

舌尖上的中国
A Bite of China



为您解密各地秘不外传的名菜做法

让那方水土滋养这方亲朋

驻京办 招牌菜在家做

24大驻京办89道最具人气的招牌美食

江南的笋干老鸭，塞北的烤羊扒肉，蜀中的抄手凉粉，关东的烩菜血肠
网罗皇城根儿下的各地美食，荟萃大江南北的地道做法
现在，就将驻京办大厨的烹饪秘诀带回家

本书编写组 编著

光明日报出版社

013048397

TS972.12
02

驻京办 招牌菜在家做



本书编写组 编著

TS972.12
02

光明日报出版社

图书在版编目(CIP)数据

驻京办招牌菜在家做 / 《驻京办招牌菜在家做》编写组编著. —北京: 光明日报出版社, 2013. 6
ISBN 978-7-5112-4597-7

I. ①驻… II. ①驻… III. ①菜谱 IV.
①TS972. 12

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第087540号

驻京办招牌菜在家做

编 者: 本书编写组 编著

出 版 人: 朱 庆

终 审 人: 孙献涛

责任编辑: 高 迟 毛文丽

策划编辑: 十甫寸 齐文静

特约编辑: 宋健梅

责任校对: 苏清书

封面设计: 门乃婷工作室

责任印制: 曹 净

内文版式: 孙 倩

图片策划: 龙图网 www.china-eye.net

美食摄影: 王大龙

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区珠市口东大街5号, 100062

电 话: 010-67078242 (咨询), 67078870 (发行), 67078235 (邮购), 64959556 (团购)

传 真: 010-67078227, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>, <http://www.fonghong.cn>

E-mail: tg@fonghong.cn, maowenli@gmw.cn

法律顾问: 北京市洪范广住律师事务所徐波律师

印 刷: 北京市雅迪彩色印刷有限公司

装 订: 北京市雅迪彩色印刷有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 720×1000 1/16

字 数: 198千字

印 张: 12

版 次: 2013年6月第1版

印 次: 2013年6月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5112-4597-7

定 价: 35.00元

版权所有 翻印必究



Contents

序 驻在心田的温暖 / 008

01 东城区

● 烤是一种民族精神

——内蒙古自治区驻京办内蒙古宾馆餐厅 / 012

烤羊腿 / 012

烤羊腩 / 014

烤猪方 / 016

手扒肉 / 018

蒙古奶茶 / 020

● 蜀地传说

——四川省驻京办贡院蜀楼 / 022

宫保鸡丁 / 022

龙抄手 / 024

回锅肉 / 026

麻婆豆腐 / 028

口水鸡 / 030

夫妻肺片 / 032

川北凉粉 / 034

● 苏韵流芳，声名远扬

——江苏省驻京办南国紫钰轩 / 036

冰糖炖蹄花 / 036

板鸭焖笋干 / 038

镇江肴肉 / 040

咸水鸭 / 042

太湖三白 / 044

● 探寻神秘的脚步

——云南省驻京办云腾食府 / 046

过桥米线 / 046

汽锅鸡 / 048



● “羊”的盛宴

——宁夏回族自治区驻京办伊清苑餐厅 / 050

烤羊排 / 050

炒糊饽 / 052

● 惊喜连连，特色不断

——河北省驻京办燕赵食府 / 054

金毛狮子鱼 / 054

驴肉火烧 / 056

● 天然去雕饰

——海南省驻京办海南食府 / 058

文昌鸡 / 058

加积鸭 / 060

和乐蟹 / 061

东山羊 / 062

● 民族大融合

——甘肃省驻京办飞天大厦餐厅 / 064

兰州牛肉拉面 / 064

酿皮 / 066

02 西城区

● 心中的天堂

——西藏自治区驻京办餐厅 / 070

藏式优酪乳 / 070

牦牛肉 / 072

● 十八般“面艺”

