

自

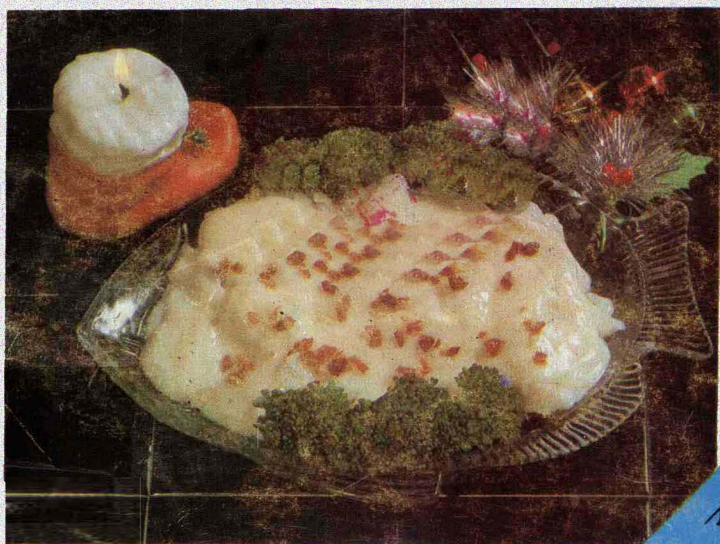
制

西

餐

冯鸣山 马桂荣

• 刀叉助兴 一享欧风 •



天津科学技术出版社

家常菜谱系列

美食天地丛书

自制西餐

王宝和 / 冯鸣山 马桂荣 编

天津科学技术出版社

津新登字(90)003号

责任编辑:寇秀荣

美食天地丛书

自制西餐

王宝和 冯鸣山 马桂荣 编

*

天津科学技术出版社出版

天津市张自忠路189号 邮编300020

天津蓟县印刷厂印刷

新华书店天津发行所发行

*

开本787×1092毫米 1/32 印张7.25 字数145 000

1993年11月第1版

1993年11月第1次印刷

印数:1-4 500

ISBN 7-5308-1381-1/TS·50 定价:4.40元

编 委 会 成 员

主 编 李 华

副主编 魏天成 王钦宾

编 委 (按姓氏笔画排列)

于 铁 王 琳 王正斌 刘文政 周 辽

张尚志 张彦坤 姜百明 韩世文 韩德春

姚得祺 曹宗慧 蒋文杰 雷彭年

● 前

言 ●

中国，是世界公认的“烹饪王国”。中国美食是物质与精神和谐的统一体，它以一定的色、香、味、形、器、质将菜肴的特色充分体现出来，令人垂涎。的确，不论是日常阖家用餐，还是假日宾客临门，或一人独挡，或夫妻协作，掬一炉旺火，烹一席佳肴，围桌共坐，尽享华夏祖先为子孙留下的美食瑰宝，领略一下当今饮食天地的绚丽风彩，真不失为人生一大乐事。由是，“美食天地”丛书应运而生。

家常烹饪的菜单饭谱，应具有原料易得、营养丰富、操作简便、省时快捷、口味多样，老幼咸宜及造价低廉等特点。为此，本丛书第一辑（共八册已出版）从姹紫嫣红、繁华似锦的中国饮食艺苑中撷取了1600余种各具特色的，适合家庭实用的菜肴，第二辑仍按原料、烹饪方法、成菜风味以及烹饪火候、使用器皿等的不同，又精选了近2000种菜品分门别类地予以介绍，即《花卉菜肴》、《清真美味》、《家常酱菜》、《小吃大补》、《自制西餐》、《西点饮料》、《假日套餐》、《下酒小菜》共八册。各书均取用一般家庭能吃得起、买得到的原料，介绍家庭能胜任的烹饪技巧，以体现本丛书家庭气息浓、实用性强的特色，方便读者，方便家庭。

本丛书由天津市饮食公司特邀名厨师主持，由具有多年烹饪实践经验的同志参加编写。

愿本丛书成为你生活中的调色板，给你的物质和精神生活带来更多的情趣和享受。

目 录

冷菜少司类

- | | |
|------------------|--------------------|
| 马乃司少司..... (1) | 醋油少司..... (4) |
| 鞣鞣少司..... (2) | 红菜头辣根少司..... (4) |
| 芥末少司..... (3) | |

