

主编 李常友 副主编 刘筱红



陕西

SHAANXI MINGYOU XIAOCHI

名优小吃



陕西科学技术出版社

陕西名优小吃

▼副主编 刘筱红

▼主编 李常友

陕西科学技术出版社▲

主 编 李常友

副主编 刘筱红

撰 稿 郑建林 王保利 李常友 刘筱红

谢公平 李振华 刘向荣 俞 威

袁 博 窦春根 周建康 贾在清

王嘉庚 杨友林

图书在版编目(CIP)数据

陕西名优小吃/主编李常友. —西安:陕西科学技术出版社, 2001. 4

ISBN 7-5369-3191-3

I. 陕… II. 李 III. 食谱-陕西
IV. TS972.142.41

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 31912

陕西科学技术出版社出版发行

(西安北大街 131 号)

西安西北工业大学印刷厂印刷

850 毫米×1168 毫米 32 开本 10.25 印张 4 插页 262 千字

2001 年 4 月第 1 版 2001 年 4 月第 1 次印刷

定价:20.00 元



牛羊肉泡馍 西安安逸坊清真食府高级烹调技师丁宏斌提供



牛肉酥饼

西安逸坊清真食府高级烹调技师丁宏斌提供

四季发财 (西安饺子宴系列品种之一)

西安毓欣路饺子馆提供



辣子蒜羊血 西安饭庄提供



黄桂柿子饼 西安饭庄提供



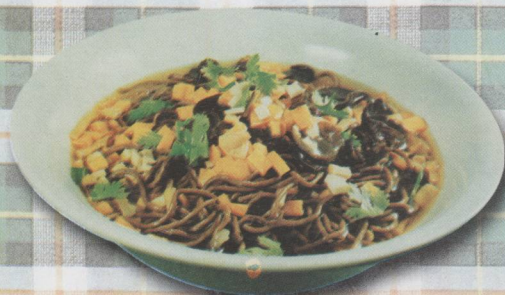
泡泡油糕(见风消) 西安饭庄提供



金奖锅贴 西安饭庄提供



金线油塔 西安饭庄提供



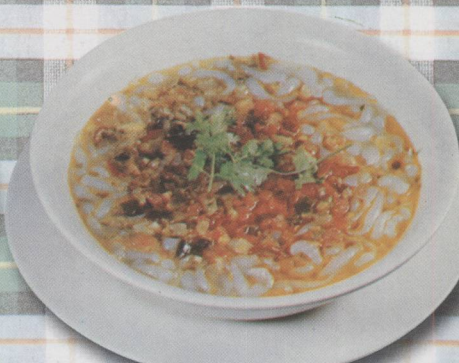
稍子荞面饅饹 西安饭庄提供



腊汁肉夹馍 西安饭庄提供



枣沫糊 西安饭庄提供



浆水鱼鱼 西安饭庄提供



枣花卷 西安聚丰园饭店提供



虾肉包子

西安大华饭店名厨师杨友林提供



屈崔氏药膳罐罐鸡

屈崔氏餐饮娱乐有限公司总经理屈西红提供



鲜菜馅馆 咸阳市吴中风味小吃城提供



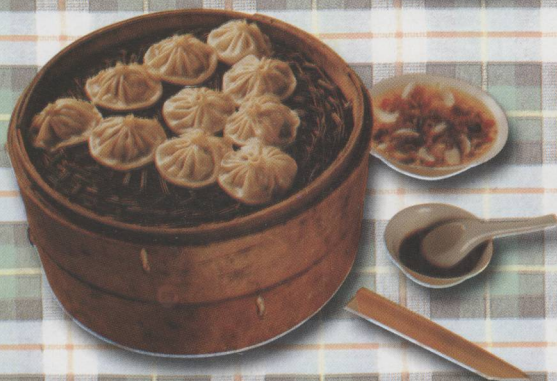
小六汤包系列品种之一

西安小六汤包餐饮有限责任公司提供



花馍(礼馍)系列品种之一

西安饭庄提供



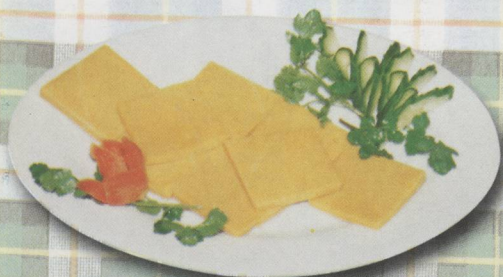
贾三灌汤包子

西安贾三食品有限责任公司提供



核桃酥

陕西名厨师樊建国提供



陕北年糕

西安育才技校名厨师袁博提供



洋芋礲礲

延安宾馆名厨师王军阳提供



西府豆腐脑

陕西兴民技校名厨师郑建林提供



翡翠刺角面(渭北名吃)

西安宾馆名厨师季民汁提供



汉中米面皮子

陕西名厨师贾再清提供



油泼辣子棍棍面(箸头面)

陕西兴民技校名厨师宋广芝提供



橡头蒸馍



面辣子(渭北名吃)

