

薇薇小厨

无敌家宴

在家宴客，其实可以非常轻松

高瑞珊 编著



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

从零开始学做菜



无敌家宴

高瑞珊
编著



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目(CIP)数据

无敌家宴/高瑞珊编著. --北京: 中国人口出版社,
2014.5

(薇薇小厨)

ISBN 978-7-5101-2456-3

I. ①无… II. ①高… III. ①菜谱 IV. ①TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第075111号

无敌家宴

高瑞珊 编著

出版发行	中国人口出版社
印刷	北京尚唐印刷包装有限公司
开本	720毫米×960毫米 1/16
印张	5
字数	50千字
版次	2014年5月第1版
印次	2014年5月第1次印刷
书号	ISBN 978-7-5101-2456-3
定价	18.80元

社长	陶庆军
网 址	www.rkcbs.net
电子信箱	rkcbs@126.com
总编室电话	(010)83519392
发行部电话	(010)83534662
传 真	(010)83515922
地 址	北京市西城区广安门南街80号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换



烹制一桌家宴，收获一份幸福

生活中充满了美妙的元素，只要你一直保有美好的期待与感恩的心，就不难从中找到属于你的快乐宝藏——美食便是其中之一，只要你细心雕琢，它便如同晶莹剔透的宝石，为你的生活折射出温馨、快乐、浪漫的光彩。

当亲朋好友来到家中，由你为他们准备一次节日的家庭宴会，或是一次周末的 Party，让快乐随着你亲手烹制的美食传递——你最需要的，也许正是这种能够和众人分享的快乐。烹饪在这里并不是你最大的难题，因为你不仅仅有本书中的菜式作为范例，同时也可以从中得到菜式的建议——什么样的美食最适宜在此时登场，同时具备营养与美味。而且薇薇小厨新手下厨系列图书中的所有美食，都可供你参考。你要做的，就是把这场家庭宴会雕琢得更加璀璨动人，将快乐撒播到每个人的心中。

一场家宴的准备工作虽然复杂，但这也一曲交响乐最美妙的前奏，不仅让人充满期待，更洋溢着温馨。从制订明确的购物清单到鲜嫩的蔬果真真切切地装满你的菜篮子——一种无言的幸福感会透过你的指尖变幻出彩色的魔力，犹如冬日阳光，充满温情与希望。准备就绪，亲手烹饪，甚至制作一些极具创意的宴会饰品，为朋友们构思一份意外的惊喜……这时，不妨把挚友们叫来，或许他们的一些妙点子会让这场家宴锦上添花。

到了家宴当天，你绝对是当之无愧的主角。家人和朋友都尽情享受你的劳动成果，他们脸上泛出的笑容是对你最好的回报。在你们的周围，每一道美味、每一杯美酒、每一条缠绕在杯子上的丝带、每一朵用餐巾叠成的别致花朵，甚至于酒杯中折射出的每一缕灯光、耳边飘过的每一个音符……都是经过你的精心筹划才得以在这里盛放——也就是说，是你用自己的双手创造了这充满喜悦的温情时刻，此时的成就感更能令你感到满足与快乐。

花朵需要悉心栽培才能绽放，音乐需要全心演绎才能感人，钻石需要精心雕琢才能闪耀，而生活，也是一样，需要用美食承载快乐，用快乐来经营幸福的生活。

高瑞珊

邮箱: 328961468@qq.com

目录

凝聚亲情的中餐家宴

1

百事合心意——百合西芹酿虾球	2
丝丝顺意——酸辣红油耳丝	4
鱼跃龙门——开屏柠香红椒鲈鱼	6
万事如意——培根卷	8
金玉满堂——家常蟹粉蛋	9
蒸蒸日上——香辣鲍汁扇贝	10
花开富贵——瓦罐花香红酒煨鸡	12
团团圆圆——浇汁双花火腿	13
五福临门——海鲜汤煲	14
奇异也吉祥——奇异果红果酪	15
花好月圆——莲蓉月饼	16
满园春色——飘香花式蒸饺	18

欢声笑语的西式家宴

21

朋友们的第一声喝彩——蔬菜沙拉	22
淑女钟爱——鸳鸯薯泥	24
洋溢热情的美味——俄式红菜汤	25
百般翘首只为它——香熏烤鸡翅	26
餐盘中的华尔兹——黑椒口蘑配香扒	27
折射快乐的金色诱惑——酥脆黄金洋葱圈	28
大“排”明星，欢乐高潮——蒜香烤大排	30
只为爱美的小女人——奶煎三文鱼	32
蝶舞春园——青豆蝴蝶意粉	34
姗姗来迟的经典甜品——苹果派	36
原来她也童心未泯——蓝莓水樱桃布丁	38
漫话阳光一刻——港式奶茶	40