——山西省驻京办晋府大酒店 / 074

刀削面 / 074

揪片 / 076

太原焖羊肉 / 078

香酥鸭 / 080

拨鱼儿 / 082

平遥碗托 / 084

● 地道东北味

——黑龙江省驻京办龙港酒楼 / 086

东北大烩菜 / 086

酸菜白肉 / 088

玉米粥 / 090

草帽饼 / 092

酱焖茄子 / 094



● 融百家之长的“关东风味”

——辽宁省驻京办辽宁饭店 / 096

清蒸加吉鱼 / 096

红烤全虾 / 098

烧烤扇贝香 / 099

小鸡炖蘑菇 / 100

韭菜合子 / 102

● 孜孜以求

——上海市驻京办餐厅 / 104

蟹壳黄 / 104

南翔小笼馒头 / 106

小绍兴鸡粥 / 108

油爆虾 / 110

03 朝阳区

● 美味与健康的结合

——安徽省驻京办安徽大厦餐厅 / 114

腊八粥 / 114

寿县大救驾 / 116

徽州饼 / 118

神仙鸡 / 120

素火腿 / 122

素烤鸭 / 124

红烧臭鳊鱼 / 126

● 醇厚香浓，回味悠长

——贵州省驻京办贵州大厦牡丹厅 / 128

酸汤鱼 / 128

恋爱豆腐果 / 130

丝娃娃 / 132

● 特色民族风

——广西壮族自治区驻京办广西大厦餐厅 / 134

桂林米粉 / 134

花雕醉鸡 / 136

● 餐桌上的活历史

——陕西省驻京办长安大饭店 / 138

肉皮冻 / 138

凉皮 / 140

羊肉泡馍 / 142

● 孕育美丽和富饶

——浙江省驻京办浙江食府 / 144

西湖醋鱼 / 144

叫花鸡 / 146

西湖莼菜汤 / 148





● 历史沉淀的韵味

——河南省驻京办豫香苑餐厅 / 150

红焖羊肉 / 150

开封灌汤包 / 152

04 海淀区

● 别具气势的疆土

——新疆维吾尔自治区驻京办西域饭庄 / 156

烤羊肉串 / 156

新疆大盘鸡 / 158

饸饹 / 160

烤牛肉 / 162

● 千年鄂饌，荆楚遗风

——湖北省驻京办湖北大厦餐厅 / 164

豆豉干张肉 / 164

三鲜豆皮饭 / 166

● 指引美食的航灯

——广东省驻京办岭南饭店 / 168

刺猬包子 / 168

玉兔饺 / 170

酥皮莲蓉包 / 172

松子鱼 / 174

● 黑土地风情

——吉林省驻京办雪松宾馆吉人缘餐厅 / 176

锅包肉 / 176

东北大拉皮 / 178

白肉血肠 / 180

土豆炖油豆角 / 182



● 浓郁家乡味

——江西省驻京办赣人之家 / 184

啤酒鸭 / 184

瓦罐汤 / 186

凉拌藕 / 188

藜蒿腊肉 / 189

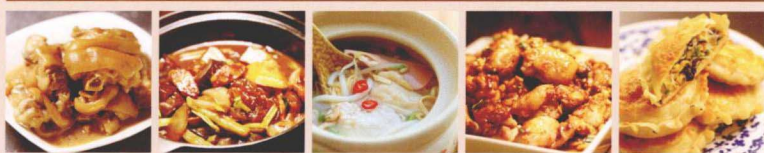




013048397

TS972.12
02

驻京办 招牌菜在家做



本书编写组 编著

TS972.12
02

光明日报出版社



Contents

序 驻在心田的温暖 / 008

01 东城区

● 烤是一种民族精神

——内蒙古自治区驻京办内蒙古宾馆餐厅 / 012

烤羊腿 / 012

烤羊腩 / 014

烤猪方 / 016

手扒肉 / 018

蒙古奶茶 / 020

● 蜀地传说

——四川省驻京办贡院蜀楼 / 022

宫保鸡丁 / 022

龙抄手 / 024

回锅肉 / 026

麻婆豆腐 / 028

口水鸡 / 030

夫妻肺片 / 032

川北凉粉 / 034

● 苏韵流芳，声名远扬

——江苏省驻京办南国紫钰轩 / 036

冰糖炖蹄花 / 036

板鸭焖笋干 / 038

镇江肴肉 / 040

咸水鸭 / 042

太湖三白 / 044

● 探寻神秘的脚步

——云南省驻京办云腾食府 / 046

过桥米线 / 046

汽锅鸡 / 048



● “羊”的盛宴

——宁夏回族自治区驻京办伊清苑餐厅 / 050

烤羊排 / 050

炒糊饽 / 052

● 惊喜连连，特色不断

——河北省驻京办燕赵食府 / 054

金毛狮子鱼 / 054

驴肉火烧 / 056

● 天然去雕饰

——海南省驻京办海南食府 / 058

文昌鸡 / 058

加积鸭 / 060

和乐蟹 / 061

东山羊 / 062

● 民族大融合

——甘肃省驻京办飞天大厦餐厅 / 064

兰州牛肉拉面 / 064

酿皮 / 066

02 西城区

● 心中的天堂

——西藏自治区驻京办餐厅 / 070

藏式优酪乳 / 070

牦牛肉 / 072

● 十八般“面艺”

——山西省驻京办晋府大酒店 / 074

刀削面 / 074

揪片 / 076

太原焖羊肉 / 078

香酥鸭 / 080

拨鱼儿 / 082

平遥碗托 / 084

● 地道东北味

——黑龙江省驻京办龙港酒楼 / 086

东北大烩菜 / 086

酸菜白肉 / 088

玉米粥 / 090

草帽饼 / 092

酱焖茄子 / 094



● 融百家之长的“关东风味”