蒲城又一村大酒店名厨师涂备安提供



芝麻粘洞 陕西宾馆名厨师王智勇提供

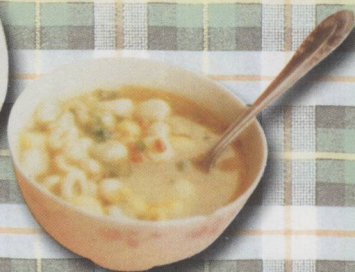


榆林龙泉豆腐

榆林塞上饭庄名厨师史双鱼提供



安康三色窝窝面 西安止园饭店名厨师王保利提供





鸡蛋饼 西安聚丰园饭店提供



延安黄米馍馍

西安金土地食府总经理武生鹏提供



精制荞面煎饼

西安金土地食府总经理武生鹏提供

前言

陕西自古以来，名优小吃丰富多彩，深受国内外宾客的喜爱，也曾在国际、国内多次获奖，有许多品种荣获“中华名小吃”的称号，名扬海内外。陕西历史悠久，周、秦、汉、唐等13个王朝先后在此建都，曾经历了奴隶社会的鼎盛期、封建社会的上升期，具有统一和开放的兼容性，博大精深的饮食文化中，名优小吃更是数不胜数。这里有中国小吃最早的名品“甑糕”，有周文王礼贤下士的“周王礼面”，有汉王刘邦时的“浆水面”，有唐僧译佛经时的“油酥饼”，有被誉为千古风味的“中华饺子宴”，有享誉国内外的“牛羊肉泡馍”和“风味小吃宴”，有年代久远瘦肉无渣味浓香的“肉夹馍”和“馍夹菜”；面塑艺术瑰宝中的东府花礼馍，西府花曲莲，商洛山阳面花，陕北黄陵、米脂的捏“面人”等，均有鲜明的地方艺术特色。

为了发扬光大名优小吃，丰富人民群众的生活，更好地为饮食业、旅游业发展做出微薄贡献，填补这方面的空白，我们选择了具有代表性的部分品种，编写了这本《陕西名优小吃》。本书力求实用性、趣味性、系统性、科学性相结合，简明扼要地全面反映名优小吃的历史渊源、发展过程、地方特色、营养食疗等内容。还从实用出发，反映现代新成果，对每个品种的主要名称、别名、味型、烹调方法、应用原料、制作工艺、风味特点等，均作了较详细的介绍。同时，为

了方便读者的继承和创新，还介绍了能举一反三的变通小吃千余种，作为参考使用。

本书可供饮食服务业、旅游业、招待所、厂矿企业、医院中的在职厨师使用；也可作为烹饪院校、饮食服务院校、培训班、餐饮管理人员的教材或教学参考书；还可供广大烹饪爱好者、转岗人员与家庭主妇学习、参考。

本书在编写过程中，得到了陕西兴民技校、西安大雁塔技校、西安育才技校、陕西省旅游学校图书馆、西安大华饭店、聚丰园饭店、陕西省军区八一宾馆餐饮部、西安金土地食府、陕西食文化研究会的大力支持，并得到郑子海、陈文涣、赵飞凤、覃明正、翟耀民、刘荣、王成利、房宗贤、王文福、王萍等同志的热情帮助，在此表示衷心的感谢。

书中缺点、错误在所难免，欢迎广大读者和行家批评指正，以资改进。

编著者

目 录

陕西名优小吃概述	[1]
----------------	-----

关中部分

石子馍	[9]	蝴蝶夹	[58]
周王礼面	[10]	银丝卷	[60]
艺术花馍	[12]	素糊饽	[61]
腊汁肉夹馍	[16]	炸馓子	[62]
牛羊肉泡馍	[18]	炒饼	[64]
长安油酥饼	[22]	月牙烧饼	[66]
泡油糕	[25]	糖酥烧饼	[67]
煎饼、春饼	[27]	羊肉丸子糊辣汤	[69]
锅盔	[29]	疙瘩面	[70]
黄桂柿子饼	[30]	糍糕	[71]
甑糕	[32]	汤圆	[73]
搅团、漏鱼	[34]	姜丝拌汤	[75]
秦镇面皮	[36]	关中油茶	[76]
富平酥饺	[38]	桂花醪糟	[78]
西府腊驴肉	[41]	豆腐脑	[79]
水煎包子	[44]	罐罐馍	[82]
羊肉水饺	[46]	西安包子	[84]
白醪酒	[48]	凉面皮子	[86]
山药糕	[50]	水盆大肉	[88]
宝鸡茶酥	[52]	羊肝夹馍	[89]
页面	[53]	椽头蒸馍	[90]
蛋皮春段	[55]	灌汤包饺	[91]
油酥角	[56]	豆黄糕	[93]
荷叶饼	[57]	柿子面糊塌	[94]

