

马凤琴 贺凯 王国勋 编著  
马躡非 徐广泽



# 中国面条

# 500种

大连出版社

TS972.123

1

# 中国面条

# 500种

大连出版社

# 中国面条 500 种

马凤琴、贺凯、王国勋 编著  
马麟非、徐广泽

大连出版社出版 新华书店经销  
(大连市西岗区长白街 12 号) 邮编 116011  
大连理工大学印刷厂印刷

\*

开本 850×1168 1/32 字数 328.6 千字 印张:14  
1998 年 8 月第 1 版 2000 年 1 月第 3 次印刷  
印数:8001--13000 册

\*

责任编辑:张绪薄 责任校对:王恒田  
封面设计:李克峻 版式设计:孙德彦

TSBN 7-80612-515-9/TS·7  
定价 18.00

# 前 言

面条俗称为‘面’、‘水面’、‘面条子’；古称‘汤饼’、‘奢面’、‘索饼’、‘煮饼’、‘水引饼’、‘不托’、‘餺飥’、‘水引餺’等。“面条”一词是后来才有的。

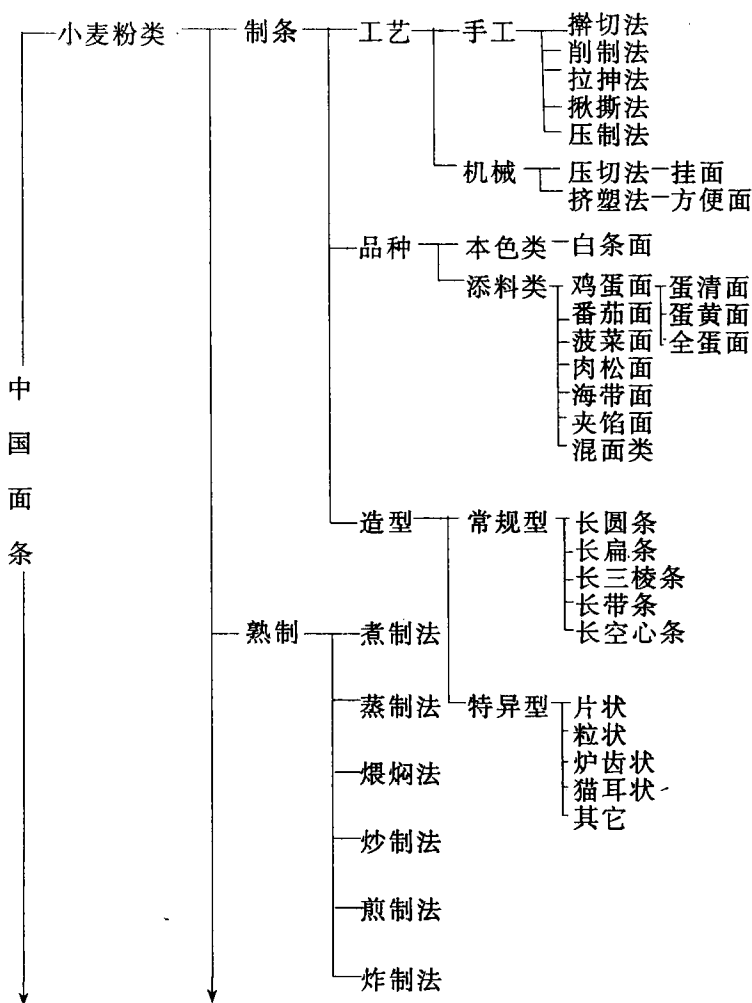
据考证，我国面条起源于汉代，至今已有2000多年的历史。当时所有的面食皆称之为‘饼’，在汤中煮者称为‘汤饼’。早期的汤饼呈片状，以后逐渐由片状演变成条状。面条在进入魏晋南北朝时期，已基本形成。如：北魏·贾思勰的《齐民要术》中所载的‘水引饼’已与现代的面条相近。晋·束皙的《汤饼赋》曰：“玄冬猛寒，清晨之会，涕冻鼻中，霜凝口外。充虚解战，汤饼为最。弱似春绵，白若秋练。气勃郁以扬布，香气散而远遍。行人失涎于下风，童仆空瞧而斜眄。擎器者舐唇，立侍者干咽。”

