

· 图解中国名菜制作系列

CHINA COOKING
ILLUSTRATED

图解川菜制作

伍钰盛 赵国忠 牛金生 / 编著

吉林科学技术出版社

川菜简介

川菜由成都菜、重庆菜、大河味、小河味构成，以成都菜为代表。其特点是加工精细，调味多变，有“百菜百味”之说，历史悠久，享誉海内外。

四川有“天府之国”之称，气候温和，物产丰富，适于农作物的生长，尤以各类土特产、水产品及菜蔬、肉类等为盛，为川菜的烹饪提供了丰富的物质基础，更有勤劳聪慧的世代厨师的探索，积累了大量烹饪经验，创造了极具地方特色的麻辣、鱼香、怪味等口味，代表作品有“宫保鸡丁”、“怪味鸡”、“麻婆豆腐”、“鱼香肉丝”等，这些独具特色的菜肴构成了川菜风味。

图解中国名菜制作系列编写组

作者简介



伍钰盛先生近照

伍钰盛，四川省遂宁人，1914年5月30日生。

1928年到成都市“天顺园”拜名师甄树林学艺，1933年到重庆“白玫瑰”酒家事厨，1937年后相继在当时重庆的军政要员家事厨，如：蒋介石、何应钦、刘琦等。1946年在上海“玉园餐厅”及广州等地受聘，后随上海火业公司老板李祖勇（人称“火药大王”）去香港任其家厨，此间曾多次为荣毅仁、杜月笙等烹制豪饌。1950年从香港回到北京，在东安市场创办“四川食堂”，后经国家副主席张澜、董必武亲自试菜同意在北京西长安街创建专营川菜的“峨嵋酒家”，1959年被评为新中国第一批“烹饪技师”，并得到国际友人及北京各界对其厨艺的共同赞誉。京剧大师梅兰芳先生盛赞其“妙手调合之美”。经他烹制的川菜名肴“宫保鸡丁”被习仲勋委员长誉为“状元菜”。

1983年伍钰盛作为烹饪专家担任“首届全国名厨表演鉴定会”评委，现为中国烹协会员，北京市烹饪协会理事，烹饪研究会理事，北京市饮食服务总公司特聘高级业务技术培训讲师，北京市服务管理学校特聘讲师、技术顾问，《中国饮食烹饪辞典》技术顾问。伍钰盛在对下一代的培养中提倡“正确继承不等于墨守成规，改进创新不能乱本”。中国著名书法家欧阳中石先生赞其“不吝珠玉尽授后人”。伍钰盛在其60年的烹饪生涯中为厨一丝不苟、精研烹艺。其代表作品有：“金烧鱼翅香苕菜”、“烧梅花鹿筋”、“奶汤鸡皮笋衣”、“虫草鸭子”、“玉蘑云腿”等，被各界食家广为称道。1958年中国名菜专辑就曾收入其擅长的“豆渣猪头”、“松子全鸡”等8款名饌。伍钰盛秉承了正宗川菜的技术并发展延深了纯正川味内涵，业内资深人士呼其为“川菜泰斗”，并赞誉其作品为“伍派川菜”。门下传人颇多，已四世同堂矣。

本书使用方法

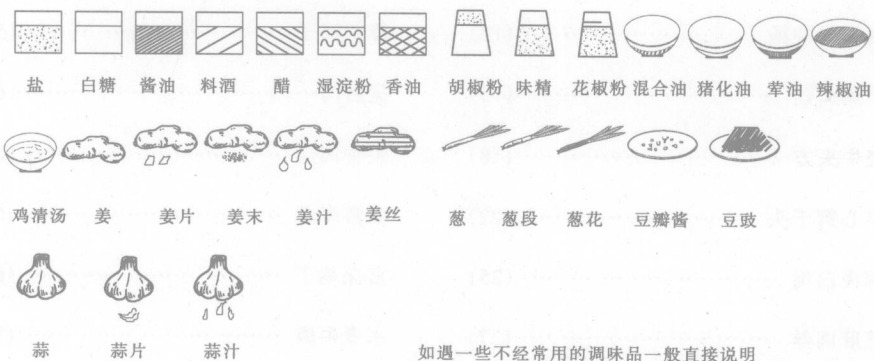
1 - 制作顺序

为了便于理解每道菜的制作过程及调味方法,按制作过程制图,有些重复操作即制图一以,但说明重复次数。

2 - 图解说明

每道菜首页上方大框中系此菜的主料与辅料,大框中的小框系本菜的调料,框左上角标A、B、C……是指按烹调顺序投放的调料,制图时也有A、B、C……与之呼应,框外边空白处为制作说明。

