

《中国名城大众菜点》丛书编委会

# 桂林大众菜点

蒋明刚 编著



安徽科学技术



# 桂林大众菜点

《中国名城大众菜点》丛书编委会

蒋明刚 编著

**图书在版编目(CIP)数据**

桂林大众菜点/蒋明刚编著. —合肥:安徽科学技术出版社, 2000. 6

(中国名城大众菜点丛书)

ISBN 7-5337-2000-8

I. 桂… II. 蒋… III. 菜谱-广西-桂林市  
IV. TS972.182.67

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 28472 号

\*

安徽科学技术出版社出版

(合肥市跃进路 1 号新闻出版大厦)

邮政编码:230063

电话号码:(0551)2825419

新华书店经销 合肥晓星印刷厂印刷

\*

开本:850×1168 1/32 印张:4 彩插:4 字数:86 千

2000 年 6 月第 1 版 2000 年 6 月第 1 次印刷

印数:5 000

ISBN 7-5337-2000-8/TS · 68 定价:8.00 元

(本书如有倒装、缺页等问题请向本社发行科调换)

素菜

酱爆四季豆



油爆漓江虾



炒熠爆煸菜



酸笋炒鳅鱼

马蹄炒肚球



酸豆角炒大肠



冬笋炒腊肉





干  
锅  
鸭  
块



爆  
炒  
牛  
领  
头



田  
螺  
鸡

板栗焖鸭块



烧  
焖  
煨  
菜

笋干焖五花



红  
烧  
牛  
排

炸煎蒸炖某

荔芋香扣肉



酸菜烧牛尾



黄豆炖牛尾



海鲜某



咸鱼茄子煲

小吃

水糍粑



炸藕丸



桂林酸辣粉



腌酸卷心菜



# 前 言

桂林地处广西的北部，与湖南省毗邻，这里气候温和，雨水丰富，群山延绵，森林广茂。宜人的气候和良好的地理环境，给植物的生长和各种动物的繁衍提供了优良的条件，从而也为烹饪提供了充足的原料资源。桂林又是国际旅游名城，每年的中外游客达数百万人次，中西文化在这里得以广泛交流，为桂林菜汲取中外饮食文化的精髓形成自己独特的风味创造了有利的条件。

经过广大厨艺界同仁们的努力，以及市场的培育和导向，桂林菜逐渐形成了酸辣，干香，口味醇和，讲究调味，选料朴实无华，制作上擅长炒、炸、炖、焖、煲、烧、干锅的特点。本书分别介绍了一些传统的桂林大众菜以及近年来创新的、深受广大消费者喜爱的家常菜。这些菜肴均简单易学、美味可口，读者阅后，一定会有所帮助的。当然，由于受技术水平和饮食阅历所限，书中难免有错误及遗漏之处，还望读者给予批评和指正。

作 者

# 目 录

## 第一篇 桂林菜肴

### 冷 菜

|              |     |             |     |
|--------------|-----|-------------|-----|
| 酸辣皮冻 .....   | (2) | 八宝酿小肚 ..... | (6) |
| 凉拌粉皮 .....   | (2) | 凉拌海带结 ..... | (7) |
| 粉丝拌肚丝 .....  | (3) | 凉拌牛百叶 ..... | (7) |
| 虾米拌香芹 .....  | (3) | 凉拌苦瓜 .....  | (7) |
| 香卤牛花腱 .....  | (3) | 凉拌鱼皮 .....  | (8) |
| 水煮五香花生 ..... | (4) | 芝麻拌蜇皮 ..... | (8) |
| 浇汁皮蛋 .....   | (4) | 芝麻手撕鸡 ..... | (8) |
| 凉拌猪耳片 .....  | (5) | 酒酿卤鸭掌 ..... | (9) |
| 酸麻肚片 .....   | (5) | 凉拌金针菇 ..... | (9) |
| 香糯大肠 .....   | (6) | 麻辣豆腐丝 ..... | (9) |

### 素 菜

|             |      |              |      |
|-------------|------|--------------|------|
| 椒爆嫩南瓜 ..... | (10) | 蚝油茭白 .....   | (14) |
| 素炒土豆丝 ..... | (10) | 明油芥蓝 .....   | (15) |
| 蒜茸爆黄瓜 ..... | (11) | 蜜汁藕片 .....   | (15) |
| 素炒丝瓜 .....  | (11) | 蜜汁白果 .....   | (15) |
| 南乳空心菜 ..... | (12) | 拔丝马蹄 .....   | (16) |
| 南乳烧腐竹 ..... | (12) | 挂霜花生 .....   | (16) |
| 素炒莲藕 .....  | (12) | 油爆尖椒 .....   | (17) |
| 煎藕饼 .....   | (13) | 素烩四宝 .....   | (17) |
| 葱爆紫茄 .....  | (13) | 酸炒魔芋豆腐 ..... | (18) |
| 素炒苦瓜 .....  | (13) | 双椒甜笋丝 .....  | (18) |
| 酱爆四季豆 ..... | (14) | 素炒南瓜苗 .....  | (18) |