——辽宁省驻京办辽宁饭店 / 096

清蒸加吉鱼 / 096

红烤全虾 / 098

烧烤扇贝香 / 099

小鸡炖蘑菇 / 100

韭菜合子 / 102

● 孜孜以求

——上海市驻京办餐厅 / 104

蟹壳黄 / 104

南翔小笼馒头 / 106

小绍兴鸡粥 / 108

油爆虾 / 110

03 朝阳区

● 美味与健康的结合

——安徽省驻京办安徽大厦餐厅 / 114

腊八粥 / 114

寿县大救驾 / 116

徽州饼 / 118

神仙鸡 / 120

素火腿 / 122

素烤鸭 / 124

红烧臭鳊鱼 / 126

● 醇厚香浓，回味悠长

——贵州省驻京办贵州大厦牡丹厅 / 128

酸汤鱼 / 128

恋爱豆腐果 / 130

丝娃娃 / 132

● 特色民族风

——广西壮族自治区驻京办广西大厦餐厅 / 134

桂林米粉 / 134

花雕醉鸡 / 136

● 餐桌上的活历史

——陕西省驻京办长安大饭店 / 138

肉皮冻 / 138

凉皮 / 140

羊肉泡馍 / 142

● 孕育美丽和富饶

——浙江省驻京办浙江食府 / 144

西湖醋鱼 / 144

叫花鸡 / 146

西湖莼菜汤 / 148





● 历史沉淀的韵味

——河南省驻京办豫香苑餐厅 / 150

红焖羊肉 / 150

开封灌汤包 / 152

04 海淀区

● 别具气势的疆土

——新疆维吾尔自治区驻京办西域饭庄 / 156

烤羊肉串 / 156

新疆大盘鸡 / 158

饸饹包肉 / 160

烤牛肉 / 162

● 千年鄂僮，荆楚遗风

——湖北省驻京办湖北大厦餐厅 / 164

豆豉千张肉 / 164

三鲜豆皮饭 / 166

● 指引美食的航灯

——广东省驻京办岭南饭店 / 168

刺猬包子 / 168

玉兔饺 / 170

酥皮莲蓉包 / 172

松子鱼 / 174

● 黑土地风情

——吉林省驻京办雪松宾馆吉人缘餐厅 / 176

锅包肉 / 176

东北大拉皮 / 178

白肉血肠 / 180

土豆炖油豆角 / 182



● 浓郁家乡味

——江西省驻京办赣人之家 / 184

啤酒鸭 / 184

瓦罐汤 / 186

凉拌藕 / 188

藜蒿腊肉 / 189

驻在心田的温暖

P R E F A C E

中国人自古崇尚“修身齐家治国平天下”的人生哲学，而将几千年来根植于国人内心深处的传统情怀借由日常的柴米油盐表现出来，一直是我们舌尖系列的编辑理念。但在“家宴”与“国宴”之后，“天下”如此之大，新书该如何下手，却一度让我们的编辑工作陷入了困境。直到最近，借着编辑部老赵过生日的一次小组聚餐，我们才隐隐有了些方向。