3 - 图中一些调味的符号标志



4 - 火候的强弱



5 - 油温的热度

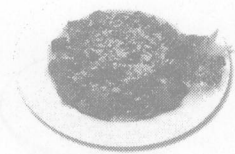


目 录

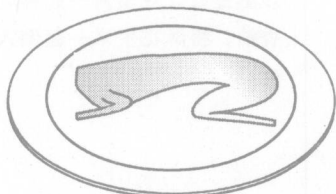
花仁兔丁	(1)	火爆肚头	(48)
锅巴肉片	(3)	清炖牛尾	(50)
清蒸鳖裙	(6)	开水白菜	(52)
鸡豆花	(8)	竹荪肝膏汤	(54)
银芽鸡丝	(10)	麻婆豆腐	(57)
枸杞牛冲汤	(12)	樟茶鸭子	(59)
干煸肉丝	(15)	盐煎肉	(62)
烧牛头方	(18)	鱼香肉丝	(64)
菜心狮子头	(22)	家常海参	(66)
蒜泥白肉	(25)	宫保鸡丁	(69)
芝麻肉丝	(27)	水煮牛肉	(71)
芥茉脆皮丝	(30)	姜汁热窝鸡	(74)
贵妃鸡翅	(32)	太白鸡	(76)
回锅肉	(35)	夹沙肉	(79)
干烧鱼翅	(37)	葱酥鲫鱼	(82)
干烧鱼	(40)	怪味鸡	(84)
陈皮牛肉	(42)	糖醋排骨	(86)
棒棒鸡	(44)	辣子鸡丁	(88)
椒麻鸡片	(46)	冬菜鸭条	(91)

花仁兔丁

花仁即花生米，又称长生果，营养成分较丰富，除富含蛋白质、脂肪、碳水化合物、钙、磷、铁等成分外，因其性平味甘，有润肺和胃之功效，而兔肉高蛋白低脂肪，备受当今人们饮食观念之青睐，此菜以多种调味品制成，兔肉细嫩，色泽红亮，拌以花仁酥脆可口，麻辣鲜香。



材料



熟兔一只



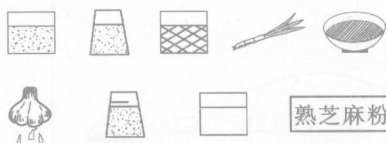
花生仁

A



郫县豆瓣酱

B



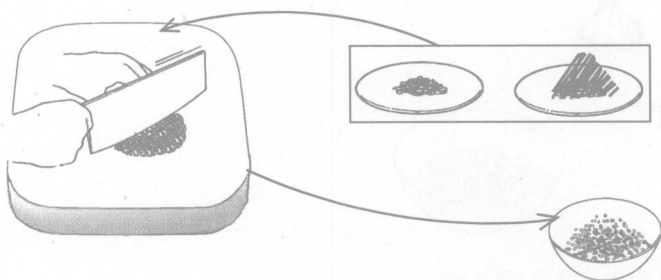
熟芝麻粉

材料

熟兔 1 只去骨取肉	200 克
油酥花生仁	70 克
豆豉	15 克
郫县豆瓣酱	15 克
白糖	15 克
盐	2.5 克
味精	1 克
香油	1 克
熟芝麻粉	1 克
辣椒油	30 克
葱	30 克
蒜泥水	15 克