南北朝至唐，面条的品种较以前更为丰富，出现了所谓‘冷淘’的过水凉面，以及多种用于食疗的‘索饼’，而且在当时又兴起一股吃寿面的习俗。

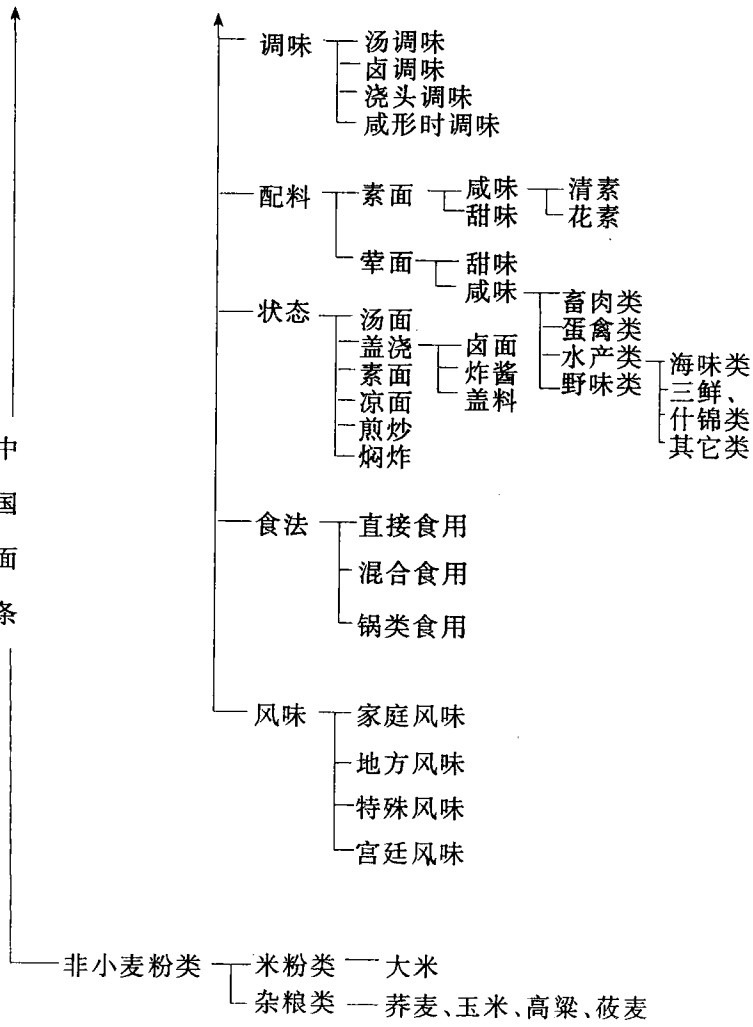
宋代面条的品种发展更为迅速，南宋·孟元老《东京梦华录》，吴自牧《梦粱录》和周密《武林旧事》等资料中记载的品种就多达三、四十种之多。

元代出现了可以长期保存的‘挂面’；明代又出现了技艺高超的‘抻面’。这些制面技艺的出现都为面条的发展做出了重大的贡献。清代，最有意义的是‘五香面’和‘八珍面’的出现，而且在乾隆年间又出现了别开生面的‘伊府面’。

# 中国面条分类图



中国面条



为了宏扬祖国的传统饮食文化,为大家提供一本高质量的烹饪专业用书和大众食谱,我们特编写了本书。本书的编写有如下特点:

一、本书所收面条500余种,品种比较全面,且具有代表性。将国内和地方的传统风味品种、名师、名店、名牌品种、创新品种和民族品种,以及寺院和宫廷品种等皆尽量选入,并特别注意选编一些家常品种以满足广大群众日常生活之需。

