

吴杰主编

典故美食 精选



金盾出版社

内 容 提 要

典故美食是中国烹饪艺苑中一颗璀璨的明珠。本书精选了历代名厨在特定历史条件下创制而成的典故美食 60 种,使您在习做、品尝美食的同时,感受动人的典故传说。每种一图,对每款美食的来历及用料配比、制作方法、成品特点等均作了具体介绍,对主要制作过程还配有示范图片。本书图文并茂,科学实用,好懂易学,既适合广大家庭阅读使用,也可供餐饮业人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

典故美食精选/吴杰主编;吴昊然等编著. —北京:金盾出版社, 2004. 9

ISBN 7-5082-3152-X

I. 典… II. ①吴…②吴… III. 面点-制作-中国
IV. TS972.116

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 079656 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 66882412

传真:68276683 电挂:0234

封面印刷:北京精彩雅恒印刷有限公司

正文印刷:北京精美彩印有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:3.875 彩页:124 字数:55 千字

2004 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1—13000 册 定价:19.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

典故美食精选

主 编 吴 杰
编 著 吴昊然 夏 玲 郭玉华 刘 捷
李 松 孙红光 陆春江 王桂杰
摄 影 吴 杰

金 盾 出 版 社

前 言

中国烹饪有非常悠久的历史，以其技艺精湛、风味独特而蜚声世界。典故美食是中国烹饪艺苑中一颗璀璨的明珠，是历代名厨在特定历史条件下创制而成的。每一种美食都有一段动人的故事，使您在习做和品尝美食的同时，还能感受到典故传说的动人意境，让您更加了解中国饮食文化的博大精深，使您回味无穷。

目前，国内详细介绍典故美食并配有精美彩色图谱的专著尚不多见，为了满足广大烹饪工作者及美食爱好者的需求，我们会同全国各地烹饪名师，撰写了这本《典故美食精选》。本书从众多典故美食中精选了最具代表性又独具特色的60种，其原料易取，制作简便，按书习做，定能把典故美食做得有滋有味，从而促进家人的健康，给家庭生活带来欢乐与温馨。本书不仅适合广大家庭学习制作，而且适合宾馆、酒店及大小餐馆从业人员阅读使用，还可供餐饮培训学校教学参考。

编 者

2004年5月

目 录

赤壁东坡饼 … (4)	石头门坎	春卷 …………… (86)
西山东坡饼 … (6)	素包 …………… (48)	芸豆卷 …………… (88)
京东肉饼 …… (8)	羊眼包子 …… (50)	棺材板 …………… (90)
黄桂柿子饼 … (10)	老二位饺子 … (52)	果子干 …………… (92)
杨家吊炉饼 … (12)	吴记熏肉	豌豆黄 …………… (94)
金钱萝卜饼 … (14)	水饺 …………… (54)	示灯粑粑 …… (96)
胡麻饼 …………… (16)	钟水饺 …………… (56)	驴打滚 …………… (98)
光饼 …………… (18)	清汤泡糕 …… (58)	江米藕 …… (100)
徽州饼 …………… (20)	花糕 …………… (60)	候口馒首 … (102)
黄桥烧饼 …… (22)	打糕 …………… (62)	贡馍 …………… (104)
老槐树烧饼 … (24)	陆记烫面	南翔馒头 … (106)
褡裢火烧 …… (26)	炸糕 …………… (64)	寿桃 …………… (108)
乾州锅盔 …… (28)	泡泡油糕 …… (66)	小红头 …… (110)
王麻子锅贴 … (30)	崇庆冻糕 …… (68)	小窝头 …… (112)
黄豆肉饅 …… (32)	耳朵眼炸糕 … (70)	擂沙圆 …… (114)
娥姐粉果 …… (34)	血糕 …………… (72)	鸽蛋圆子 … (116)
棒槌果子 …… (36)	重阳栗糕 …… (74)	羊肉抓饭 … (118)
馓子麻花 …… (38)	度小月担	腊八粥 …… (120)
金线油塔 …… (40)	仔面 …………… (76)	小绍兴鸡粥 … (122)
三丁包子 …… (42)	老友面 …………… (78)	
凤球包子 …… (44)	云梦炒鱼面 … (80)	
开封第一楼	担担面 …………… (82)	
小笼包子 … (46)	炒疙瘩 …………… (84)	

赤壁东坡饼



典故 相传，北宋元丰二年(1079)，大诗人苏轼被朝廷贬为黄州团练副使，居住在湖北黄冈赤壁睡仙亭。当时在睡仙亭北安国寺内有位长老参寥和尚，经常与苏轼在一起下棋、赋诗，两人相处感情甚笃。苏轼喜欢吃油酥食品，长老参寥便时常制作精致的千层油酥饼款待苏轼，在当时被人们传为佳话。后来，千层油酥饼的制作方法流传到民间，百姓们非常喜欢，并称此饼为“赤壁东坡饼”，一直流传至今。现在，赤壁东坡饼已成为湖北著名小吃，人们在品尝这色泽金黄、形态娇好、酥脆香甜的赤壁东坡饼时，仍忘不了传叙那段已流传千年的佳话。