我的家宴我策划

43

家宴先行时

家宴计划早筹划

家宴日程先定好

家宴礼节全知道

奇思妙想，装点家宴

餐桌的绚丽盛装

别具一格的餐桌风尚

餐桌小空间，摆放大学问

心情的跃动——餐巾舞蹈

就地取材，扮靓宴会

宴会花边美食

水果也是千面美人

宴会中的水样年华

厨房里的解酒专家

44

44

47

48

50

50

56

58

60

64

66

66

68

72

★ 本书所有材料，全国各大农贸市场和超市均有售，也可从电子商务网站购得。



书中参考用量单位：大匙(15ml) 小匙(5ml)



凝聚亲情的中餐家宴

“吃”在人们的生活中占据着举足轻重的地位。随着生活水平的提高，现代人对吃的需求已不仅限于裹腹，而是更加注重营养搭配、可口美味。无论是家常便饭，还是聚会欢宴，无不以此为基本准则。尤其是到了中国的传统佳节，少不了大宴亲朋，不管在哪里，中式家宴都十分讲究菜品的合理搭配和对色、香、味、形的追求。

举办中式家宴首先应考虑宴会的主题，比如各种节日的宴请，或是生日宴、庆功宴等，同时在设计菜品的时候也要考虑到这一点。设计菜品时，还要充分考虑到来宾的喜好、时令季节的特点、成本等诸多因素。此外，应根据来宾的人数确定菜品的数量，一般来说，菜品的数量以比就餐总人数多出2~4个为宜，而且一律采用双数，这主要也是为了图个吉利。菜品的样式一般包括凉菜、热菜、汤羹、甜品和主食。凉菜用来下酒，来宾们可以一边小酌一边品尝；热菜一般是宴会上的主菜，以鸡、鸭、鱼、肉为主料，能让客人们大快朵颐；甜品则以造型别致、香甜适口为首选，所以自然是老年人、女性来宾和孩子们的最爱；汤羹以滋补为主；主食的选择上南、北方会有所差异：北方以面食为主，南方则以米饭为主。

中式家宴给人的感觉就是热闹、喜庆、欢愉，不仅触动大家的眼球，更深深影响着每个人的心灵。无论是新春佳节、生日寿筵，还是朋友聚会，大家聚在一起就是为了这份喜庆圆满！所以菜品的选择要合理出新，总体来说应有荤有素、有主有辅，摆在餐桌上时，颜色搭配也应合理，色彩最好艳丽一些，这样更能营造出喜庆热闹的氛围。只要遵循这些基本原则，就一定能配制出让大家赞不绝口的中式家宴！



百事合心意

百合西芹酿虾球

准备及烹饪时间：20 分钟

■ 特色：

小时候就盼着过年，吃年夜饭时一家人围坐在大桌旁，其乐融融。那时，一道百合西芹酿虾球可是难得的美味——嫩滑的虾仁配上酥香的腰果，交织成餐桌上一道亮丽的风景。今天，任凭豪华美味当前，舌尖仍惦念着儿时的节日味道。

■ 做法：

1. 百合掰开洗净，用沸水焯一下。西芹斜切成块。
2. 将虾仁去除沙线后洗净，用少许盐、蛋清和淀粉腌制一会儿备用。
3. 锅中放入少许油，烧至七成热时滑入虾仁。随后加入西芹块、百合、红椒丝、盐、鸡精、白胡椒粉快速翻炒。最后撒入腰果碎装入盘中即可。

■ 温馨提示：

1. 市场上出售的腰果大都是熟的，如果时间充裕，可以将买来的腰果放入油锅中略炸一下，不但腰果的颜色会更加金黄好看，就连口感也会大大升级。
2. 西芹、百合、腰果、虾仁都含有丰富的营养，在节日餐桌上的大鱼大肉之间，有这样一道清爽的蔬食，也能保证膳食结构的合理。

● 主料：

百合	2 个
西芹	150g
虾仁	16 个 (约 100g)
腰果碎	10g

● 辅料：

红椒丝	10g
蛋清	少许

● 调料：

油	适量
盐	1 小匙
鸡精	1 小匙
白胡椒粉	1/2 小匙
淀粉	1 小匙



丝丝顺意

酸辣红油耳丝

准备及烹饪时间：20 分钟

■ 特色：

一盘酸辣开胃的红油耳丝，制作工序简单，吃起来爽脆香滑，是许多人的最爱。红红火火的喜庆日子里，浸满红油又不腻口的耳丝给家人带来了溢满幸福的滋味，独乐乐不如众乐乐，将平日的下酒好菜同众人分享，喜庆吉祥都融入了丝丝爽脆当中。