二、本书编选的目的是“用”。因此,原料用量、制作过程,皆叙述较详。相似品种,因工艺不同,或用量有某些差异亦适当选入,以资比较、借鉴。选例中的术语、方言、名称,凡费解和容易造成混淆以及张冠李戴者,编者皆在注解中加以简要说明。

三、为增加读者的生活情趣,对一些名店、名师、名品的情况,以及有关掌故传说,予以简要的介绍。

限于编者水平,编选不当和误谬之处在所难免,深望名师、专家和广大读者予以批评指正。

编者

1998年夏

# 目 录

## 第一部分 小麦粉面条

### 一、汤面类

#### (一) 猪肉类

- 肉丝汤面 ..... (1)  
雪菜肉丝汤面 ..... (2)  
榨菜肉丝汤面 ..... (2)  
枫镇大面 ..... (3)  
排骨汤面 ..... (4)  
扣肉面 ..... (5)  
红焖排骨面 ..... (5)  
肉丝油面 ..... (6)  
台南度小月担仔面(1) ..... (7)  
台南度小月担仔面(2) ..... (8)  
肉燥面 ..... (9)  
沙茶猪肉面 ..... (9)  
家常面 ..... (10)  
韩城大刀面 ..... (11)  
蒲城春撇子 ..... (12)

#### (二) 牛羊肉类

- 羊肉鲫鱼面 ..... (13)  
羊汤面 ..... (13)  
张三口羊肉面 ..... (14)  
奶汤羊肉面 ..... (15)  
羊肉萝卜汤面 ..... (16)  
红烧牛肉面 ..... (16)

- 红焖牛肉面 ..... (17)  
大酥牛肉面 ..... (17)  
马保子清汤牛肉面 ..... (18)  
清汤鲜奶面 ..... (20)

#### (三) 蛋禽类

- 鸡丝面(1) ..... (21)  
鸡丝面(2) ..... (21)  
炖鸡面 ..... (22)  
面条鸡头汤 ..... (22)  
蒜苗鸡丝汤面 ..... (23)  
酥鸭面 ..... (24)  
火鸭排骨面 ..... (24)  
清汤卧果面 ..... (25)

#### (四) 水产海味类

- 白汤大面(1) ..... (26)  
白汤大面(2) ..... (26)  
东台鱼汤面 ..... (27)  
红油爆鱼面 ..... (29)  
刀鱼面 ..... (30)  
鳝鱼大面 ..... (31)  
鳝鱼丝汤面 ..... (32)  
虾仁面 ..... (33)  
对虾面 ..... (33)  
虾子面 ..... (34)



虾面 .....	(34)
鲍鱼面 .....	(35)
蛸子汤面 .....	(36)

### (五) 三鲜、什锦类

三鲜面(1) .....	(36)
三鲜面(2) .....	(37)
三鲜汤面 .....	(38)
三鲜家常面 .....	(39)
三仙面 .....	(39)
早堂面 .....	(40)
清汤面汤 .....	(41)
鲍鱼鸡丝面 .....	(42)
姜汤面 .....	(43)
八仙面 .....	(44)
攒丝汤面 .....	(44)
什锦面 .....	(45)
红汤面 .....	(46)
扬州窝面(1) .....	(47)
扬州窝面(2) .....	(47)
奶汤海参面 .....	(48)

### (六) 其它类

清汤面(1) .....	(49)
清汤面(2) .....	(49)
阳春面(1) .....	(50)
阳春面(2) .....	(51)
萝卜丝汤面 .....	(51)
汉中梆梆面 .....	(52)
锅盖面 .....	(53)