腌制菜类

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 泡菜..... (6) | 腌红白菜..... (10) |
| 腌酸黄瓜..... (7) | 腌红菜头丝..... (11) |
| 腌西红柿..... (8) | 腌甜辣黄瓜..... (11) |
| 腌酸白菜..... (9) | 腌酸甜黄瓜..... (12) |

沙拉子类

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 素沙拉子..... (13) | 鸡蛋豌豆沙拉子..... (17) |
| 鱼肉沙拉子..... (14) | 鸡蛋沙拉子..... (18) |
| 蟹肉沙拉子..... (15) | 火腿沙拉子..... (18) |
| 鸡肉沙拉子..... (15) | 鸡蛋火腿沙拉子..... (19) |
| 大虾沙拉子..... (16) | 鸡蛋黄瓜沙拉子..... (20) |

鸡蛋荷兰豆沙拉子

..... (21)

奶油菠菜沙拉子..... (21)

奶油鸡蛋生菜沙拉子 (22)

奶油火腿黄瓜沙拉子 (23)

奶油西红柿沙拉子

..... (23)

奶油苹果黄瓜沙拉子 (24)

奶油水果圆白菜沙拉子

..... (25)

奶油蔬菜沙拉子..... (25)

奶油酸白菜沙拉子

..... (26)

德式沙拉子..... (27)

意式沙拉子..... (27)

俄式沙拉子..... (28)

法式肉沙拉子..... (29)

烤 菜 类

烤鸡..... (31)

冷烤猪肉..... (34)

烤鸭..... (32)

烤瓢馅火鸡..... (35)

冷烤小牛肉..... (33)

冷烤山鸡..... (36)

肉 冻 类

大虾冻..... (38)

鸡肉冻..... (40)

鱼肉冻..... (39)

泥 子 类

肝泥子..... (42)

黄油大虾泥子卷..... (44)

黄油肝泥子卷..... (43)

茄泥子..... (46)

网油肝泥..... (44)

其他冷菜类

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 德式酸鱼..... (47) | 奶油拌水果蔬菜..... (54) |
| 红烩鱼片..... (48) | 马乃司少司龙须菜... (55) |
| 咖喱油鱼片..... (49) | 德式鸡丝..... (55) |
| 瓢馅鱼卷..... (50) | 法式牛肉丝..... (56) |
| 酸冷鱼..... (51) | 红烩小丸子..... (57) |
| 俄式青鱼..... (51) | 瓢馅青椒..... (58) |
| 咸青鱼拖蛋..... (52) | 瓢馅鸡蛋花..... (59) |
| 黑鱼子..... (53) | 计司烤鸡蛋..... (59) |
| 红鱼子..... (53) | 火腿蜜枣卷..... (60) |
| 奶油拌生菜..... (54) | 火腿鸡肝卷..... (60) |

果 酱 类

- | | |
|---------------|---------------|
| 草莓酱..... (62) | 苹果酱..... (62) |
|---------------|---------------|

汤 类

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 奶油汤..... (64) | 黄汁鸡块汤..... (68) |
| 奶油蟹肉汤..... (64) | 牛肉丸子汤..... (69) |
| 奶油大虾汤..... (65) | 蔬菜汤..... (70) |
| 红菜汤..... (65) | 鲜白菜汤..... (70) |
| 红鱼汤..... (66) | 菠菜泥子汤..... (71) |
| 鸡杂汤..... (67) | 西红柿汤..... (72) |

鸡丝豌豆汤..... (73)	煮牛肉汤..... (75)
鲜蘑豌豆汤..... (73)	牛肉菜花汤..... (75)
意大利菜汤..... (74)	清汤鸡片鲍鱼..... (76)
奶油鸡茸汤..... (74)	鲤鱼汤..... (76)

热菜少司类

少克肉汁少司..... (78)	黄汁少司..... (80)
红汁少司..... (79)	白汁少司..... (80)
奶油少司..... (79)	咖喱少司..... (81)

配菜类

炸土豆丝..... (82)	焖红菜头丝..... (85)
炸土豆片..... (82)	焖酸菜..... (85)
炸土豆条..... (83)	煮鲜豌豆..... (86)
炸葱头..... (83)	煮菜花..... (86)
煮土豆..... (84)	煮胡萝卜条..... (87)
土豆泥..... (84)	