江米油糕	[95]	芝麻饼	[148]
时辰包子	[96]	椒盐饼	[149]
小笼包饺	[98]	黄桂稠酒	[151]
菊花酥饼	[101]	擀面皮	[153]
炸春卷	[102]	重阳糕	[155]
水盆羊肉	[104]	金线油塔	[157]
红油饼	[106]	稍梅	[158]
馄饨	[107]	太后饼	[160]
拉面	[109]	关中大肉饼	[162]
水晶饼	[111]	粉鱼鱼	[163]
年糕	[112]	白皮月饼	[164]
三原凉粉	[114]	鸡肉面	[167]
关中饴络	[116]	鲜肉锅贴	[169]
臊子面	[118]	同州枣肉沫糊	[171]
西安风味水饺	[119]	西安什锦元宵	[173]
白剂馍	[121]	豆腐包子	[175]
咸水面	[123]	蜂蜜凉粽子	[176]
东府炉齿面	[125]	耀州窝窝面	[179]
酒酿饼	[127]	西安葫芦头	[180]
百合糕	[128]	开花馒头	[184]
铜川大刀面	[130]	八宝饭	[186]
翡翠面	[131]	萝卜丝饼	[187]
油泼扯面	[133]	炒拨鱼	[189]
岐山面	[134]	杏仁豆腐	[190]
红肉煮馍	[136]	桂花糖米藕	[192]
粉汤羊血	[138]	炸酱面	[193]
黄桂油糕	[140]	关中麻食	[195]
盘丝饼	[141]	炒面条	[197]
粉蒸大肉	[142]	焖卤面	[198]
粉蒸羊肉	[144]	三原蓼花糖	[200]
三鲜盒子	[145]	羊肉臊子饴络	[202]
棣花蛋糕	[146]	血条面	[204]

兴平棋子馍	[206]	棋花面	[210]
鹿糕馍	[208]	腊羊肉	[212]

陕北部分

榆林香哪	[216]	韭菜肉盒子	[237]
钱钱饭	[217]	陕北杂面	[239]
绥德油旋	[219]	陕北火烧	[247]
马蹄酥	[221]	小酥饼	[249]
羊肉烩面	[223]	荞糝碗托	[251]
枣果馅·枣角子	[224]	镇川干烙	[253]
油炸糕	[227]	炒糕泡泡	[255]
炸奶链	[229]	陕北羊杂碎	[256]
佳县蜜碗	[231]	炸豆奶	[258]
陕北米酒	[232]		

陕南部分

陕南米面皮子	[260]	海味罐罐茶	[290]
勉县大馄饨	[261]	葱椒核桃	[292]
安康酸菜面	[263]	栗蓉糯米糕	[294]
商洛粽子	[265]	菜豆腐	[296]
枣糕馍	[267]	糯米花香糕	[298]
陕西米线	[269]	米粉团子	[300]
汉中浆水面	[271]	莲菜糕	[302]
汉中梆子面	[273]	黑米长生粥	[304]
陕南魔芋糕	[275]	南瓜饼·团子	[305]
豆沙炸糕	[277]	枣泥糕	[307]
甜发糕	[279]	炸馅馒头	[308]
宁强核桃饼	[280]	定军山凉粉	[310]
汉中凉糕·凉麻团	[282]	洋芋糍粑	[312]
炸麻团·麻球	[284]	炕炕馍	[313]
如意芝麻卷子	[286]	蜜炙芋头	[316]
西乡泡粑馍	[288]		
参考文献			[318]

陕西名优小吃概述

陕西省位于中国内陆腹地，是中国东西部地区的结合部。秦岭和北山把陕西分为三大自然区域，横跨长江、黄河两大水系。陕南是秦巴山区，具有北亚热带气候特色；中部是关中平原，具有暖温带气候特色；陕北是黄土高原和长城沿线沙漠，具有温带气候特色。陕西是人类先祖的发源地之一，据现代考古发掘材料证明，蓝田猿人和洛南龙牙洞先民遗址，距今已有 115 万年，分别在秦岭的南坡和北坡，属于旧石器时代。距今约 1 万年左右到 5000 年的新石器时代和仰韶文化时期，有许多的先民文化遗址被现代考古发现，例如有华县老官台古文化遗址，宝鸡北首岭和石嘴头古文化遗址，西乡县李家村古文化遗址，临潼姜寨和西安半坡古文化遗址等，已经有了“刀耕火种”式的农业、园艺业和畜牧业，从而证实了陕西是中国农业重要的发源地之一。西安半坡遗址发现的谷子和菜籽，西乡县李家村遗址发现的水稻籽，说明了陕西在黄河、长江两大水系已经有了规模农业和畜牧业。

陕西是中华民族的文化摇篮，也是中国烹饪工艺技术的重要发源地，“民以食为天”，作为中国传统文化反映的饮馔小吃，也以历史悠久、源远流长而载入史册。据中国最早的文献史料《国语·晋语》记载：“昔少典娶于有蟠氏，生黄帝、炎帝。黄帝以姬水成，炎帝以姜水成，成而异德，故黄帝为姬，炎帝为姜。”人们称炎帝为“神农氏”，称黄帝为“轩辕氏”。《周书》说：“神农耕