## 二、盖浇类

### (一) 猪肉类

卤面 .....	(54)
肉片余卤面 .....	(55)
荤素卤面 .....	(55)
腰花汤面 .....	(56)
炸酱面 .....	(57)
猪肉炸酱面 .....	(57)
杂酱拌面 .....	(58)
炸酱鲜奶面 .....	(59)
家常绍子面 .....	(60)
大千绍子面 .....	(60)
陇东臊子面 .....	(61)
干煸绍子面 .....	(62)
岐山臊子面 .....	(63)
红烧大肉面 .....	(64)
宽汁里脊丝面 .....	(65)
榨菜面 .....	(66)
炒肉帽面 .....	(66)
酸菜肉丝面 .....	(67)
牌坊面(1) .....	(67)
牌坊面(2) .....	(68)
滑肉面 .....	(69)
焖肉面 .....	(69)
雪菜肴肉面 .....	(70)
上排面 .....	(72)
余子面 .....	(72)
担担面 .....	(73)

### (二) 牛羊肉类

家常牛肉面 .....	(74)
-------------	------

红烧牛肉面(1)	(74)	西湖面	(95)
红烧牛肉面(2)	(75)	刀鱼羹卤子面(1)	(96)
烧肉鲜奶面	(76)	刀鱼羹卤子面(2)	(97)
芹黄牛肉面	(76)	滑生鱼片面	(98)
干拌面	(77)	鳝鱼面(1)	(99)
羊肉线面	(78)	鳝鱼面(2)	(99)
五香羊肉面	(79)	宋嫂面(1)	(100)
羊肉辣子面	(79)	宋嫂面(2)	(101)
大半斤拌面	(80)	虾仁面	(102)
那仁	(81)	虾仁炸酱面	(103)
新疆拉面	(82)	三虾面	(104)

### (三) 蛋禽类

烩鸡丝面	(83)	虾球窝面	(105)
嫩鸡煨面	(83)	螃蟹面	(105)
鸡馅香汤面	(84)	蟹肉窝面	(106)
鸡球窝面(1)	(85)	蟹黄炸酱面	(107)
鸡球窝面(2)	(85)	干烧生蚝面	(107)
辣鸡面	(86)	干贝汤面	(108)
春面	(87)	鱼翅汤面	(109)
鸡翅汤面	(87)	担担面	(109)
胗肝窝面	(88)	卤面	(110)
鸡鸭恰恰	(88)	辣卤面	(111)
鸭面	(90)	八仙过海卤面	(112)
番茄鸡蛋刀拨面	(90)	温卤面	(113)
太平面	(91)	鱼肉臊子面	(114)
三大菌面	(92)	十锦面	(114)
鲜蘑鸡丁卤面	(92)		

### (五) 其它类

### (四) 水产、杂锦类

蓬菜小面(1)	(93)	蚝油双菇面	(115)
蓬菜小面(2)	(94)	炒肉末面	(116)
		肉丁鱼子干炸酱面	(116)
		大卤面(1)	(117)
		大卤面(2)	(118)

肉片打卤面 .....	(118)	开洋葱油爆面 .....	(137)
吊卤面(1) .....	(119)	混烧虾爆鳝面 .....	(137)
吊卤面(2) .....	(120)	鱼面 .....	(138)
清烧虾爆鳝面 .....	(121)	焖面 .....	(139)
番茄面 .....	(122)	鱼皮大卤面 .....	(139)
奶油四宝面 .....	(122)	三鲜奶汁面 .....	(140)
<b>三、烩焖类</b>		卤面 .....	(141)
<b>(一) 畜肉类</b>		三鲜家常面 .....	(141)
回勺面 .....	(123)	成都酸辣面 .....	(142)
片儿川面 .....	(124)	海鲜乌龙面 .....	(143)
雪菜肉丝煨面 .....	(124)	<b>四、炒制类</b>	
回勺鲜奶面 .....	(125)	<b>(一) 猪肉类</b>	
熬面 .....	(126)	焦炒面(1) .....	(144)
蒸卤面 .....	(126)	焦炒面(2) .....	(144)
南京小煮肉丝面 .....	(127)	肉丝炒面(1) .....	(145)
肉丝炆锅面 .....	(127)	肉丝炒面(2) .....	(146)
糊面 .....	(128)	肉丝炒面(3) .....	(146)
烂锅面 .....	(129)	炒面线 .....	(147)
肉丝焖面 .....	(129)	五丝炒线面 .....	(148)
芸豆焖面 .....	(130)	樊城薄刀 .....	(149)
扁豆面 .....	(130)	洛阳炒面 .....	(150)
酥羊大面 .....	(131)	肉丝生炒面 .....	(151)
牛(羊)肉烩面 .....	(132)	肉丝两面黄 .....	(151)
<b>(二) 蛋禽类</b>		煊炒面 .....	(152)
斋斋面 .....	(133)	肉丝南炒面 .....	(153)
鸡蛋炆锅面(1) .....	(134)	肉皮炒面 .....	(153)
鸡蛋炆锅面(2) .....	(134)	腊肠炒面 .....	(154)
麻油鸡面线 .....	(135)	藕丝炒面 .....	(154)
<b>(三) 水产三鲜、什锦类</b>		辣味茄丝炒面 .....	(155)
虾爆鳝面 .....	(136)	榨菜肉丝炒面 .....	(155)