■ 做法：

1. 卤猪耳朵切丝。金针菇去蒂洗净，放入沸水中焯熟后沥干水分。黄瓜洗净切丝备用。
2. 将盐、白糖、香醋、生抽、红油辣椒、芝麻油、鸡精放入碗中，搅拌均匀制成调味汁备用。
3. 将猪耳丝、金针菇、黄瓜丝放入盘中，浇入调味汁搅匀，再撒入香菜末、蒜末继续搅拌均匀，最后放入白芝麻即可。

■ 温馨提示：

1. 如果喜欢吃辣，可以将红油辣椒加热，浇在几个小红干辣椒上，瞬间就能闻到诱人的椒香，吃起来更加美味。
2. 这道酸辣红油耳丝是佳节时亲朋聚会不可缺少的开胃菜，老人、孩子都可以食用，只要控制好辣椒油的分量即可。如果是吃年夜饭，少不了用美酒助兴，此时，这酸辣红油耳丝更是首选的下酒菜。夫妻肺片、红油肚丝的做法与此类似，原材料虽然不同，但美味依旧。

● 主料：

卤猪耳朵	1 个
	(约 200g)
金针菇	100g
黄瓜	100g

● 辅料：

香菜末	20g
蒜末	10g
白芝麻	10g

● 调料：

盐	1 小匙
白糖	1/2 小匙
香醋	1 小匙
生抽	1 大匙
红油辣椒	1 大匙
芝麻油	1/2 小匙
鸡精	1/2 小匙





1



2



3

鱼跃龙门

开屏柠香红椒鲈鱼

准备及烹饪时间：30 分钟

■ 特色：

中国人过年，餐桌上没有一条像模像样的鱼怎么行？红火的开屏鲈鱼，浇上柠香四溢的酱汁，美妙的感觉令人难以忘怀。鲜美、润滑、香辣……每吃一口都会有新的惊喜。

■ 做法：

1. 鲈鱼清理干净，将鱼头、鱼尾切掉，再从切去鱼头的截面开始，从鱼背部下刀切成约 1.2 厘米宽的片，注意保持鱼肚部分的鱼肉相连，一直切至鱼尾备用。
2. 红尖椒去蒂、去子，洗净后切小丁。柠檬洗净，切薄片装饰盘底。
3. 将鲈鱼展开放入盘中央，鱼头立于鱼身首尾相接处，撒上葱末、姜末、红尖椒丁、蒸鱼豉油、盐、白糖、料酒、生抽和少许油。大火蒸约 12 分钟，最后撒入香菜末即可。

■ 温馨提示：

这道菜漂亮的造型一下就能吸引来宾们的眼球，当盘子被端上餐桌，多双筷子蜂拥而至，这场面是对辛劳主妇们最好的回报。逢年过节，准备一道如此美味又美观的开屏鱼，能让家宴的气氛一下进入高潮。除去清蒸之外，还可以选择椒香烤鱼或沸腾水煮鱼作为宴会的点睛之笔，取“年年有余”之意。

● 主料：

鲈鱼 500g

● 辅料：

柠檬 2个
(约 100g)

香菜末 10g
红尖椒 2个
葱末 10g
姜末 10g

● 调料：

生抽 2 小匙
蒸鱼豉油 3 大匙
盐 2 小匙
油 2 小匙
料酒 1 大匙
白糖 2 小匙



万事如意

培根卷

准备及烹饪时间：20 分钟

■ 特色：

爽脆清香的绿豆芽与咸香适口的培根肉相得益彰，几种美妙的滋味在口中融为一体，这样简单又讨巧的美食也许就是让你获得赞美的关键。它将万事如意的祝愿卷了起来，更卷来满口的幸福滋味。

■ 做法：

1. 火腿切丝，绿豆芽洗净，沥干水分。金针菇去蒂，洗净后撕成小束。取部分奶油生菜洗净，沥干水分掰成比培根稍大的片。彩椒洗净后切丝。香菜洗净，用开水烫熟备用。
2. 在培根上放置一层奶油生菜，将火腿丝、绿豆芽、金针菇、彩椒丝卷入其中，用香菜将培根卷固定好。
3. 煎锅中倒入适量油，烧至五成热时，将培根卷放入，转小火慢慢将其煎熟，盛入盘中即可。