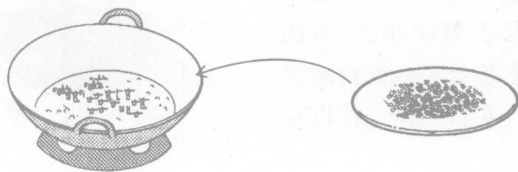
制作

A



豆豉和豆瓣酱用刀剁碎

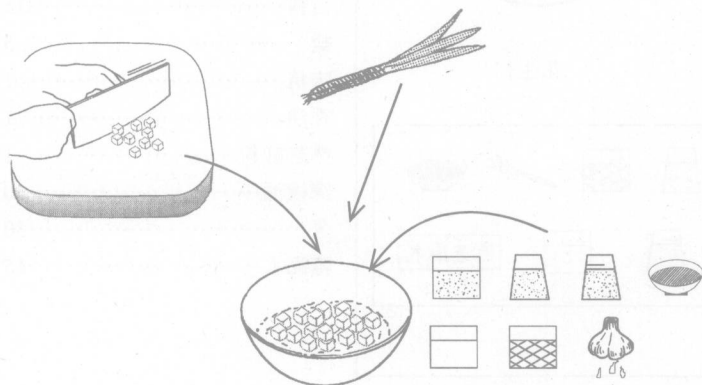
A



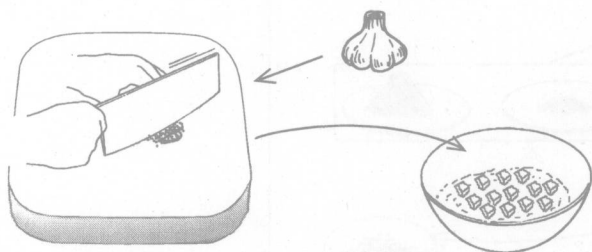
五成油温时下入豆豉和豆瓣酱，炒酥出红油倒出备用



B



制蒜泥汁



大蒜去皮拍破剁碎放入碗中，加少许盐，滴几滴熟花生油，用凉开水少许加入蒜泥中，这样蒜泥沉底，用时与水搅匀、酌量放入菜中即可

A

将豆豉、豆瓣酱用刀剁碎，炒锅置于火上，放入菜油，油五成热时下入豆豉和郫县豆瓣酱用小火炒酥、出红油时倒出备用。

B

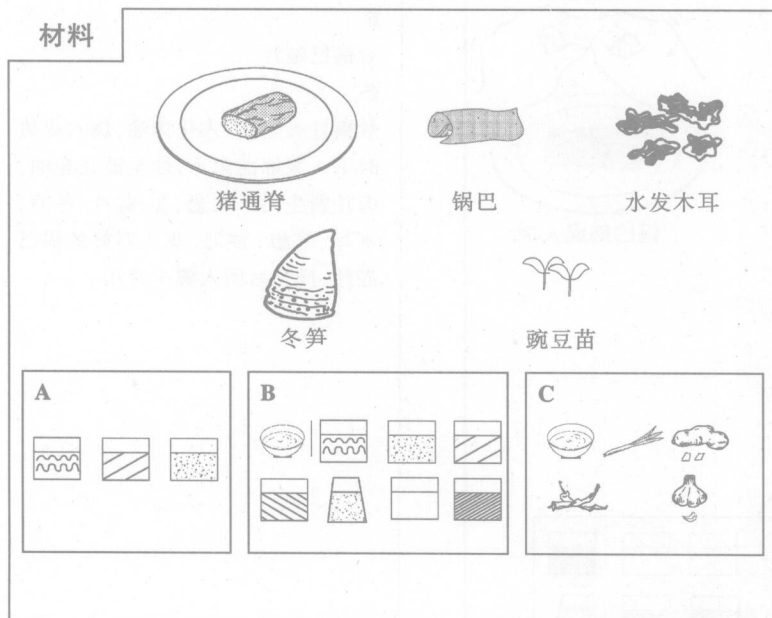
兔肉切1厘米大小的丁，葱切丁，将兔肉丁、葱丁、盐、白糖、味精、花椒面、粗芝麻粉、红辣椒油、蒜泥汁、炒酥豆豉、豆瓣酱一起拌匀，淋入香油，将酥花生米一起倒入装盘即可。

锅巴肉片

锅巴即焖饭时留在锅底的一层硬痂。以其与动物原料同成一菜,不仅荤素搭配异常爽口鲜香,而且由于锅巴经炸制后与菜汁相交,发出滋滋的响声,因而也使这道菜在宾客面前留下更加深刻而愉快的印象,因而常在宴席中使用。



