

异国风味菜 30 种

YIGUO FENGWEI CAI 30 ZHONG

吴 杰 主编



82.53



金盾出版社

JINDUN CHUBANSHE

内 容 提 要

本书是金盾版“家庭美食系列丛书”之一,专为家庭学做异国风味菜而编写。书中精选了能满足家庭需要,且适合家庭制作的异国风味菜 30 种,每菜一图,以简洁的文字对每款菜的用料配比、制作方法及成菜特点等均作了具体介绍,对主要制作过程还配有示范图片。本书科学实用,好懂易学,图文并茂,一目了然,不仅适合广大家庭阅读使用,也可供餐饮业人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

异国风味菜 30 种/吴杰主编;郭玉华等编著. —北京:金盾出版社,2003. 12

(家庭美食系列丛书)

ISBN 7-5082-2700-X

I. 异… II. ①吴…②郭… III. 菜谱-世界

IV. TS972. 183

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 091487 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 66882412

传真:68276683 电挂:0234

封面印刷:北京 2207 工厂

正文印刷:北京精美彩印有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:2 彩页:64 字数:20 千字

2003 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1—15000 册 定价:10.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

**金盾版图书,科学实用,
通俗易懂,物美价廉,欢迎选购**

厨师培训教材	25.00 元	清真菜谱	8.50 元
烹饪诀窍 500 题	12.50 元	新编大众菜谱	6.00 元
餐厅服务规范	10.00 元	5 分钟学烹饪	8.50 元
客房服务与管理	6.00 元	家庭烹调入门	5.50 元
中国南北名菜谱 (精装)	22.00 元	菜蔬美味 30 种	8.00 元
中国南北名菜谱 (平装)	19.00 元	水产美味 30 种	8.00 元
中国名菜精华	30.00 元	禽蛋美味 30 种	8.00 元
中国素斋集萃	20.00 元	肉菜美味 30 种	8.00 元
正宗川菜 160 种	13.50 元	凉菜美味 30 种	8.00 元
正宗苏菜 160 种	11.60 元	粤菜美味 30 种	8.00 元
正宗粤菜 160 种	11.50 元	京菜美味 30 种	8.00 元
粤菜烹调 160 种	11.00 元	兔肉美味 30 种	8.00 元
鲁菜烹调 350 例	9.00 元	豆制品美味 30 种	8.00 元
京菜烹调 280 例	8.50 元	鹌鹑美味 30 种	8.00 元
新派川菜 100 种	19.00 元	酱制美味 30 种	8.00 元
上海特色菜点	22.00 元	宫廷菜美味 30 种	8.00 元
东北名菜精华	6.00 元	清真美味 30 种	8.00 元
上海名店名菜谱	13.00 元	卤制美味 30 种	8.00 元
上海素食	8.00 元	烧烤美味 30 种	8.00 元
名菜精华	13.00 元	肥肠美味 30 种	8.00 元
食品雕刻精选	20.00 元	沙拉美味 30 种	9.00 元
冷盘集锦	12.00 元	竹笋美味 30 种	8.00 元
卤制菜肴与糟制 凉菜	7.50 元	粥品美味 30 种	8.00 元
风味甜菜 150 种	7.50 元	沙锅美味 30 种	8.00 元
海鲜菜谱	5.50 元	素食美味 30 种	8.00 元
		肉鸽美味 30 种	8.00 元
		象形点心 30 种	8.00 元
		野菜美味 30 种	8.00 元

面条美味 30 种	8.00 元	汤粥羹汁制作	
饺子美味 30 种	8.00 元	300 例	5.00 元
火腿美味 30 种	8.00 元	消暑解热汤谱	3.00 元
萝卜美味 30 种	8.00 元	营养早餐 60 套	11.50 元
瓜类美味 30 种	8.00 元	早餐食谱	6.00 元
象形菜肴 30 种	8.00 元	电烤箱食谱	4.50 元
羊肉美味 30 种	8.00 元	微波炉食谱	7.50 元
牛肉美味 30 种	8.00 元	宝宝营养食谱	5.70 元
驴肉美味 30 种	8.00 元	婴幼儿食谱	7.00 元
农家菜美味 30 种	10.00 元	孕产妇食谱	5.00 元
药膳美味 30 种	10.00 元	主食花样 360 种	10.00 元
杂碎美味 30 种	10.00 元	北京风味小吃	5.60 元
肚类美味 30 种	10.00 元	成都风味小吃	4.00 元
特色面食 30 种	10.00 元	广东点心	8.00 元
特色米饭 30 种	8.00 元	上海小吃	10.00 元
四季风味下酒菜	8.50 元	美味面点 400 种	
清真特色食品	7.00 元	(第二版)	10.00 元
家宴冷餐谱	6.50 元	家常面点制作	
喜庆家宴食谱	6.50 元	60 种	8.00 元
双休日家庭食谱	5.00 元	精美茶点	22.00 元
菜肴围边技巧	9.70 元	大众西餐	4.40 元
家庭凉拌菜	8.00 元	大众糕饼点心	6.00 元
豆腐菜肴 200 种	6.00 元	食堂烹饪指南	9.00 元
辣味菜肴烹调		饮酒识酒趣谈	6.80 元
270 种	6.00 元	鸡尾酒调制技法	6.00 元
四川火锅	10.00 元	名优酱菜腌菜家	
沙锅菜肴精选	24.00 元	庭制法 300 种	
家常美味汤谱	6.50 元	(第二次修订版)	5.50 元