原 料

面粉 500 克，鸡蛋清 1 个，精盐 1.5 克，苏打 2 克，白糖 225 克，香油 1500 克。

制作步骤



鸡蛋清入容器内搅散，加入精盐、苏打及清水 250 克调匀，倒入面粉和成面团。将面团揉匀搓成长条，揪成 5 个剂子，搓成圆坨放在涂满香油的瓷盘内饧 10 分钟。

锅内放入余下的香油烧至七成热，饼坯平放在锅内，轻轻拨动至浮起，翻面再炸至呈金黄色捞出，每张饼撒白糖 45 克即成。



案板刷上香油，取一个剂子擀成长方形薄片，刷上香油，两边从外向内卷成双筒状，抻成 1 米长的条，再从两端向中间卷，卷成一大一小的两个圆饼坯叠起，放在香油盘内饧 5 分钟。



操作提示

饧面剂子冬天需 1 小时。炸制时油温不能太低。

西山东坡饼



典故 相传，北宋大诗人苏轼在任黄州团练副使时，经常到黄州对岸鄂城境内风景秀丽清幽的西山游玩，山上的灵泉寺是苏轼每次必游之地，寺内的僧人与苏轼都很熟识，每次都用泉水沏茶、油煎麦面饼拌糖款待他。苏轼每次品尝后都高兴得赞不绝口。清朝同治年间，湖广总督官文到西山观光，并在灵泉寺品尝到此饼，食后连声称好，并问寺内长老此饼何名？长老宏儒思索片刻笑答曰：“此乃西山东坡饼。”从此，西山东坡饼便流传开来。如今，西山东坡饼已成为湖北著名小吃，深受百姓的欢迎，也是各大宾馆、酒店宴席上的一款美味点心。



原 料

面粉500克，精盐3克，白糖125克，香油1500克。

制作步骤

1



面粉450克加精盐及水拌和，揉至面团不粘手，盖上湿布饧30分钟。面团放在案板上，撒上余下的面粉略揉，搓条，揪成5个剂子，逐个擀成圆片，刷上香油，从两边向中间卷成圆筒状，再从两端向中间卷起，盖上湿布饧15分钟。

余下的香油倒入锅中烧至七成热，将饼小圈面朝下放入锅内炸至浮起，用锅铲轻拍，翻面再炸至中心凸起，饼层分明，色泽金黄时捞出装盘，每张饼撒白糖25克即成。

2



饧好后拉开折叠的两端，成双筒形，抻成1米长的条，从两端向中间卷，卷时条缝朝上，一端多卷一圈，一端少卷一圈，叠起呈螺旋状，翻面饧5分钟，擀成圆饼坯。

3



操作提示

要掌握好火候油温，饼坯刚下油炸时要轻轻翻动，以免糊锅。

京东肉饼



典故 相传，京东肉饼源于老北京城东的夏垫镇（今大厂回族自治县），创制人名叫杨景禄（别名大麻七）。此饼一问世便以其色泽金黄，外焦里嫩，馅香油润，味美可口等特点而深得人们的喜爱，在当地小有名气。传说，清朝乾隆皇帝曾于1770年路过夏垫镇，品尝了杨景禄创制的肉饼后非常满意，并对此饼的色香味赞不绝口。从此，此饼名声大震，北京城里的人也纷纷到夏垫镇来品尝肉饼，肉饼店的生意更加红火。因夏垫镇位于北京城东，所以人们称此饼为“京东肉饼”。如今，京东肉饼已遍及北京城的大小餐馆、食摊，成为北京城的著名风味小吃之一。



原 料

面粉500克,牛肉馅500克,大葱80克,姜末、豆豉、黄酱各15克,精盐、味精各2克,香油25克,植物油50克。

制作步骤



面粉用温水和成面团。大葱、豆豉均剁碎,与姜末、黄酱、精盐、味精、香油及植物油20克一同放入牛肉馅内拌匀成馅。



面团分成两个大剂子并擀成大片,包上馅,按成饼坯。



锅内刷上余下的植物油,放入饼坯,烙至两面呈金黄色,熟透取出,切开装盘即成。

操作提示

面团要和得略软一些。

黄桂柿子饼



典故 相传，公元1644年，农民起义军领袖李自成在西安建立大顺政权，随即率部进军北京。当年，关中正逢灾荒，粮食短缺，临潼百姓拿不出足够的粮食供给李自成的部队，就用当地特产的火晶柿子掺拌面粉烙成柿面饼，供将士们在路上食用。翌年，李自成遇难后，临潼百姓悲痛万分，于是在每年金风送爽、火晶柿子成熟的季节，家家户户制作柿面饼，以此纪念这位农民起义领袖。年复一年，柿面饼成了临潼的时令小吃。如今柿面饼经历代厨师的不断改进，成品色泽金黄，粘甜芳香，不仅是平常百姓喜食的时令点心，而且已成为高档宴席上的一款诱人的美食，人们称它为“黄桂柿子饼”。