## 炒熘爆煊菜

|               |      |               |      |
|---------------|------|---------------|------|
| 油爆漓江虾 .....   | (19) | 肉末炒五香豆腐 ..... | (29) |
| 五彩炒鳝丝 .....   | (19) | 肉末炒冬瓜 .....   | (29) |
| 酸笋炒鳊鱼 .....   | (20) | 肉末炒粉丝 .....   | (30) |
| 酸笋炒干鱼仔 .....  | (20) | 斑瓜炒肉片 .....   | (30) |
| 冬笋熘鱼片 .....   | (21) | 冬笋炒腊肉 .....   | (31) |
| 滑熘生鱼球 .....   | (22) | 油泡腰花 .....    | (31) |
| 桂林炒田螺 .....   | (22) | 酸炒尾节 .....    | (32) |
| 爆炒鳝片 .....    | (23) | 干煸牛花腱 .....   | (32) |
| 酸甜鱼块 .....    | (23) | 蚝油熘牛柳 .....   | (33) |
| 马蹄炒鸡球 .....   | (24) | 双菇羊肉丝 .....   | (33) |
| 酸豆角炒鸡肫 .....  | (24) | 青椒炒羊肚 .....   | (34) |
| 菠萝子姜炒鸭片 ..... | (25) | 苦瓜炒牛肉 .....   | (34) |
| 子姜炒子鸭 .....   | (25) | 菠萝炒鸡球 .....   | (35) |
| 酸炒公鸡蛋 .....   | (26) | 糖醋酥衣蛋 .....   | (35) |
| 酸豆角炒猪大肠 ..... | (26) | 干锅鸭块 .....    | (36) |
| 马蹄炒肚球 .....   | (27) | 小笋炒蛋 .....    | (36) |
| 木耳青椒炒肚片 ..... | (27) | 蚝油鸭掌 .....    | (37) |
| 爆炒猪肝 .....    | (28) | 爆炒牛领头 .....   | (37) |
| 酸菜炒鳝丝 .....   | (28) | 豉汁熘脊髓 .....   | (38) |

## 烧焖煨菜

|             |      |               |      |
|-------------|------|---------------|------|
| 红烧鱼头 .....  | (38) | 茄汁焗排骨 .....   | (45) |
| 酸椒烧鲤鱼 ..... | (39) | 豉汁蒸排骨 .....   | (45) |
| 酸笋梳子鳊 ..... | (39) | 南乳焖烧肉 .....   | (46) |
| 桂林干烧鱼 ..... | (40) | 肉末豆豉烧柚皮 ..... | (46) |
| 豆酱烧鲤鱼 ..... | (41) | 鲜肉酿柚皮 .....   | (47) |
| 黄焖鸡 .....   | (41) | 煎焖苦瓜酿 .....   | (47) |
| 糟辣鸡 .....   | (42) | 煎焖酿青椒 .....   | (48) |
| 葱油焗子鸡 ..... | (42) | 煎酿水豆腐 .....   | (48) |
| 醋血鸭 .....   | (42) | 咖喱烧牛腩 .....   | (49) |
| 柚皮鸭 .....   | (43) | 黄焖羊腩 .....    | (49) |
| 板栗焖鸭块 ..... | (44) | 红烧牛排 .....    | (50) |
| 笋干焖五花 ..... | (44) | 阳朔田螺酿 .....   | (50) |

|            |      |
|------------|------|
| 鲢鱼煲 .....  | (51) |
| 黄焖地羊 ..... | (51) |

|            |      |
|------------|------|
| 田螺鸡 .....  | (52) |
| 水煮杂碎 ..... | (53) |

