

台湾小吃

(二)

郑衍基 著



广东科技出版社

2.182.58

台湾小吃(二)

郑衍基 著



广东科技出版社

· 广 州 ·

本书原出版者为台湾畅文出版社,经授权由广东科技出版社
在中国大陆地区出版发行。

广东省版权局著作权合同登记

图字:19-1999-088号

图书在版编目(CIP)数据

台湾小吃(二)/郑衍基著. —广州:
广东科技出版社, 2000. 9
ISBN 7-5359-2344-5

I. 台…

II. 郑…

III. 菜谱 - 台湾

IV. TS972. 1

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路 11 号 邮码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

出版人: 黄达全

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

排 版: 家家乐电脑分色公司

印 刷: 广州培基印刷镭射分色有限公司

(广州市天河区棠东村广棠工业区广棠西路 2 号

邮码: 510630)

规 格: 889mm × 1194mm 1/32 印张 2.75 字数 52 千

版 次: 2000 年 9 月第 1 版

2000 年 9 月第 1 次印刷

印 数: 1 ~ 5 000 册

定 价: 16.00 元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

作者序

这不仅是一本食谱!

岁暮年初之际，我再度“提锅弄铲”地制作了别具巧思的怀旧小品——《台湾小吃(一)、(二)、(三)》。不仅对读者来讲，这本食谱充满了创意，就算对我来说，它也是一个全新的经验。

处身竞争激烈的繁忙社会里，如果能够轻车简从、不拘衣着、不拘时地，随意吃些地道小吃，甚至童玩似的零吃，对任何人来说，都是一种卸下压力的享受!

近年来，台湾旅游风气甚盛，“玩到哪里，吃到哪里”已是休闲生活的标准模式。而宝岛虽若小小弹丸之地，但因早期大陆先民移居来台，地理环境不同、生活方式有异，因而衍生出各种不同的饮食习惯，造就了各地无数脍炙人口的美食，例如：

北部的基隆庙口小吃甜不辣、淡海乌豆土魷、新竹风吹捞米粉；彰化、嘉南一带的米制食品：肉圆、糯米肠、台南福寿板、鲔鱼面、担仔面；高雄旗津的海鲜五味小炒、小烹等，俱皆突显了各地务实民俗的饮食特性。

结合多年的餐饮经验，更承蒙畅文出版社张文良先生的再度提携与肯定，我多次南下北上，纵横全岛，遍访各地小吃，亲尝珍味美食，然后埋头制作了这本包括全省百余道地方小吃的食谱。

本着传承中华饮食文化的使命感，本书依旧以精致而不繁琐的方式来介绍各种美食的作法，道道耐人寻味，盘盘令人回想!拥有本书，你可以自己在家制作温馨的亲子饮食，更可以在品味之余细说童年旧事、台湾古史……我相信，它的意义不仅是一本食谱，甚至是一部饮食的历史，它将昭告我们的子孙，这些——就是喂养台湾人长大的奶水和营养!