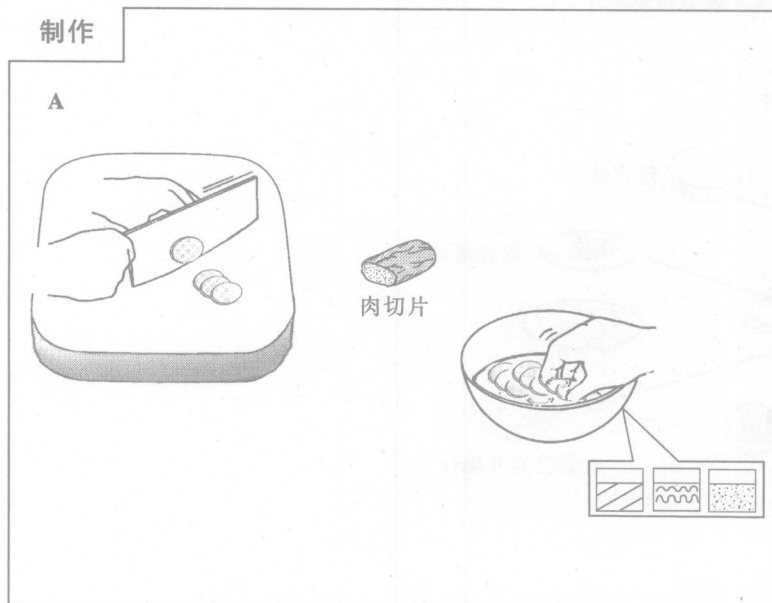
材料



材 料

猪通脊	150 克
水发木耳	15 克
冬笋	50 克
豌豆苗	10 克
锅巴	250 克
调料	
葱	20 克
蒜	5 克
姜片	5 克
泡辣椒	10 克
酱油	15 克
醋	20 克
盐	2 克
白糖	20 克
味精	1 克
湿淀粉	35 克
料酒	10 克
汤	500 克
化猪油	50 克
熟素油	1500 克(耗 150 克)

制作





豆苗掐去根部



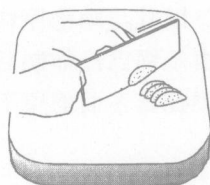
葱切马耳形



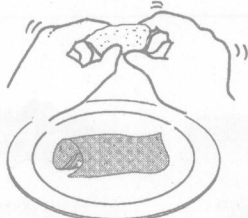
姜切片



蒜切片



冬笋切片

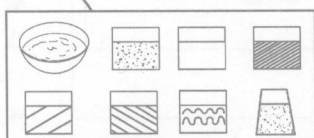


锅巴掰成大块

B



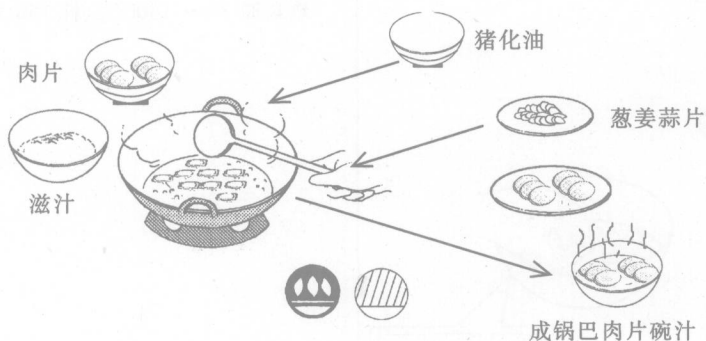
对锅巴滋汁



放入碗中对成滋汁

C

制锅巴肉片汁



A

肉切片,用盐、料酒、湿淀粉上浆

豆苗去根,冬菇切片

葱切马耳形

姜切片

蒜切片

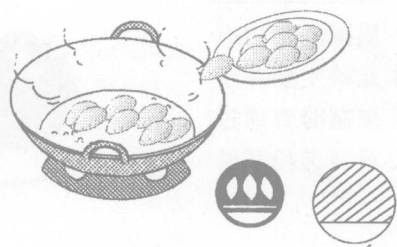
锅巴掰成大块

B

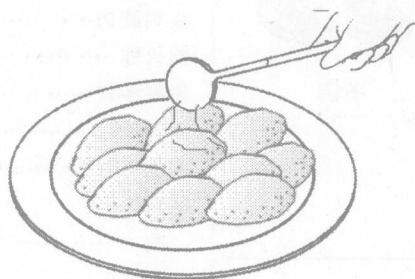
对锅巴滋汁

C

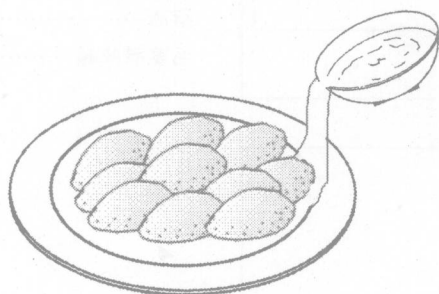
炒锅置火上,下入化猪油,烧六成热时入浆好的肉片,炒至散开亮油,肉片断生时下入葱、姜、蒜片、冬笋、木耳、泡椒,炒匀,烹入对好的锅巴滋汁,烧开后倒入碗中待用。