原 料

面粉 550 克, 柿子 600 克, 白糖 125 克, 糖桂花、糖玫瑰、核桃仁各 15 克, 猪板油 25 克, 青红丝 10 克, 菜籽油 75 克。

制作步骤



猪板油去筋皮切成小丁。核桃仁、青红丝切碎和猪板油丁同放容器内, 加面粉 50 克及白糖、糖桂花、糖玫瑰用力揉搓至有粘性成糖馅。



面粉 300 克放在案板上, 中间挖个坑, 放入去皮去蒂的柿子, 用刀剁搅成糊, 与面粉揉匀和成软面团, 再陆续加入面粉 150 克和成硬面团, 周围撒上余下的面粉, 搓成条, 揪成每个重 50 克的剂子按扁, 包入 15 克糖馅, 双手旋转封口成球形饼坯。



三扇鏊 (饼锅) 内加菜籽油 50 克烧热, 放入饼坯烙至底面发黄, 用手铲翻个身, 加入余下的菜籽油烙至两面呈金黄色熟透, 出锅即成。

操作提示

要用小火烙制。

杨家吊炉饼



典故 相传，清朝末年，河北抚宁人杨玉田逃荒到吉林洮南府（今洮南市），以制售吊炉饼为生。因他制作的饼，个大油厚，外焦里嫩，香酥可口，所以很受当地人的欢迎，生意十分红火。不久，杨玉田购置门面，开设了一家以制售大饼为主的店铺，挂起“杨家吊炉饼”的招牌。因杨玉田的脸上长有几颗小麻子，所以人们又称此饼为“杨麻子大饼”。后来，杨家吊炉饼经杨玉田几代传人的不断改进，在原来制作的基础上，将大饼内卷入馅料，口味更加鲜美独特。如今，杨家吊炉饼不仅已成为著名的地方传统小吃，而且足迹遍及吉林、辽宁等许多城市，倍受广大食客的青睐。



原料

面粉 800 克，精盐 8 克，食用碱 1.5 克，熟豆油 125 克。

制作步骤



精盐、食用碱加温水搅至溶化，倒入面粉内和成面团，搓成条，揪成 5 个剂子。

饼坯放在吊炉平底锅内，加入余下的熟豆油，烤烙至两面呈金黄色即成。



案板刷上熟豆油，放上面剂擀成长形，用双手拿住面片的两端，在案板上摔成长方形片，再拉长抻薄，刷上一层熟豆油，由外向里卷起，再抻长，从一头盘起，另一头掖在底部，擀成直径 13 厘米的圆饼坯。



操作提示

面要和成略软的面团，烤烙时要掌握好火候。

金钱萝卜饼



典故 相传，清朝末年，在江苏南通有一家专门经营萝卜馅饼的店铺。店主孙洪对此饼的制作要求十分严格，选料考究，制作精细，通过多年的实践，总结出了一套制作萝卜馅饼的经验，使成品酥脆松香，馅料鲜美，深受广大食客的欢迎。因此饼小如古钱，所以人们称之为“金钱萝卜饼”。由于他的制饼技艺只传后代，不传外人，所以多少年只有孙家独家经营，生意非常兴隆。直至解放后，孙洪的后代将此技艺公开，南通的面点师又将此饼的技艺与《随园食单》“蓑衣饼”的作法加以融合，将油酥面皮改为稀面团卷萝卜丝馅煎制，并命名为“南通萝卜饼”。

原 料

面粉 500 克, 萝卜 500 克, 猪板油 175 克, 香葱末 50 克, 虾米、绍酒各 20 克, 精盐 8 克, 白糖 5 克, 味精 1.5 克, 猪油 150 克。



制作步骤



猪板油切成薄片, 撒入精盐 4 克腌渍 1 天后切成细粒。萝卜洗净, 切成细丝, 加入余下的精盐腌渍半小时, 挤去汁。虾米用绍酒浸泡 1 小时, 取出剁成末。板油粒、萝卜丝、虾米末、白糖、味精、香葱末放在一起调成馅。

切成段, 逐个竖起, 按扁, 擀成直径 6 厘米的面皮, 包入萝卜丝馅, 收口按成金钱状小圆饼坯, 摆入烤盘, 入烤箱烤至两面呈黄色至熟取出即成。

操作提示



面粉 200 克内加猪油 100 克搓成油酥面团。余下的面粉加余下的猪油及水和成水油面。用水油面将油酥面包起, 擀成薄片, 从两头向中间折叠三层, 再擀成长薄片, 顺长由外向里卷紧成圆棒形。



剂子要小而匀。传统烤制是将饼坯放在铺纸的平底锅内, 再将平底锅放在圆底锅内置火上烤制。