鱼类

炸鲈鱼菜卷..... (88)	炸鱼肉饼..... (91)
烤鱼..... (89)	红烩鱼块..... (92)
吉林炸鱼..... (90)	铁扒鱼..... (93)
软炸比目鱼..... (90)	火锅鱼片..... (93)

番茄口蘑煎鱼..... (94) 咖喱鱼块..... (95)

虾 类

炸大虾..... (96)	奶油烤大虾..... (101)
蔬菜煮大虾..... (97)	红烩大虾..... (102)
纸包大虾..... (97)	炸气鼓大虾..... (103)
咖喱大虾..... (98)	罐焖虾仁..... (104)
铁扒大虾..... (99)	黄油煎虾饼..... (105)
罐焖大虾..... (100)	番茄虾仁..... (106)

鸡 类

吉林炸鸡腿..... (107)	啤酒焖鸡..... (114)
炸黄油鸡卷..... (108)	奶油鸡丝..... (115)
铁扒鸡排..... (109)	罐焖鸡..... (116)
铁扒鸡..... (110)	番茄焖鸡..... (117)
红烩鸡..... (111)	软炸鸡..... (118)
炸鸡排..... (112)	奶油鲜蘑鸡丝..... (119)
咖喱鸡块..... (113)	奶油鸡卷..... (119)
豌豆焖鸡..... (113)	炸鸡肉虾串..... (121)

鸭 类

咖喱鸭块..... (122)	清焖鸭块..... (123)
黄油焖鸭块..... (122)	奶油鸭块..... (124)

蔬菜烤鸭.....(125)	炸气鼓鸭.....(128)
红烩鸭块.....(126)	烤鸭块.....(129)
蔬菜烩鸭块.....(127)	炸乳鸽.....(130)
瓢鸭肉青椒.....(127)	

牛 肉 类

汉堡牛肉.....(131)	奶汁烤牛里脊片.....(142)
奥式牛肉扒.....(132)	青椒焖牛肉.....(143)
德式牛肉扒.....(133)	红酒牛里脊片.....(144)
法式牛里脊.....(134)	犹太牛肉.....(144)
德式烤牛里脊.....(135)	煎牛里脊扒.....(145)
奶汁牛里脊丝.....(136)	鲜蘑牛里脊.....(146)
焖牛肉.....(136)	铁板牛里脊.....(147)
红烩牛肉.....(137)	烤牛里脊串.....(147)
咖喱牛肉.....(138)	炸牛里脊片.....(148)
罐焖牛肉.....(139)	炸牛排.....(149)
番茄焖牛肉.....(139)	拉古牛肉.....(149)
蒜末焖牛肉.....(140)	葱头少司牛里脊扒.....(150)
奶油牛里脊条.....(141)	

羊 肉 类

酸奶咖喱羊肉.....(152)	咖喱羊肉.....(154)
炭烤羊肉串.....(152)	罐焖羊肉.....(154)
埃及羊肉串.....(153)	煎羊排.....(155)

烤羊肉.....(156)	鞑靼烩羊肉.....(159)
法式烤羊肉.....(157)	蔬菜红烩羊肉.....(160)
焖羊肉.....(157)	粉汁烩羊肉.....(161)
红烩羊肉.....(158)	高加索羊肉丸子.....(162)

猪肉类

炸猪排.....(163)	煎猪肉串.....(169)
计司烤猪排.....(164)	烤猪肉串.....(169)
法式猪排.....(165)	咖喱猪肉片.....(170)
清煎猪排.....(166)	红烩猪肉.....(171)
炸猪肉片.....(163)	黄油焖猪里脊.....(172)
番茄炒猪肉片.....(167)	葱汁煎猪排.....(172)
奶油炒猪肉片.....(168)	火腿扒.....(173)
煎猪肝.....(168)	

素菜类

咖喱豌豆.....(175)	柿汁扁豆.....(178)
煎西红柿.....(175)	煎茄子.....(179)
黄油菜花.....(176)	红酒少司煸鲜蘑菇.....(179)
奶油烤鲜蘑.....(176)	奶油烤芥蓝.....(180)
黄油扁豆.....(177)	黄油炒荷兰豆.....(181)
奶油烩豌豆.....(177)	