郑衍基



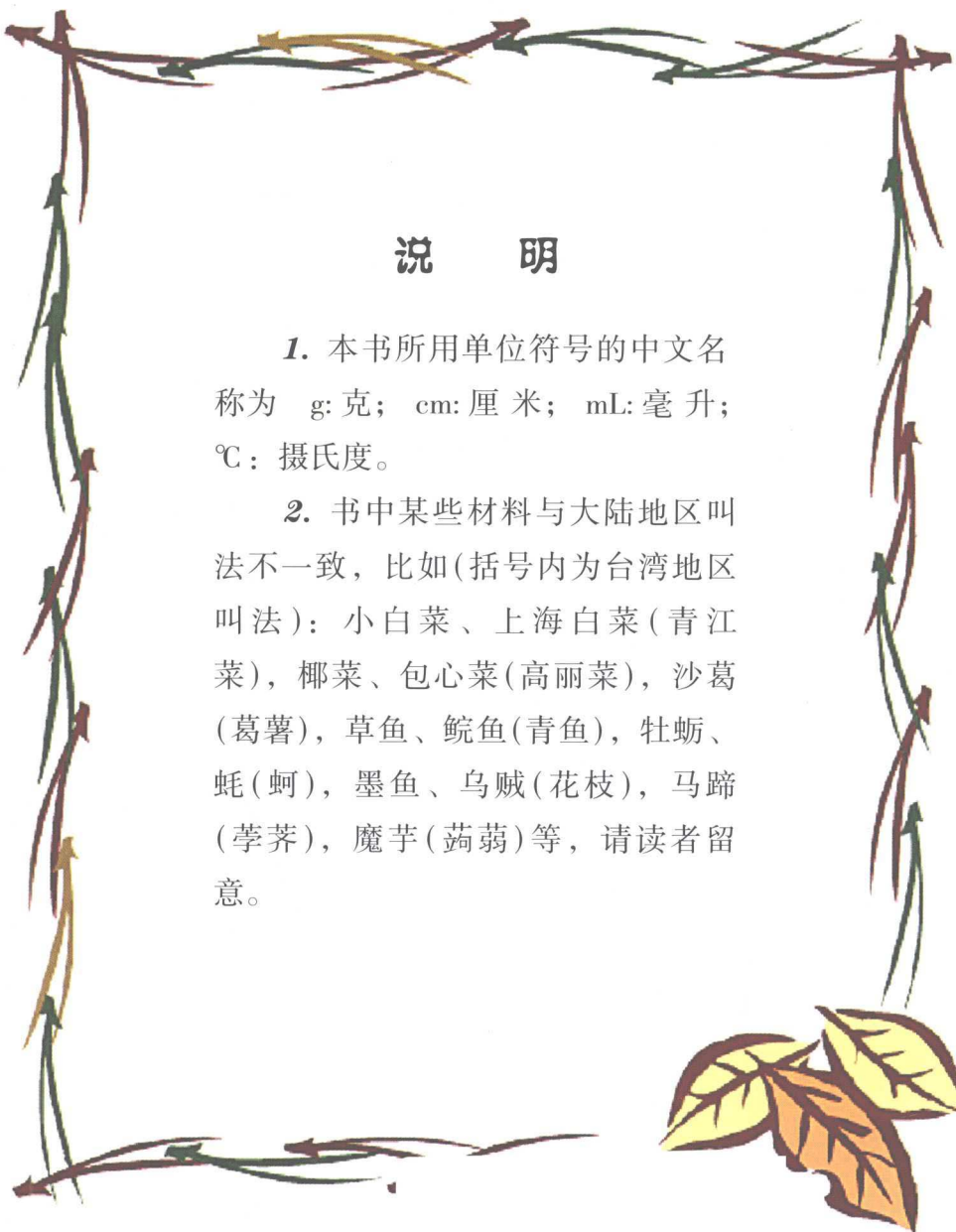
作者简介

- 姓名 ● 郑衍基
- 1954 年生
 - 福建福州人
- 曾任 ● 新亚饭店、广州饭店 主厨
世界酒店、金龙酒店
- 现职 ● “国宾大饭店”
- 中国文化大学海外青年专修班烹饪讲师
 - 实践设计管理学院生应系高烹科讲师
 - 辅仁大学生应系宴会膳食技术讲师
 - 日本全职业调理士协会荣誉会员
 - 加拿大佐治伯朗餐旅学院颁发
最高荣誉厨师奖
 - 公共电视“吃在中国”餐饮技术咨询
 - 幼狮广播电台“妇女生活园地名厨开讲”主讲

中部地方小吃(2)

新竹・苗栗・台中・彰化





说 明

1. 本书所用单位符号的中文名称为 g: 克; cm: 厘米; mL: 毫升; ℃: 摄氏度。

2. 书中某些材料与大陆地区叫法不一致, 比如(括号内为台湾地区叫法): 小白菜、上海白菜(青江菜), 椰菜、包心菜(高丽菜), 沙葛(葛薯), 草鱼、鲩鱼(青鱼), 牡蛎、蚝(蚵), 墨鱼、乌贼(花枝), 马蹄(荸荠), 魔芋(蒟蒻)等, 请读者留意。

台湾小吃(二)

目 录



2 中部地方小吃(2)

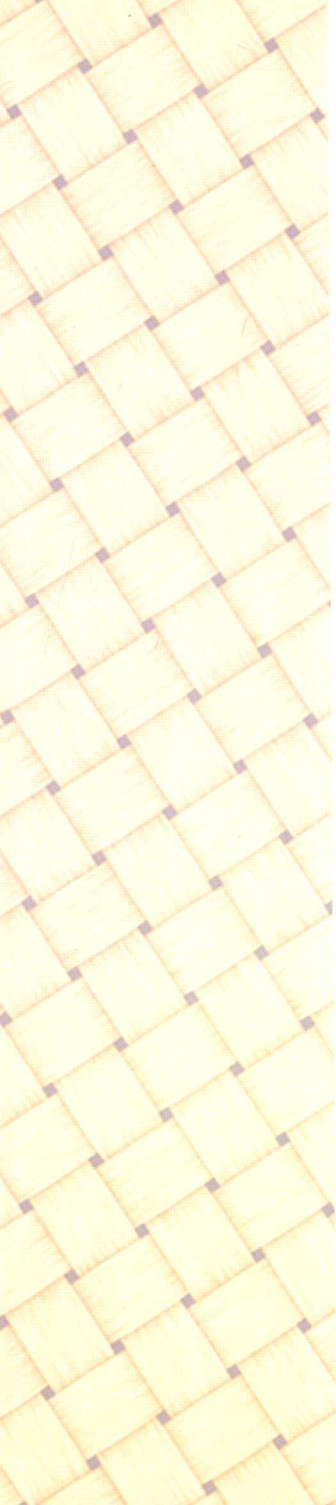
香葱糯米肥肠	2
上汤酸菜结	4
丰原芋枣	6
脆皮香菇	8
荫油明卤大肠	10
芋果巧	12
绿苕墨鱼羹	14
切仔果条	16
香菇花枝羹	18
咸菜猪血汤	20
酸菜炒鹅肠	22
新竹虾仔冬粉	24