青椒炒面	(156)	虾仁炒面(2)	(175)
枸杞肉丝炒面	(156)	虾球炒面	(176)
香菇银耳炒面	(157)	虾仁两面黄	(176)
茭白炒面	(158)	蟹肉炒面	(177)
酸辣猪肚炒面	(158)	蟹粉两面黄	(178)
腰花炒面	(159)	虾蟹两面黄	(179)
肚丝炒面	(159)	生鱼片炒面	(179)
福建炒面	(160)	香菇斑球面	(180)
虎掌金丝面	(161)	海鲜炸面	(181)
台式炒油面	(161)	软炒面	(181)

### (二) 牛羊肉类

炒炮竹面	(162)
葱爆羊肉炒面	(163)
托克逊炒面	(164)
新疆爆炒面	(164)
咖喱牛肉炒面	(165)

### (三) 蛋禽类

鸡丝炒面(1)	(166)
鸡丝炒面(2)	(167)
鸡球炒面	(167)
鸡丝香酥面	(168)
福州龙须炒面	(169)
鸡丝软炒面	(170)
苜蓿肉炒面	(171)
如意炒面	(172)
木樨肉炒面	(172)
鸡杂炒面	(173)
田鸡炒面	(174)

### (四) 水产类

虾仁炒面(1)	(175)
---------	-------

### (五) 三鲜、什锦类

扬州脆炒面	(182)
三鲜炒面(1)	(183)
三鲜炒面(2)	(184)
镇江三鲜炒面	(184)
三鲜煎炒面	(185)
脆炒面	(186)
什锦炒面	(187)
什锦软炒面	(187)
什锦两面黄	(188)

## 五、凉面类

### (一) 猪肉类

酸辣凉面	(189)
四味凉面	(190)
盐水猪舌凉面	(191)
红烧凉面	(191)
大柳面	(192)
炸酱面	(193)
肉丝于拌面	(194)
香酥凉面	(194)

麻酱凉面 .....	(195)	麻汁面 .....	(215)
<b>(二) 蛋禽类</b>		波汁凉面 .....	(215)
新疆凉面 .....	(196)	小刀凉爽面 .....	(216)
冬菇冷拌面 .....	(197)	斋面 .....	(217)
鸡丝凉面 .....	(197)	经济凉面 .....	(217)
鸡丝冷面 .....	(198)	万州胡凉面 .....	(218)
鸡丝干拌面 .....	(199)	腌菜凉面 .....	(219)
<b>(三) 水产类</b>		银针凉面 .....	(220)
蚝油凉面 .....	(199)	<b>六、素面类</b>	
葱油凉面 .....	(200)	<b>(一) 汤面类</b>	
扇贝凉面 .....	(201)	三冬汤面 .....	(221)
鳝鱼凉面 .....	(201)	素三鲜汤面 .....	(221)
鳝丝蒸拌冷面 .....	(202)	酸浆面 .....	(222)
鲜贝凉面 .....	(203)	口蘑豆腐汤面 .....	(223)
蝴蝶四味凉面 .....	(204)	素浇刀鱼汤面 .....	(223)
油盐拌面 .....	(205)	油豆腐面 .....	(224)
翡翠凉面 .....	(205)	麻油面线 .....	(224)
<b>(四) 三鲜、什锦类</b>		<b>(二) 盖浇类</b>	
三丝凉面 .....	(206)	龙须冬芽面 .....	(225)
鲜鱿凉面 .....	(207)	窝子面 .....	(226)
宝岛凉面 .....	(207)	罗汉窝面 .....	(227)
花帽凉面 .....	(208)	菌油面 .....	(227)
拌凉面 .....	(209)	月牙尼姑面 .....	(228)
什锦凉面 .....	(209)	冬菇素卤面 .....	(229)
素什锦凉面 .....	(210)	泰山豆腐面 .....	(230)
朝鲜冷面 .....	(211)	油拉茄子面 .....	(231)
什锦凉粉凉面 .....	(212)	遵义豆花面 .....	(231)
<b>(五) 其它类</b>		四川豆花面 .....	(232)
湖南凉面 .....	(214)	素什锦炸酱面 .....	(233)
绿豆芽蒸拌冷面 .....	(214)	中面 .....	(234)