米 饭 类

- | | |
|-----------------|------------------|
| 焖制米饭.....(182) | 什锦炒饭.....(184) |
| 大虾炒饭.....(182) | 咖喱牛肉炒饭.....(185) |
| 红花米饭.....(183) | 番茄鸡丁炒饭.....(185) |
| 素什锦炒饭.....(183) | 德式米饭圈.....(186) |

通心粉类

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| 番茄火腿丝炒通心粉
.....(188) | 意式通心粉肉末少司
.....(190) |
| 烤三丝通心粉.....(189) | 烤奶汁计司通心粉
.....(190) |

面 条 类

- | | |
|------------------|-------------------|
| 法式切面条.....(192) | 烤瓢肉馅面条.....(194) |
| 意式菠菜面条.....(192) | 罗马式奶油烤面条... (195) |

饺 子 类

- | | |
|-------------------|------------------|
| 意大利饺子.....(197) | 阿根廷式饺子.....(199) |
| 西伯利亚式饺子.....(198) | 俄式炸小饺子.....(200) |

面 包 类

- 什锦三明治.....(201) 鸡蛋火腿三明治.....(202)
法式煎面包.....(202)

点 心 类

- 苹果布丁.....(204) 杏仁排.....(207)
葡萄干布丁.....(204) 奶油木斯.....(208)
杏仁布丁.....(205) 黄油酥饼.....(208)
栗子布丁.....(206) 黄蛋糕.....(209)
巧克力排.....(206) 十字点心.....(209)

【附】混酥面的制法

- 黄汁少司.....(210) 巧克力少司(二).....(211)
巧克力少司(一).....(211) 糖水少司.....(211)
膨松体奶油.....(212)

冷 食 类

- 香草冰激凌.....(213) 草莓水冰激凌.....(214)
奶油菠萝冰激凌.....(213) 桔子水冷激凌.....(214)

冷菜少司类

马 乃 司 少 司

原料

生菜油1000克，鸡蛋黄75克，芥末酱 5 克，白砂糖 5 克，醋精 5 克，精盐10克，柠檬汁20克，凉开水50克。

制法

将陶瓷盆和蛋抽子一起消毒干净，把鲜鸡蛋黄放入消毒过的器皿里，放精盐、白砂糖、芥末酱，用蛋抽子搅匀，再一手用勺将少量的生菜油倒入，另一只手不停地用蛋抽子朝一个方向搅拌，随放生菜油随搅拌。将生菜油用至400克时，放入少量的醋精、凉开水和柠檬汁，再继续不停地搅拌，然后适当地把生菜油加量，搅拌速度也加快。如此反复进行，要始终保持糊状，当生菜油全部搅入蛋黄时，把剩余的原料全部放入，搅匀即成。搅拌好的马乃司，宜放在4~6℃的阴凉处贮存待用。

特点

色黄香软，滑润光亮，味鲜爽口。

注

1. 马乃司少司是西餐冷菜中不可缺少的一种少司，适用于制做各种荤素沙拉子、马乃司大虾、马乃司鱼等；也可以用做热菜原料，如用于做黄油煎鱼、炸大虾、鞑靼少司等。

2. 生菜油可以用花生油代替。

3. 马乃司搅拌成糊状为正确，如出现油和蛋黄分离的情况即为已搅懈，应倒在盛器内备用。然后把器皿、抽子消毒干净，放蛋黄、精盐、白砂糖、芥末酱搅匀，先加生菜油搅至糊状，（方法同前）。再把搅懈的马乃司少司少量地、不断地倒入，并随时搅动及至全部搅入，成糊状。

4. 马乃司少司（简称马乃司），不但能配制很多冷菜、热菜，而且还可以用马乃司嘴子挤出各式各样的花纹，给菜品增添美的造型。

附：马乃司嘴子制法和用法

制法

将一张长30厘米、宽22厘米的长方形油纸从左向右卷成一个口大底小的圆锥形纸卷，即是马乃司嘴子。

用法

把事先在冰箱贮放了一段时间的马乃司（不经冰箱冷贮的马乃司挤出的花纹不易成形）装进纸卷内，把上口折叠封住；将纸卷尖头部剪去一些，使成有一小孔；用一只手抓住折叠好的封口，另一只手握住纸卷并用手指挤压纸卷，即可从小孔处挤出条状马乃司并绘成各种花纹图案。

鞣 鞣 少 司

原料

马乃司少司500克，熟鸡蛋150克，酸黄瓜150克，芹菜