以上图书由全国各地新华书店经销。凡向本社邮购图书者,另加 10% 邮挂费。书价如有变动,多退少补。邮购地址:北京太平路 5 号金盾出版社发行部,联系人徐玉珏,邮政编码 100036,电话 66886188。

家庭美食系列丛书

异国风味菜 30 种

主 编 吴 杰

编 著 郭玉华 吴昊然 刘 捷 李永红

李 松 王彦武 宋宝柱 夏 玲

陆春江

摄 影 吴 杰 刘金峰

金 盾 出 版 社

前 言

《异国风味菜30种》是金盾版“家庭美食系列丛书”之一,是为了满足人们特色饮食需求而编写的。目前,脍炙人口的法国菜、日本菜、俄罗斯菜、韩国菜已风靡世界,以其独有的特色受到了各国人民的喜爱。

为了满足广大家庭及美食爱好者的需求,我们从法国菜、日本菜、俄罗斯菜、韩国菜中精选了30种较具特色又适合我国各地人们口味的美味佳肴,其原料易取,好懂易学,按书习做,既能满足广大家庭品尝异国风味菜,提高饮食层次的需求,又能让大家在亲手制作中增添许多乐趣,给家庭生活带来欢乐与温馨。

本书不仅适合广大家庭阅读使用,而且适合宾馆、酒店、餐馆使用,还可供餐饮服务学校教学参考。

编 者



目 录

面包粉炸虾	煮萝卜鸡块
(法国)..... (4)	(日本) (34)
蛎黄杯(法国)..... (6)	香蕉鸡球
来法罗鸡(法国)	(俄罗斯) (36)
..... (8)	蘑菇土豆饼
鸡蛋番茄沙拉	(俄罗斯) (38)
(法国) (10)	土豆各六吉
鹅肝全力(法国)	(俄罗斯) (40)
..... (12)	咖喱马乃司蛋
奶油炸猪扒	(俄罗斯) (42)
(法国) (14)	高加索羊肉丸子
红焖羊腿沙司	(俄罗斯) (44)
(法国) (16)	咖喱牛肉干
啤酒焖牛肉	(俄罗斯) (46)
(法国) (18)	烤牛肉(韩国) ... (48)
红酒烩牛肚	酸辣兔肉(韩国)
(法国) (20)	 (50)
焗烧牛肉(日本)	翡翠狗腿(韩国)
..... (22)	 (52)
螃蟹锅子(日本)	炸蒸狗肉(韩国)
..... (24)	 (54)
拌牡蛎(日本) ... (26)	拌狗皮(韩国) ... (56)
烤墨斗鱼(日本)	人参炖鸡(韩国)
..... (28)	 (58)
拌生鱼(日本) ... (30)	拌墨鱼(韩国) ... (60)
拌鱿鱼丝(日本)	豌豆炒虾仁
..... (32)	(韩国) (62)

面包粉炸虾(法国)





原 料

大虾 500 克，土豆 100 克，鸡蛋 1 个，面包粉 75 克，面粉 25 克，葱姜汁 20 克，番茄沙司 80 克，精盐 3 克，胡椒粉 0.5 克，油 750 克。

制作步骤



土豆去皮，切成粗丝，用清水泡洗后捞出。大虾去头、去皮、去沙线，留虾尾，从背部片开，不能片断，用刀背轻轻地拍松。

锅内加油烧至五成热，下入虾炸熟透，捞出装在盘的一边。待油温升至七成热时，下入土豆丝炸熟干爽时捞出，放在盘的另一边，配番茄沙司上桌即成。



虾用精盐、胡椒粉、葱姜汁腌渍入味，沾匀面粉，拖匀搅散的鸡蛋液，再沾上面包粉按实。



操作提示

炸虾时要用小火。炸土豆丝时要用中火。

蛎 黄 杯(法国)





