

名店创新菜



新雅粤菜馆 编

MINGDIAN
CHUANG
XINCAI

上海科学技术文献出版社

名店创新菜

新雅粤菜馆 编

上海科学技术文献出版社



图书在版编目(CIP)数据

名店创新菜 / 新雅粤菜馆编. —上海: 上海科学技术
文献出版社, 2003.9
ISBN 7-5439-2175-8

I. 名… II. 新… III. 菜谱—广东省
IV. TS972.182.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 060595 号

责任编辑: 沈美新

装帧设计: 徐 利

名店创新菜

新雅粤菜馆 编

*

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

上海崇明裕安印刷厂印刷

*

开本 787×1092 1/16 印张 6 字数 149 000

2003年9月第1版 2003年9月第1次印刷

印数: 1—5 100

ISBN 7-5439-2175-8/T·731

定价: 32.00 元



序

继《食在新雅》、《海派粤菜》之后，《名店创新菜》一书又出版在即，伏案之时，不免感慨良多。

新雅粤菜馆自1926年开创品牌至今，已有七十七年历史。“食不厌精”，使得新雅粤菜不断发展、不断进步。半个多世纪前的美誉，在今天得到了进一步的发扬和提高，“全国十佳特级酒家”，“全国餐饮业百强企业”，“国际餐饮名店”等，殊荣不断。

追随新雅粤菜的发展轨迹，我们清晰地看到：新雅粤菜的发展历史，从某种意义上来看，代表着上海近代餐饮业发展历史的一个部分，也体现着沪上餐饮业在竞争中发展、在创新中提高的时代特征。

难能可贵的是，近年来，尤其是自1998年改建开业以来，“新雅”并没有固步自封，而是在对传统特色进行拓展与探索的基础上，不断使新雅的品牌效应得以延伸和发展，创新出了一大批脍炙人口的新菜，赢得了市场良好的口碑，使“新雅”年年都能创造出新的、骄人的经营业绩，从而在沪上餐饮业牢牢把握着领先地位。

编撰此书的过程，亦是记录“新雅”近年来前进历程的过程，谨借本书出版之际，向多年来给予“新雅”关心、帮助的各级领导、各界朋友以及企业全体同仁，一并表示由衷的谢忱。

是为序。

陈耀良

新雅粤菜馆总经理

2003年6月





主编：陈耀良
编委：顾俊
王沪萍
许锦国
策划：张伟民
杨中俭
摄影：杨中俭
撰稿：李珏
羊鑫汉
编务：阮燕
唐慧华
吴婷

一、冷盆类

1. 冻花蟹.....(2)
2. 水晶北极贝.....(3)
3. 醋溜素排.....(3)
4. 芥菜拌三仁.....(4)
5. 醉蛭鼻.....(4)
6. 小虾梅干菜.....(5)
7. 芥辣西芹.....(5)
8. 凉拌海菊花.....(6)
9. 西施虾仁.....(6)
10. 茉莉素鸭脯.....(7)
11. 话梅山药.....(8)
12. 雪花欧芹.....(8)
13. 肉汁长豇豆.....(9)
14. 龙须拌鸡筋.....(9)
15. 滑炆水白金.....(10)
16. 丁香迷鱼.....(10)
17. 香菜拌黄喉.....(11)
18. 醉八果.....(11)
19. 菠萝色拉.....(12)
20. 醉八仙.....(12)
21. 情人桃园.....(13)

二、海、河鲜类

22. 腊味地龙煲.....(15)
23. 蛭心如意.....(16)
24. 山城水煮鱼.....(17)
25. 橙汁桂鱼卷.....(18)
26. 黄油盐棒虾.....(18)
27. 柠檬香糟膏蟹.....(19)
28. 粉丝扇贝皇.....(19)
29. 蟹粉烩桂鱼夹.....(20)
30. 水煮鳊鱼.....(21)
31. 玉带抱龙腰.....(22)
32. 锡包牛蛙.....(23)