3 嘉南地方小吃

斗六药头猪脚	28
肉骨茶	30

金菇煎素卷	32
腐皮炸鸡卷	34
紫菜花枝酥	36
桂花香蕉	38
糖水太白粉	40
三鲜豆签汤	42
桂花芋泥	44
嘉义民雄火鸡肉饭	46
卤肉饭	48
中埔甘蔗冻	50
面皮麻花	52
草屯咸肉圆	54
麻油腰只	56
朴子凤梨饭	58
竹山酱笋	60
虾仁蛋包汤	62
卓兰四果汤	64
蟹仔粉干	66
中埔米苔目	68
集集凉粉	70
福圆米糕	72
筒仔米糕	74
南投芋头糕	76
北港米糕粥	78
中港芋仔圆	80





中部地方小吃(2)

新竹、苗栗、台中、彰化，地处台湾中部，因南来北注而集台湾小吃之大成，古今名点于此皆可一一品尝。喝四脚汤、吃捞米粉、大鼎*肉羹香喷喷、热呼呼……饱腹之不足，尚可补之以“炖员林羊哥”——知己相聚，把酒言欢之时，来几盘道地口味的好菜，真是此乐何极！

*鼎：在闽南话中，鼎即“锅”或“镬”的意思。

香葱糯米肥肠

■材料

猪肠衣 120cm 长、糯米 450g、红葱头 50g、大蒜 50g、香菜 50g、花生油 300g。

■调味料

盐 1 茶匙、味精 1/2 匙、糖 1 茶匙、酱油 2 大匙、胡椒粉 1/4 匙、麻油 2 茶匙、水 1.5 杯、五香粉适量。

■作法

- ①猪肠衣用适量白醋搓揉洗净，并以清水冲漂后，沥干水分备用。
- ②糯米浸水 6 小时，红葱头切薄片用油炸香备用。
- ③用 4 大匙花生油炒香糯米，再放入调味料和红葱头一起拌炒盛出。
- ④将猪肠衣一端以绳子绑住，另一端套上漏斗，把猪肠衣全部往上推挤，灌入炒好的糯米约六分满，每 15cm 处再用绳子系紧，即为糯米肠。
- ⑤把灌好之肠结用细针打洞，以备膨胀空间，防止蒸热时肠衣破裂，蒸时用中火蒸 40 分钟取出，切片摆盘。食用时洒些蒜苗末和香菜末增香，亦可沾甜辣酱进食。





上汤酸菜结

■材料

酸菜 300g、红萝卜 150g、香菇 50g、小猪肠 400g、竹笋 300g、芹菜 50g、干瓢 100g。

■上汤熬制法

老鸡 600g、瘦肉 600g、金花火腿 100g、清水 2000g、用菊花心炉火(即炉心小火)滚 6 小时即可。

■调味料

盐 1/4 匙、味精 1/4 匙、麻油 1/2 匙。

■作法

- ①竹笋、酸菜、红萝卜、香菇各切 4cm 长、1cm 宽高之条状备用。
- ②干瓢用冷水浸泡 1 小时使之膨胀备用。
- ③猪小肠切 6cm 长段，用少许白醋和盐揉搓漂洗后，入锅川烫片刻，取出再冲凉洗净备用。
- ④干瓢切 10cm 长，把竹笋、酸菜、红萝卜、香菇一起绑扎成结备用。锅中烧高汤(上汤)下酸菜结，微滚片刻后，下调味料去除汤中杂质泡沫即可入碗，再洒芹菜末增香即成。





丰原芋枣

■材料

槟榔芋头 300g、地瓜粉 20g、莲茸 100g。

■调味料

盐、麻油、糖各少量。

■作法

芋头切除外皮，再切薄片入蒸笼蒸 30 分钟取出后，加入地瓜粉和调味料揉拌成芋泥团，分成 30g 数个，包入莲茸 1 茶匙量，揉搓成圆球状，再轻轻压扁成形。放入油锅中用 145℃ 油温炸透，使内部膨胀成半圆球形即可。

■烹调诀窍

芋泥团中之调味料不宜有多量油脂，以防下油锅炸后芋泥离析，外形毁损。而且炸时油温不宜过高，以防芋泥外皮色泽变黑。





脆皮香菇

材料

鲜香菇 10 朵、碎肉 150g、姜、葱、蒜、低筋面粉 200g、芝士粉* 30g、发粉 12g、玉米粉适量、蛋 1 个。

面糊

低筋面粉 200g、水 280g、芝士粉 30g、发粉 12g，交互拌匀后，加入沙拉油 30g。

调味料

盐、味精、糖各 1/4 匙、麻油、胡椒粉、玉米粉皆适量、蛋半个。

作法

- ① 鲜香菇剪除蒂头，用少许盐水洗净后，擦干水分，洒少许太白粉备用。
- ② 碎肉放入调味料和姜、葱、蒜一起搅拌成馅后，酿入香菇中，用手磨平，表面面粉再抹均匀，下油锅用 150℃ 油温炸 90 秒钟即熟，取出摆盘。

* 芝士粉：以奶酪制成的西式调料。