素什锦卤面 ..... (235) 五香小鸡鲜蘑菇打卤过水面 ..... (251)

### (三) 拌面类

麻辣小面 ..... (235) 鸡丝卤面 ..... (252)  
铜井卷素面 ..... (236) 燕窝肥鸡丝福寿面 ..... (252)  
宜宾燃面 ..... (236) 红鸭子万福寿面 ..... (253)  
蒜茸辣酱面 ..... (237) 罐鸭子下面 ..... (254)  
素拌鲜奶面 ..... (238) 野鸡清汤下挂面(1) ..... (254)  
葱花酱油醋卤面 ..... (238) 野鸡清汤下挂面(2) ..... (255)  
芝麻酱拌面 ..... (239) 燕窝芙蓉鸭子面 ..... (256)

### (二) 羊肉类

甜水面(1) ..... (239) 羊肉擀子面 ..... (257)  
甜水面(2) ..... (240) 羊肉丝下面 ..... (257)  
葱椒羊肉下面 ..... (258)  
羊肉丝窝尔杂面 ..... (259)  
酸辣白面疙瘩汤 ..... (259)

### (四) 炒制类

观音伊府面 ..... (241) 御府汤面 ..... (260)  
素什锦炸面 ..... (242) 三鲜寿面 ..... (261)  
开元寿面 ..... (243) 烂肉丝下面 ..... (262)  
罗汉斋炒面 ..... (243) 生肉丝下面 ..... (262)  
素食鸡丝炒面 ..... (244) 鸽蛋挂面汤 ..... (263)  
煎面 ..... (245) 糖醋软溜鲤鱼焙面 ..... (264)  
冬菇炒面 ..... (245) 萝卜丝下面 ..... (266)  
重油炒面 ..... (246) 燕窝八仙面 ..... (266)

### (三) 其它类

北菇烩面 ..... (247) 八、伊面类

### (五) 其它类

素熬面 ..... (247) 伊府面(1) ..... (267)  
豆角焖面 ..... (248) 伊府面(2) ..... (268)  
太师面 ..... (248) 雄黄伊府面 ..... (269)  
雪花龙须面 ..... (249) 云腿伊府面 ..... (270)  
火腿鸡丝伊面 ..... (271)

## 七、宫廷类

### (一) 鸡鸭类

鸡丝面 ..... (250)