33. 锦绣蛇丝.....(24)
34. 田蛙沙律鱼.....(25)
35. 排骨酱煎桂鱼.....(26)
36. 沙律草虾.....(27)
37. 黄油烙蜗牛.....(27)
38. 鲍汁海参.....(28)
39. 千味鸡.....(29)
40. 梅菜烧河虾.....(30)
41. 沙律带子.....(30)
42. 沙茶生鱼片.....(31)
43. 香柠芝麻虾.....(32)
44. 桂格麦片虾.....(33)
45. 泰式鲈鱼.....(33)
46. 鲍鱼汁麒麟鱼.....(34)
47. 蟹红镶云片.....(34)
48. 蒜茸煎封桂鱼.....(35)
49. 茶香鱼片.....(35)
50. 糯米金钱鲍.....(36)
51. 欧式银排.....(36)
52. 陈皮鳊鱼条.....(37)
53. 橙汁核桃虾.....(37)
54. 炸双香.....(38)
55. 蟹黄扒芦荟.....(39)
56. 蛤蜊氽桂鱼.....(39)
57. 烙黄鱼夹.....(40)
58. 蟹粉烩川竹荪.....(40)
59. 虾味鱼饺.....(41)
60. 油盐水花蛤皇.....(41)
61. 话梅醉虾.....(42)
62. 雪菜黄鱼脯.....(42)
63. 忌司草虾.....(43)
64. 沙律黄鱼排.....(44)
65. 剁椒鱼头.....(44)

- 66. 凤梨金元鲍.....(45)
- 67. 五彩烩裙边.....(46)
- 68. 银杏白鳝丁.....(47)
- 69. 香茜日鱼片.....(48)
- 70. 鸡汁烩鲜鲍.....(48)
- 71. 蟹黄鱼肚.....(49)
- 72. 沙咖苏眉鱼.....(49)
- 73. 百合烩鲍脯.....(50)
- 74. 扒蟹银鳕鱼.....(51)
- 75. 芒果海鲜盏.....(52)
- 76. 杭椒豆豉炒鱼唇.....(53)
- 77. 辣子基围虾.....(54)
- 78. 锅仔鲜中鲜.....(55)
- 79. 日式凤凰鳕鱼.....(56)
- 80. 银丝蟹黄.....(57)
- 81. 匹萨银鳕鱼.....(58)
- 82. 蝉姑镶金元.....(59)
- 83. 柚子鱼块.....(60)
- 84. 翡翠鱼丝.....(61)
- 85. 鸡汁鳕鱼.....(62)
- 86. 凤脂炭烧蟹.....(63)

三、禽、肉类

- 87. 菠萝炒鸭肉.....(65)
- 88. 黑椒金针肥牛卷.....(66)
- 89. 锦绣田园.....(67)
- 90. 紫兰炒双料.....(68)
- 91. 鸽松生菜包.....(68)
- 92. 异味炸嫩鸡.....(69)
- 93. 沙姜烩牛鞭.....(70)
- 94. 沙律小牛排.....(71)
- 95. 睡莲玉米鸡.....(71)
- 96. 椒盐掌中宝.....(72)
- 97. 双味鸡翼.....(73)
- 98. 鲍汁鹌鹑.....(74)

- 99. 杭椒牛柳.....(75)
- 100. 松仁牛肉米.....(75)
- 101. 杭椒雀腿.....(76)
- 102. 吉列鸡腿.....(76)
- 103. 缅甸扒猪蹄.....(77)
- 104. 鸭松包饼.....(77)

四、蔬菜类

- 105. 龙缘豆腐.....(79)
- 106. 水果色拉卷.....(79)
- 107. 三丝白玉卷.....(80)
- 108. 顶汤娃娃菜.....(80)
- 109. 竹荪珍珠球.....(81)
- 110. 杭椒炒鲜笋.....(81)
- 111. 异香布袋菜.....(82)
- 112. 黄金玉米烙.....(83)
- 113. 松仁萝卜泥.....(83)
- 114. 蚝皇素鲍鱼.....(84)
- 115. 椒盐粟米粒.....(84)
- 116. 蚝汁扣白灵菇.....(85)
- 117. 云腿白玉夹.....(85)