锅巴浮起色浅黄



舀少许沸油淋在锅巴上
如为保证质量可重油一次

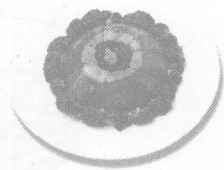


将肉片汤汁倒在锅巴上

将锅巴用八成热油炸成浅黄色，捞出倒入盘中，再淋入拌匀热油，趁热将肉片汁倒在锅巴上即可。

清蒸鳖裙

鳖裙即甲鱼甲壳周围的软质肉，又称裙边。周围的裙边有较高的滋补营养价值，主要用于滋补肝、肾，制作此菜主要在于选料精，加工细，尤其裙边上的黑膜要刮洗干净，烹制时要通过调味、热处理尽去其腥味，而再辅以火腿、干贝、鸡腿肉提其鲜味以达醇香适口的成菜要求。



材料



鳖裙



生鸡腿肉



火腿



冬菇



干贝



玉兰片

A



B



清汤

C



绍酒

材料

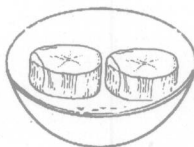
净裙边	250 克
生鸡腿肉	75 克
熟火腿	75 克
发好冬菇	75 克
干贝	50 克
水发玉兰片	75 克
调料	
盐	3 克
葱	10 克
姜	10 克
胡椒粉	少许
清汤	650 克
绍酒	15 克
毛姜醋味碟	1 碟

制作

A



鸡腿块



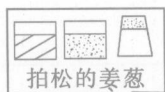
发好干贝



火腿切片

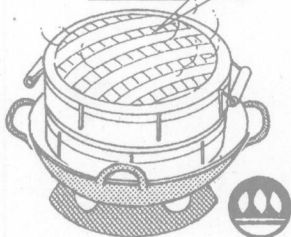


玉兰片



拍松的姜葱

旺火蒸至裙边粑软



B

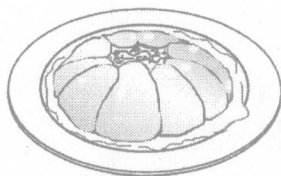


原汁倒入锅中



拣去葱、姜

C



A

先将洗净加工好的材料改刀码入蒸碗之中，然后将图 A 中的调味品放入，加入清汤，用盖封严上笼蒸至裙边粑软后取出。

B

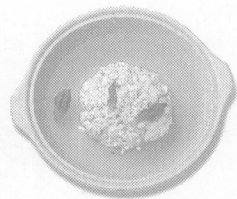
蒸好之后将裙边原汁倒锅中，并添少许清汤，烧开后，尝好打净浮沫，收浓汤汁。

C

将碗中鳖裙翻扣在另一盘，揭去蒸碗，将汤汁浇淋在鳖裙上即可。

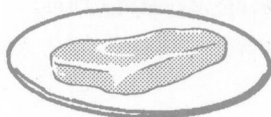
鸡豆花

“豆花”是用黄豆磨浆点制而成，而“鸡豆花”是用鸡脯肉茸配以蛋清和湿淀粉余制而成，由于其形酷似豆花，故而在其前冠以“鸡豆花”。此菜洁白如雪，汤清似水，吃鸡不见鸡，为汤菜之中的名品。