### 炸煎蒸炖菜

|               |      |
|---------------|------|
| 油酥漓江虾 .....   | (53) |
| 酥炸盘龙鳝 .....   | (54) |
| 椒盐蛇段 .....    | (54) |
| 干煎小罗非 .....   | (55) |
| 清蒸鲩鱼 .....    | (55) |
| 豆豉蒜茸蒸鲮鱼 ..... | (56) |
| 蒜米扣鲢鱼 .....   | (56) |
| 红豆煎炖鱼 .....   | (57) |
| 竹筒黄刺骨 .....   | (57) |
| 清蒸黄刺骨 .....   | (58) |
| 红枣炖老鸡 .....   | (58) |
| 薏米黄芪炖鸡 .....  | (58) |
| 冬菇蒸滑鸡 .....   | (59) |
| 黑豆双参炖乌鸡 ..... | (59) |
| 蛤蚧山龟炖老鸡 ..... | (60) |
| 荷叶蒸鸡块 .....   | (60) |
| 白果炖老鸭 .....   | (61) |
| 红枣板栗炖老鸡 ..... | (61) |
| 荔茸香酥鸭 .....   | (62) |
| 荷叶八宝鸭 .....   | (62) |

|               |      |
|---------------|------|
| 蛤蚧陈皮炖红鸭 ..... | (63) |
| 上素扒大鸭 .....   | (63) |
| 莲子碎扣鸭 .....   | (64) |
| 党参炖乳鸽 .....   | (64) |
| 酥炸鹌鹑 .....    | (65) |
| 淮杞炖乳鸽 .....   | (65) |
| 荔芋香扣肉 .....   | (66) |
| 糯香排骨 .....    | (66) |
| 脆皮猪尾节 .....   | (67) |
| 花生炖猪脚 .....   | (67) |
| 白果马蹄煲猪肚 ..... | (68) |
| 马蹄蒸肉饼 .....   | (68) |
| 酥炸茄盒 .....    | (69) |
| 酥炸欢喜 .....    | (69) |
| 黄豆炖牛尾 .....   | (70) |
| 酸菜烧牛尾 .....   | (70) |
| 枸杞鞭花煲 .....   | (71) |
| 红枣甘蔗炖山羊 ..... | (71) |
| 枸杞炖生鱼 .....   | (72) |

### 汤

|               |      |
|---------------|------|
| 枸杞猪肝汤 .....   | (72) |
| 枸杞蛋花汤 .....   | (73) |
| 排骨干菜汤 .....   | (73) |
| 脆球粉丝汤 .....   | (73) |
| 番茄香葱蛋花汤 ..... | (74) |
| 余汤鸡 .....     | (74) |
| 咸蛋芥菜汤 .....   | (74) |
| 酸辣鱼头汤 .....   | (75) |

### 菜

|             |      |
|-------------|------|
| 鱼头豆腐汤 ..... | (75) |
| 黄刺骨余汤 ..... | (76) |
| 奶白生鱼汤 ..... | (76) |
| 鲈鱼苦瓜汤 ..... | (76) |
| 肉末紫菜汤 ..... | (77) |
| 排骨海带汤 ..... | (77) |
| 漓江清水鱼 ..... | (77) |
| 榨菜肉丝汤 ..... | (78) |

## 海 鲜 菜

|               |      |               |      |
|---------------|------|---------------|------|
| 蒜香白鳝煲 .....   | (78) | 酸辣鱿鱼卷 .....   | (90) |
| 豉汁盘龙鳝 .....   | (79) | 香麻鱿鱼丝 .....   | (90) |
| 碧绿白鳝球 .....   | (79) | 干煎小鲜鱿 .....   | (91) |
| 菇笋扣白鳝 .....   | (80) | 青椒鱿鱼筒 .....   | (91) |
| 黄焖白鳝段 .....   | (80) | 海米炒冬瓜 .....   | (91) |
| 清蒸油槌鱼 .....   | (81) | 咸蛋鲜蟹芥菜汤 ..... | (92) |
| 奶白油槌汤 .....   | (81) | 烧焗花蟹 .....    | (92) |
| 白灼斑节虾 .....   | (82) | 山花姜茸蒸海蟹 ..... | (92) |
| 蚝油斑节虾 .....   | (82) | 姜葱蒸蟹肉 .....   | (93) |
| 青豆凤尾虾 .....   | (82) | 海米扒菜心 .....   | (93) |
| 蒜茸蒸虾球 .....   | (83) | 紫菜墨鱼丸汤 .....  | (94) |
| 清汤汆螺片 .....   | (83) | 玉九发菜汤 .....   | (94) |
| 虾酱螺片 .....    | (84) | 西芹墨鱼丸 .....   | (94) |
| 清蒸鲈鱼 .....    | (84) | 蚝豉排骨煲冬瓜 ..... | (95) |
| 煎烧鲈鱼 .....    | (84) | 韭黄炒泥丁 .....   | (95) |
| 滑溜鲈鱼球 .....   | (85) | 墨鱼炖老鸡 .....   | (96) |
| 豉油蒸鲑鱼 .....   | (86) | 墨鱼炖猪肚 .....   | (96) |
| 黄焖鲑鱼 .....    | (86) | 红烧带鱼 .....    | (96) |
| 双冬扣鲑鱼 .....   | (87) | 咸鱼茄子煲 .....   | (97) |
| 沙锅鲈鱼豆腐煲 ..... | (87) | 紫菜车螺肉末汤 ..... | (97) |
| 香芹花枝片 .....   | (88) | 酿焗小花螺 .....   | (98) |
| 白灼花枝片 .....   | (89) | 墨鱼炖猪脚 .....   | (98) |
| 五彩墨鱼丝 .....   | (89) |               |      |