五、汤、羹、煲类

- 118. 滋补阴阳汤.....(87)
- 119. 粟米牛肉羹.....(87)
- 120. 瑶柱竹荪炖裙边.....(88)
- 121. 鹌鹑炖鱼翅.....(88)
- 122. 蟹黄鳕鱼羹.....(89)
- 123. 蛤蜊南瓜盅.....(90)
- 124. 红咖喱牛腩锅仔.....(90)

一、冷盆类



1. 冻花蟹

原料：红花蟹。

调料：姜、盐、葱、味精、花椒、白酒。

制作方法：

1. 将花蟹洗净待用。

2. 锅中放清水，加葱、姜、盐、味精、白酒、花椒煮开5分钟，再放入花蟹，待花蟹煮熟后连同汤水倒入盛器中，冷却后放入冰箱2小时，取出花蟹斩成小块，装盘即可。

特点：咸鲜香。

制作人：郑祖德

一、冷盘类



2. 水晶北极贝

原料: 北极贝, 香菜叶、琼脂。

调料: 盐、胡椒粉、味精、鸡精、白酒、泰国甜辣酱。

制作方法:

1. 北极贝用刀批成两片后加入白酒, 经焯水后取出待用。

2. 琼脂用开水化开, 放入调料, 倒在方盘内(厚度约8毫米)。

3. 将北极贝、香菜叶放在方盘内, 冷却后放冰箱。

制作人: 沈小娜



3. 醋溜素排

原料: 土豆、油条。

辅料: 鸡蛋、面粉。

调料: 生粉、葱、姜、蒜、糖、醋、酱油、盐、绍酒、上汤。

制作方法:

1. 土豆去皮洗净, 切成1厘米见方、3厘米长的条, 待锅内油温升至 180°C 时倒入土豆条炸至金黄色。

2. 将油条掰开, 切成2厘米长的块, 将土豆条串在油条中间, 呈猪小排状, 外面粘满鸡

蛋、面粉、生粉和成的糊状成素排。

3. 将素排放入 160°C 的油锅中炸至金黄色倒出。

4. 将葱花、姜、蒜煸香, 再加入绍酒、上汤、糖、醋、酱油、盐, 烧开后勾芡, 倒入素排翻匀出锅装盘即可。

特点: 酸甜可口、形态逼真。

制作人: 沈小娜





4. 荠菜拌三仁

原料：荠菜、花生仁、瓜籽仁、松仁。

调料：盐、味精、糖、芝麻油。

制作方法：

1. 将三仁在油中炸熟待用。

2. 荠菜洗净，焯水，用净水漂冷，切成细末，加入调料和三仁，拌匀装盘即可。

特点：清香爽脆。

制作人：郑祖德



5. 醉蛭鼻

原料：蛭鼻、西芹、胡萝卜。

调料：自制醉料。

制作方法：将原料洗净、焯水，放入净水中漂清，再放入自制醉料中腌渍一小时，取出装盘即可。

特点：咸鲜味甜，爽脆可口，酒香浓郁。

制作人：郑祖德

6. 小虾梅干菜

原料：水发梅干菜、河虾。

调料：酱油、糖、味精、上汤、绍酒、精制油。

制作方法：

1. 将河虾剪须、洗净，放入 250°C 油锅中炸熟倒出。

2. 将水发梅干菜放在锅中，加绍酒、上汤、调料煮熟，再加入河虾，收汁，翻炒，装盘即可。

特点：咸鲜味甜。

制作人：郑祖德



7. 芥辣西芹

原料：西芹。

调料：青芥末酱、生抽、味精。

制作方法：

1. 将西芹去根叶、表皮，切成5厘米长的笔杆条，经焯水冷却后，装入盘中。

2. 再将生抽内加入适量的芥末酱、味精，调匀后倒在盘内的西芹上即可。



特点：口味独特，西芹爽脆。

制作人：沈小娜



8. 冷拌海菊花

原料：海菊花，
香菜、尖椒圈。

调料：盐、味精、
葱油、麻油。

制作方法：先将
海菊花焯水后冲冷，
再将香菜切成末，与
海菊花一起加入调料，
撒上尖椒圈，拌匀装
盘即可。

特点：咸鲜爽脆。

制作人：郑祖德

一、冷盘类

9. 西施虾仁

原料：上浆虾仁。

辅料：鳕鱼、盐水火腿、银杏、胡萝卜。

调料：上汤、盐、味精、绍酒、生粉、芝麻油。

制作方法：

1. 将辅料切丁
后焯水待用。

2. 将上浆虾仁
放入150℃油锅中滑
油后倒出。

3. 锅中放入上
汤、盐、味精、绍酒，
将主、辅料一起放入
锅中滑炒成熟后勾
芡，淋上芝麻油，装
盘即可。

特点：色泽鲜
艳，清鲜爽滑。

制作人：郑祖德



10. 茉莉素鸭脯

原料：豆腐皮 10 张。

辅料：茉莉花茶 25 克。

调料：上汤、酱油、味精、糖、五香粉、生粉、茶叶、啤酒、盐、味精。

制作方法：

1. 锅内放入上汤、酱油、糖、味精、五香粉烧沸勾薄芡后成卤汁。

2. 另取上汤放入茶叶、啤酒、糖、盐、鸡精烧沸后，滤去茶叶，留茶汁作蘸料待用。

3. 豆腐皮蘸卤汁后取出，平铺案板，每 5 张为一组，分两组。将豆腐皮卷起后压扁，上笼蒸 5 分钟，放入 180℃ 的油锅内炸至金黄色取出，改刀成鸭块形状，装入盛器中，倒入蘸料腌渍 12 小时，取出装盘，用茶叶围边即可。

特点：茶香怡人，形象逼真。

制作人：沈小娜



一、冷盘肉



11. 话梅山药

原料：山药，话梅。

调料：冰糖。

制作方法：

1. 将山药去皮，切片洗净，焯水后冲冷待用。

2. 锅中放水，放入话梅、冰糖，烧开，待冰糖溶解后倒入容器中。

3. 将山药放入冰糖水中腌渍一小时后取出，装盘，排列呈圆形，放上话梅即可。

特点：酸甜爽脆。

制作人：郑祖德

一、冷盘类

12. 雪花欧芹

原料：欧芹，炸薯片。

调料：白糖粉。

制作方法：

1. 将欧芹去梗，洗净，沥干。

2. 盘底铺上一层炸薯片。

3. 油锅烧至190℃，倒入欧芹炸至松脆取出，放在薯片上，撒上白糖粉即可。

特点：松脆可口，色泽鲜明。

制作人：沈小娜





13. 肉汁长豇豆

原料：长豇豆干（水发）。

调料：肉汁、绍酒、酱油、糖、味精、蚝油。

制作方法：

1. 将水发长豇豆洗净，切成3厘米长短。

2. 放少量油将长豇豆煸香，加绍酒、肉汁烧开后改小火焖一小时，再放糖、味精、酱油、蚝油，收汁后装盘。

制作人：单海明



14. 龙须拌鸡筋

原料：龙须牛肉、水发鸡筋。

调料：辣油、盐、味精。

制作方法：将水发鸡筋焯水后捞出，与龙须牛肉同时放入调料拌匀装盘即可。

制作人：单海明



15. 滑炆水白金

原料: 上浆银鱼、胡萝卜丝、青椒丝、红椒丝。

调料: 生抽、酒、味精、盐、胡椒粉。

制作方法: 将银鱼、胡萝卜丝分别焯水, 青红椒丝滑油, 取出后装入盘中, 加调料拌匀即可。

特点: 咸鲜, 色泽丰富。

制作人: 单海明

16. 丁香迷鱼

原料: 银丝鱼。

调料: 糖、盐、酱油、味精、辣椒、香料、红油。

制作方法:

1. 先将上述调料制成腌渍料待用。

2. 将洗净后的银丝鱼放入 220°C 的油锅炸熟后捞起, 放入腌渍料中腌制 5 分钟, 取出装盘, 淋上红油即可。

特点: 咸辣鲜香, 肉质爽脆。

制作人: 陈祖德