材料

鸡脯肉



熟火腿



豆苗



鸡蛋



A



B

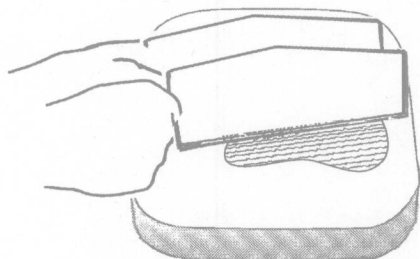


材料

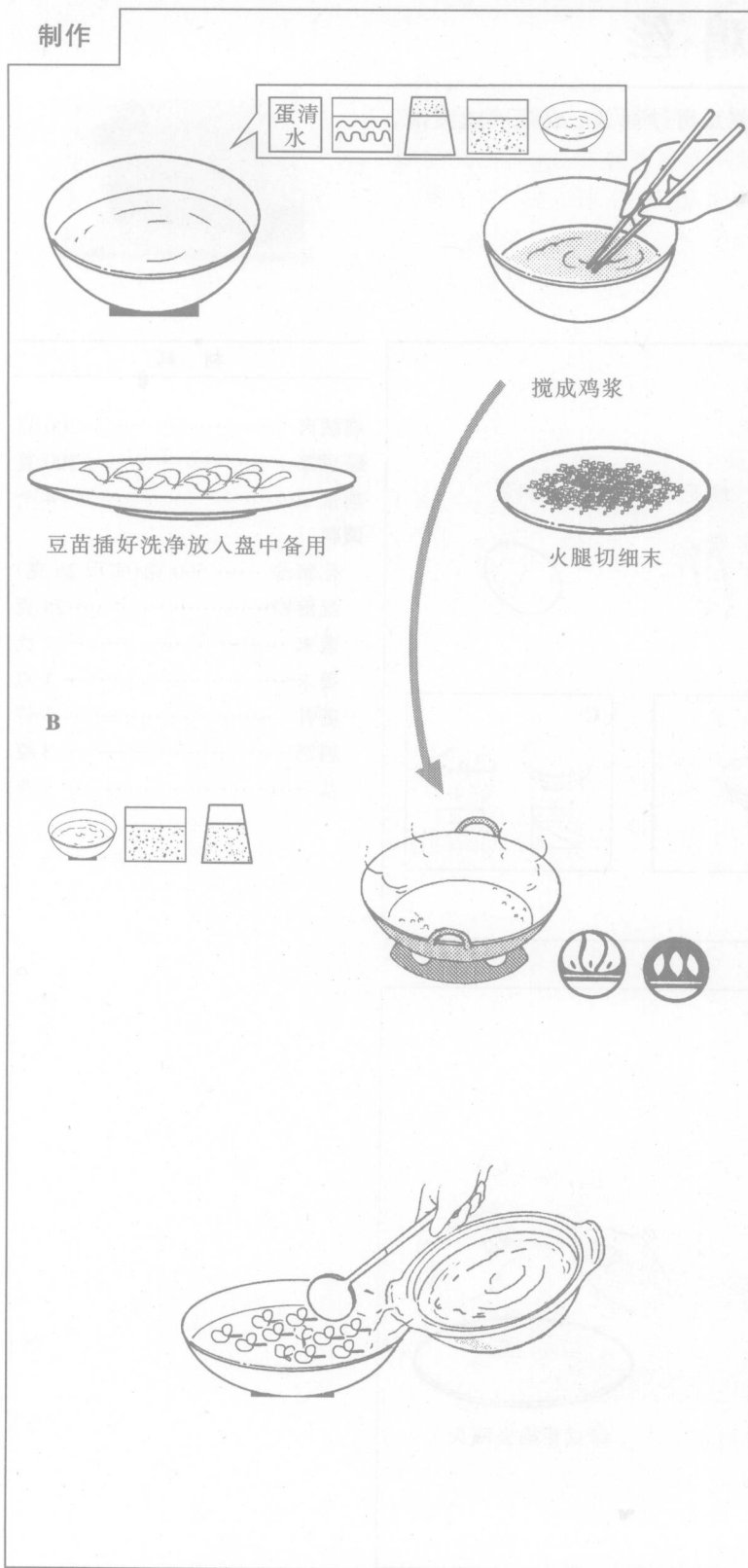
鸡脯肉	125 克
熟火腿	5 克
豆苗	少许
调料	
湿淀粉	40 克
清汤	1500 克
蛋清	4 个
盐	3 克
味精	1.5 克
胡椒粉	0.5 克

制作

A



鸡脯去筋捶茸



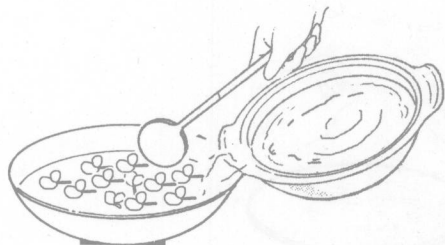
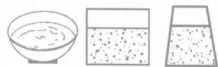
A