## 第二篇 桂林小吃

### 甜 品

|               |       |             |       |
|---------------|-------|-------------|-------|
| 绿豆沙 .....     | (100) | 甜酒煮汤圆 ..... | (101) |
| 甜酒煮鸡蛋 .....   | (100) | 可可马蹄糕 ..... | (102) |
| 冰糖炖银耳 .....   | (100) | 狗舌耙 .....   | (102) |
| 湘莲炖鸡蛋 .....   | (101) | 酥炸牛奶 .....  | (103) |
| 红枣百合炖银耳 ..... | (101) | 艾叶粿 .....   | (103) |

|               |       |
|---------------|-------|
| 牛奶银耳马蹄爽 ..... | (104) |
| 南瓜饼 .....     | (104) |
| 高粱饼 .....     | (104) |
| 水糍粑 .....     | (104) |

## 咸

|              |       |
|--------------|-------|
| 桂林卤菜米粉 ..... | (106) |
| 桂林汤粉 .....   | (107) |
| 桂林酸辣粉 .....  | (108) |
| 桂林炒粉 .....   | (108) |
| 鸡粒荔芋角 .....  | (108) |
| 猪血汤 .....    | (109) |
| 瘦肉皮蛋粥 .....  | (110) |
| 腌子姜酸 .....   | (110) |

|               |       |
|---------------|-------|
| 菠萝甜酒羹 .....   | (105) |
| 蜜汁莲藕 .....    | (105) |
| 冰糖银耳炖花生 ..... | (106) |

## 品

|             |       |
|-------------|-------|
| 腌酸卷心菜 ..... | (110) |
| 双色萝卜丝 ..... | (111) |
| 酸辣米豆腐 ..... | (111) |
| 炸鱿鱼须 .....  | (111) |
| 豉汁蒸凤爪 ..... | (112) |
| 串烫牛腩 .....  | (113) |
| 炸藕丸 .....   | (113) |

## 第一篇 桂林菜肴



## 冷 菜

### 酸辣皮冻

原料 猪耳 250 克 鲜猪皮 200 克 水 1250 克 酸红椒丁 30 克 酸姜片 50 克 蒜茸 30 克 食用明胶 100 克

调料 盐 10 克 生抽 5 克 味精 3 克 热油 30 克

#### 制法

1. 猪耳、鲜猪皮洗净后焯水，再洗净。猪耳斜刀切片。然后将猪耳片、鲜猪皮加水，和食用明胶同煮至炖。

2. 猪皮弃掉，猪耳捞出放入碗内。余汤加 7 克盐调味后滤去杂质，倒入猪耳碗中凉透。

3. 将猪耳汤放入冰箱内冷藏，待凝固后，切成长约 4 厘米、宽 3 厘米、厚 0.7 厘米的片上碟。

4. 将酸红椒丁、酸姜片、蒜茸置于碗中，淋入热油和生抽，拌入味精调匀即成味汁，淋在猪耳片上即可食用。

特点 冰凉爽口，酸辣开胃，尤其适合于夏季食用，深受桂林人的喜爱。

注：鲜猪皮上的脂肪应除净，否则汤浊而油腻。而且猪皮一定要煮炖。除猪耳外，也可加入猪脚、花生，制成“皮花生猪脚冻”。

### 凉拌粉皮

原料 粉皮 400 克 酸红椒 30 克 蒜茸 20 克 酸豆角 100 克

调料 生抽王 8 克 味精 3 克 醋 5 克 麻油 3 克 沸油 10 克

#### 制法

1. 酸红椒切粒与蒜茸一起放入一碗里，淋入沸油。酸豆角切丁备用。