■ 温馨提示：

1. 这道菜一定要趁热吃，培根的油会渗入各种蔬菜之中，不必再用调料，已是满口咸香。
2. 这道菜不论是名字还是外形都是吉祥与幸福的象征。逢年过节端出一盘，必定会受到大家的热烈欢迎。



● 主料：

培根 10 片
(约 200g)

● 辅料：

火腿 50g
绿豆芽 30g
金针菇 30g
彩椒 30g
奶油生菜 100g
香菜 10 根

● 调料：

油 适量

金玉满堂

家常蟹粉蛋

● 主料：

鸡蛋 4 个
(约 200g)

● 辅料：

蟹黄 1 大匙
熟蟹肉 20g

● 调料：

葱花 1 小匙
姜末 2 小匙
醋 1/2 大匙
白糖 1 小匙
油 少许

准备及烹饪时间：15 分钟

■ 特色：

用鸡蛋来假扮蟹肉绝对真假难辨。再加入一些真正的蟹黄、蟹肉，奇妙的口感更让人称道，真的比螃蟹还好吃，难怪这盘菜第一个被扫荡一空。而且这菜有着金灿灿的颜色，映照佳节餐桌，也映出金玉满堂的好兆头。

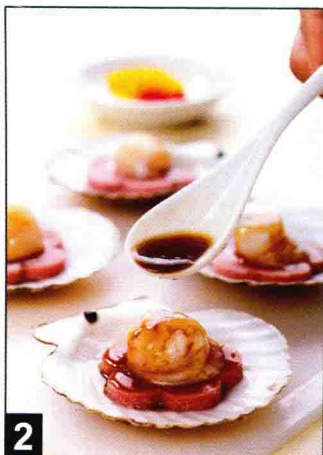
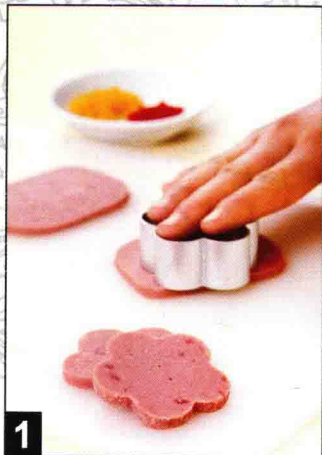
■ 做法：

1. 鸡蛋打散加入葱花备用。
2. 将锅烧热，倒入油，再将鸡蛋液倒入锅中炒散。
3. 在鸡蛋稍微凝固的时候放入熟蟹肉和蟹黄，再放入姜末、白糖和醋翻炒均匀即可。

■ 温馨提示：

蟹黄、蟹肉可谓人间之极品美味，用它们制作的菜品更是盛大家宴上不可缺少的佳肴。清蒸蟹粉狮子头、炒芙蓉蟹黄、蟹壳粉丝汤、香辣蟹……只要有螃蟹的地方，一定是鲜美滋味满屋飘！





蒸蒸日上

香辣鲍汁扇贝

准备及烹饪时间：20 分钟

■ 特色：

厨房里一派忙碌的景象，热气腾腾——光是这气氛，就足有日子过得蒸蒸日上之意。这场蒸腾盛宴的当家花旦就是这香飘满屋的蒸扇贝，它不仅充满了鲍鱼汁的醇厚浓香，细细品味，还有一丝丝的辣意挑动着你的味蕾。

■ 做法：

1. 扇贝洗净后将贝肉取出。火腿切片，用梅花模将其刻成梅花形备用。
2. 扇贝中先摆入火腿片，再放入扇贝肉；将鲍鱼汁、油、白胡椒粉、鸡精放入碗中搅拌均匀，浇入扇贝中。
3. 将处理好的扇贝放入蒸锅中，撒入蒜蓉，用大火蒸 8 分钟后关火，再将彩椒粒撒入扇贝中，盖上锅盖继续焖 1 分钟即可。

■ 温馨提示：

中国的传统节日很多，而在家中准备各式各样的菜品确实不是一件简单的事情，所以就要做到稳中求胜。就拿这扇贝来说，还可以做成蒜蓉粉丝蒸扇贝、蚝油扇贝等，每次都是新的尝试，每次都会获得成功哦！

● 主料：

扇贝 10 个

● 辅料：

彩椒粒 10g

火腿 30g

蒜蓉 10g

● 调料：

鲍鱼汁 1 大匙

油 1 小匙

白胡椒粉 1/2 小匙

鸡精 1/2 小匙