鸡脯去筋捶成鸡茸，将蛋清、湿淀粉、清水加入鸡茸中，搅匀然后加入盐、胡椒粉、清汤 200 克，搅成鸡浆，豆苗掐好，洗净，熟火腿切细末。

B

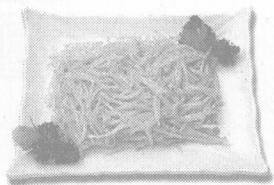
炒锅置火上，放入清汤烧开，加入盐、味精，找好口味，将鸡浆搅匀倒入锅中，轻轻推动几下，烧至微沸，将火调至小火，待 10 分钟后鸡浆呈雪花状时，将豆苗放入汤碗中，将鸡豆花轻轻舀入碗中，撒上火腿末即可。

B



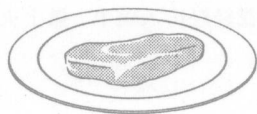
银芽鸡丝

银芽鸡丝冷热均有制作，热菜系滑炒而成，成菜鸡丝爽滑，掐菜洁白脆嫩，口味清淡爽口。



材料

鸡脯肉



绿豆芽



鸡蛋



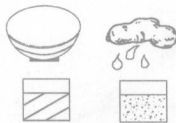
A



B



C



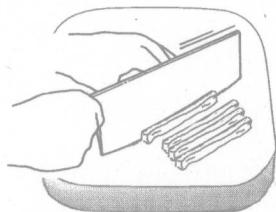
材料

鸡脯肉 200 克
 绿豆芽 300 克
 鸡蛋 4 个
 调料

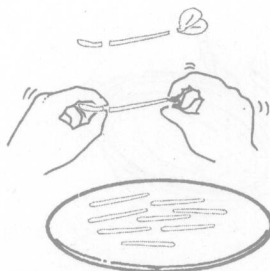
化猪油 500 克(实用 25 克)
 湿淀粉 25 克
 葱末 1 克
 姜末 1 克
 姜汁 少许
 料酒 3 克
 盐 2 克

制作

A



鸡脯肉去筋切细丝

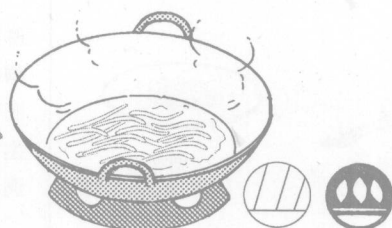


绿豆芽掐去两头

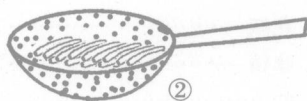


上浆

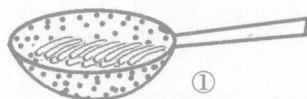
B



将肉丝滑散



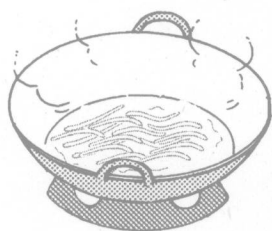
②



①

洗净插菜入八成热
开水中氽烫捞出

C



A

将鸡脯肉去筋切细丝，豆芽菜掐去两头，葱姜切细末，蛋清4个，水团粉25克，将鸡丝浆好。

B

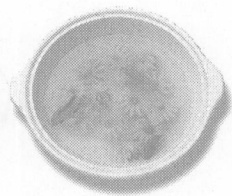
猪化油500克倒入锅中，油四成热时下入鸡丝滑散断生浮起时，倒入漏勺控净油。

C

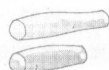
炒锅内入少许化猪油，呈八成热时倒入掐菜和鸡丝，加入料酒、盐、味精、姜汁，颠匀淋少许猪化油即可。

枸杞牛冲汤

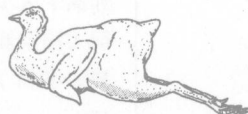
牛冲为雄性壮龄黄牛外生殖器，含有高蛋白，有壮阳补体之功效；枸杞补肾益精，养肝明目，两者合用是滋补佳品。此菜关键在于尽除牛冲之异味，再辅以高级清汤煨之，这样既可尽饱口福，又可有效进补，是一道高级汤菜。



材料



鲜牛冲



肥母鸡



枸杞



生鸡油

A



B

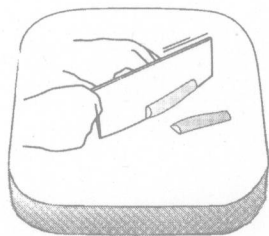


材料

鲜牛冲	1000 克
枸杞	25 克
肥母鸡	500 克
生鸡油	150 克
调料	
葱	50 克
白胡椒粉	2 克
姜	25 克
料酒	100 克
花椒	2 克
味精	2 克
盐	3 克

制作

A



切开



制净