原 料

蚌黄400克，白醋10克，精盐2克，胡椒粉、芥末面各0.5克，色拉油100克。

制作步骤



蚌黄治理后反复洗净，沥去水分后放入容器内。



精盐、胡椒粉、芥末面放入碗内，慢慢地加入色拉油，边加边搅动，再加入白醋搅匀成汁。

搅匀的汁倒入蚌黄内拌匀，装入杯中即成。

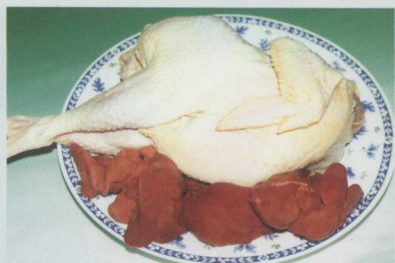


操作提示

胡椒粉、芥末面内加入色拉油及白醋时，要顺一个方向不停地搅动。

来法罗鸡(法国)

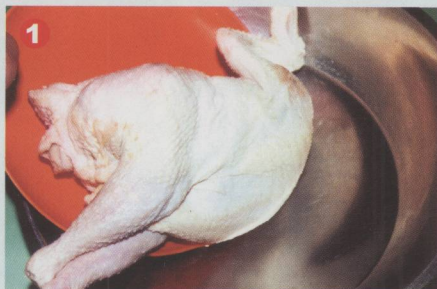




原 料

净鸡 1 只(重约 1300 克), 鸡肝 200 克, 食用明胶 15 克, 精盐 2 克, 胡椒粉 0.5 克, 牛奶 50 克, 鲜奶油 20 克, 鸡汤 400 克, 面粉、油各 30 克。

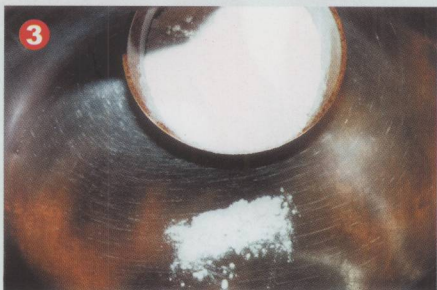
制作步骤



鸡斩去头颈。锅内加水烧沸, 下入鸡煮熟捞出。将鸡脯肉片下, 去掉胸骨。



锅内加油 20 克烧热, 下入鸡肝炒熟, 倒出切碎, 拌入胡椒粉及精盐 1 克, 放在鸡腹内, 用鸡脯肉片盖上。



锅内加面粉炒熟, 放入牛奶、鲜奶油、鸡汤和余下的油、精盐搅匀, 浇在鸡身上冷却。食用明胶用凉开水 30 克搅拌溶化, 抹在鸡脯肉上即成。

操作提示

煮鸡时火不可过大。

鸡蛋番茄沙拉(法国)





原 料

鸡蛋4个,番茄500克,洋葱125克,青椒、红椒各30克,嫩芹菜叶、芥末酱各20克,辣椒末6克,白醋15克,精盐2克,胡椒粉0.5克,白糖、菜籽油各40克。

制作步骤



1 鸡蛋入凉水锅内煮熟,捞入凉水中投凉,去掉蛋皮。



2 洋葱、芹菜叶、青椒、红椒均切碎,放入容器内,加入辣椒末、白糖、白醋、芥末酱、菜籽油、精盐、胡椒粉、凉开水150克调匀成蔬菜沙司。

鸡蛋、番茄均切片。将两片番茄中间夹上一片鸡蛋,整齐地码入盘内,浇上调好的蔬菜沙司即成。



操作提示

切鸡蛋、番茄时厚薄要均匀。

鹅肝全力(法国)





原 料

鹅肝 200 克，牛肉 300 克，洋葱(元葱) 75 克，西芹、胡萝卜各 50 克，食用明胶、奶油各 20 克，黄酒、玉桂粉各 10 克，精盐 3 克，味精 2 克，胡椒粉 1 克，鸡蛋清 1 个，汤 500 克，油 25 克。

制作步骤



牛肉切块。洋葱切丝。西芹斜切段。胡萝卜、鹅肝均切片。牛肉块放入锅内加汤略煮。



下入胡萝卜片、西芹段及洋葱丝 50 克烧开，下入鸡蛋清搅匀，改小火烧熟，捞出牛肉块，滤去料渣，加入精盐 2 克、味精 1 克、胡椒粉 0.5 克及玉桂粉、明胶。



锅内加油烧热，下入余下的洋葱丝炆香，下入鹅肝片炒熟，加入黄酒和余下的精盐、味精、胡椒粉炒匀后出锅，用绞肉机绞碎，加入奶油搅匀。牛肉及汤的四分之一倒入容器内，冷却成冻状，将鹅肝放上，再倒入余下的牛肉汤冷却成冻即成。

操作提示

煮牛肉时火要小。