那日，在离编辑部不远的安徽驻京办餐厅里，就着几样小菜和一壶六安瓜片，平日总是沉默寡言的老赵，渐渐打开了话匣子。原来，当初老赵辞去了家乡稳定的教师工作孤身一人来到北京，最开始也吃了不少苦。他炒过股票，卖过房子，还当过记者，凭着徽州人的一股闯劲儿，总算在北京站稳了脚跟。只是奋斗路上的辛苦和劳累能忍，内心对家乡的思念却无比难熬，尤其是午夜梦回，总忆起母亲烧制的臭鳊鱼的滋味。早几年的北京，徽菜还不像现在这么普遍，能做臭鳊鱼的馆子就更少了。一次偶然参加同乡婚礼，老赵发现徽办的臭鳊鱼咸鲜微辣、肉质爽口，很像母亲做的味道，所以每到生日，他都会来这里打打牙祭。不过，那会儿手头不宽裕，只能要一盘臭鳊鱼，就着免费赠送的米饭，已经算是一个非常奢侈的生日了。说话间，老赵指着服务生刚端上来还冒着热气的臭鳊鱼，招呼大

家都来尝尝。“虽然徽办现在也开始卖川菜、粤菜，好在这臭鳊鱼的味道从来没有变。”老赵又动容地补充道。望着他眼角闪动的点点泪光，听着他时不时用家乡话跟服务生寒暄，突然间就明白了，对于像老赵这样离开故土闯天下的人来说，驻京办这样一个能吃到家乡菜、能听见熟悉乡音的地方意味着什么——是家、是温暖、是驻进心田里一点一滴的感动。

不过对于是否将“驻京办美食”这样一个处在风口浪尖的话题作为新书的编辑思路，我们依旧很忐忑。好在出于对美食、对故乡的执着，我们还是“冒天下之大不韪”，开始奔波于散落在东城、西城、朝阳、海淀四大主城区的各省驻京办餐厅。我们在走访中与掌勺大师傅们聊天，听他们操着不同地方的口音，推荐当地最具特色的招牌菜式，讲述深藏在佳肴背后的传奇逸事。有时遇到了健谈的食客，也会听听他们分享自己与美食不得不说的故事。逐渐地，在舌尖满溢了吉林味道、新疆味道、江苏味道、广西味道等等大江南北的各色风味之后，我们发现驻京办美食之所以吸引人，除了食材取自本地、做法相当地道以外，餐厅里那熟悉的乡音和久违的故土风物，在温暖肠胃的同时，多多少少也抚慰了“北漂”一族独在异乡的孤独与寂寞。而这些为了梦想离开家乡在北京打拼的游子的感人故事，也成为我们将“驻京办”选题坚持到底的动力和信心。

作为这次追寻家乡味的“扫街”成果，这本《驻京办招牌菜在家做》收录了京城食客圈中最热门的24大驻京办餐厅里最具人气的89道招牌菜式，用超过800张的高清微距美图忠实记录下了驻京办大厨们的烹饪过程，并辅以简便、清晰的步骤解说，在易学、好懂的基础上，最大限度保证制作方法的原汁原味。我们衷心期待大江南北的读者都能通过这本制作指南足不出户烹饪出地道的驻京办美食。

小舌尖，大中国。无论您身在何方，我们都希望这份驻京办美食地图能帮您找到熟悉的温暖与感动。

本书编写组

2013年4月



01

东城区