菜炒熟即可。

提示



竹笋一年四季皆有，但以冬笋、春笋的味道最佳。

Shengjianrou



生煎肉

用料

猪里脊肉	300克
鸡蛋	2个
绍酒	25克
洋葱	30克



做法



1 洋葱洗净，切成碎末；猪里脊肉洗净，切片；鸡蛋打入碗中。



2 猪里脊肉中加入绍酒、鸡蛋、干淀粉搅拌均匀；热油起锅，入猪里脊肉炒至变色时下入洋葱末。



3 加入调味料炒至肉片、洋葱熟时勾芡起锅即可。

提示



打蛋时须提防被蛋壳上的细菌污染。

Wulianguanyu



五柳全鱼

用料

草鱼	1条
水发香菇	25克
冬笋	50克
熟火腿	15克
葱花	5克
绍酒	25克
姜丝	6克



做法



1 鱼剖净，对切成两半，斜批（深切但不切断）5刀，第3刀处切断；香菇、冬笋、火腿洗净，切丝。



2 锅内放水烧沸，放鱼加盖至沸时撇去浮沫煮熟，放入料酒、酱油，然后将鱼捞出排入盘中。



3 锅内留少量汤，加入火腿丝、冬笋丝、香菇丝、白糖、醋、湿淀粉，搅成浓汁后浇遍鱼全身，撒上葱花、姜丝即成。

提示



草鱼肉嫩而不腻，可以开胃，滋补，尤宜于身体瘦弱、食欲不振之人食用。

Galichaoqansi



咖喱炒干丝

用料

豆腐干 7块
笋肉 50克
绍酒 5克



做法



1 将豆腐干、笋肉分别洗净，切成细丝。



2 炒锅置中火上烧热，下菜油至六成热时，下笋丝、豆腐干丝煸炒至熟。



3 放入咖喱粉炒香，溅入绍酒，加精盐继续煸炒约1分钟，用湿淀粉勾薄芡，加入味精，淋入芝麻油，出锅装盘即成。

提示



豆腐干中含丰富的大豆蛋白，经常食用可以降低血脂，保护血管，预防心血管疾病。

Shachaniurou



沙茶牛肉

用料

瘦嫩肉	250克
芥蓝菜叶	50克
鸭蛋	2个
沙茶酱	适量
蒜末	适量
姜末	适量
绍酒	适量



做法



1 牛肉洗净切片；芥蓝叶洗净，切短片。



2 鸭蛋取蛋清；将牛肉与蛋清、绍酒、湿淀粉抓匀后入油锅拉油；另锅置火上，爆香蒜末、姜末，下芥蓝菜叶炒熟。



3 加入沙茶酱、牛肉、精盐、味精翻炒拌匀至熟后，勾芡装盘即成。

提示



芥蓝口感爽脆，可加快胃肠蠕动助消化。

Gambianhaigu



干煸排骨

用料

猪排骨	500克
青椒	50克
郫县豆瓣	30克
干辣椒	10克
姜片	5克
蒜片	5克
料酒	15克
葱段	适量



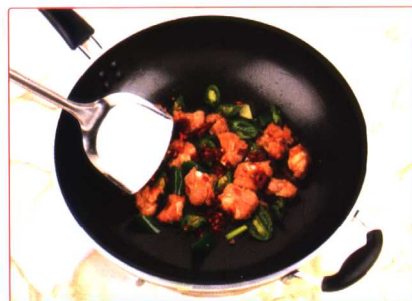
做法



1 排骨洗净斩件；青椒洗净，去籽、蒂切片；干辣椒去籽、蒂，切节。



2 锅中烧油，六成热时下排骨，炒至表面呈浅黄色时捞起。



3 加入料酒煸干排骨表面水分，下郫县豆瓣炒香上色，再下干辣椒、姜片、蒜片、青椒，熟后下调味料拌匀即成。

提示



青椒香辣可增强食欲。