炖鸡汤伊面	(272)	过桥面	(293)
鸡丝伊府面	(272)	全蛋金丝面	(293)
奶油八宝伊府面	(273)	金丝面	(294)
汀州伊面	(274)	干面	(295)
三鲜伊府面(1)	(275)	酸椒面	(295)
三鲜伊府面(2)	(275)	菠菜炒面	(296)
三鲜汤伊府面	(276)	蚝油冬菇捞面	(297)
鲜片伊府面	(277)	冬菇汤面	(297)
焖伊府面	(278)	虾仁清汤面	(298)
鲜菇烩伊面	(278)	鸿图窝面	(298)
干烧伊府面	(279)	老友面	(299)
什锦品锅面	(280)	康家脆臊面	(300)
蛋酥三鲜汤面	(281)	鸡肠面	(301)
虾仁烩面	(282)	(2) 非全蛋类	
虾仁焦炒面	(282)	双色鸡蛋面	(301)
三丝炒面	(283)	银丝面	(302)
滇味炒面	(284)	新都银丝面	(303)
成都枯炒面	(285)	虾茸面	(303)
蒲圻炒面	(285)	清汤鱼面	(304)
蛋酥炒面	(286)	刀鱼面	(305)
鸿图窝面	(287)	翡翠面	(305)
甫鱼净面	(288)	菠菜面条	(306)
营口菜包面	(288)	永济龙凤面	(307)
		虾仁汤面	(308)

## 九、加料面类

### (一) 蛋面类

#### (1) 全蛋类

小刀面	(289)	虾仁刀鱼汤面	(309)
肠旺面	(290)	蟹肉面	(310)
鸡片肠旺面	(291)	带馅抻面	(310)
什锦奶油烤面	(292)	带馅龙须面	(311)
		翡翠汤面	(312)
		麟游血条面	(312)

### (二) 其它类

富县鸡血面	(313)
云梦鱼面	(314)
炒云梦鱼面	(315)
桂鱼盖面	(315)
七彩鱼面	(316)
鱼丝面	(317)
四色面线	(318)
锤鸡汤面	(318)
乾州鸡面	(319)

## 十、其它类

### (一) 混食类

桃花面(1)	(320)
桃花面(2)	(321)
虾子饺面	(322)
饺渗面	(323)
酸椒饺面	(324)
广州云吞面	(325)
湖北鸳鸯面	(326)
金线吊葫芦	(326)
流尖菜饭	(327)
调和饭	(328)
余羊肉菜饭	(329)

### (二) 锅面类

砂锅烩什锦面	(330)
砂锅鱼汤面	(330)
砂锅面	(331)
砂锅狗肉面	(331)
砂锅卤味面	(332)
崇庆砂锅煨面	(333)
砂锅什锦面	(334)

雪菜虾仁锅面	(334)
平锅面	(335)
品锅面	(336)

### (三) 药膳类

沙参炖鸡面	(337)
人参长寿面	(338)
鹿茸鸡丝汤面	(339)
人参空心面	(339)
春盘面	(340)
白捞线面	(341)

### (四) 杂制类

面线糊	(341)
干拌面	(342)
温拌面(1)	(343)
温拌面(2)	(343)
手抓面	(344)
红烧羊肉面	(345)
白切羊肉面	(346)
洛阳浆面条	(347)
武汉热干面	(347)
花灯窝浆面	(348)
牛肉毛面	(349)
糊油面	(350)
福山拉面	(351)
三原疙瘩面	(352)
摆汤面	(353)
油泼箸头面	(354)
虾爆鳝过桥面	(355)
宽汁过油肉面	(356)
三鲜龙须面卷	(357)



油燃面 ..... (358)

## 第二部分 非小麦粉面条

### 一、混面类

羊肉杂面汤 ..... (359)  
烩什锦包皮面 ..... (359)  
三和面 ..... (360)  
漂抿蚰 ..... (361)  
豆腐酸菜豆面条 ..... (362)  
恰酪 ..... (363)  
饶阳杂面 ..... (363)  
斜棋儿 ..... (364)  
羊肉杂面 ..... (365)  
邛崃牛肉荞面 ..... (366)

### 二、非小麦粉类

#### (一) 米粉类

闽北豆浆粉 ..... (367)  
南昌炒米粉 ..... (368)  
素炒兴化米粉 ..... (368)  
过桥米线 ..... (369)  
全州红油米粉 ..... (372)  
罗秀肉丝炒米粉 ..... (373)

罗秀甜酸米粉 ..... (373)  
卤菜粉 ..... (374)  
银芽双炒桂林粉 ..... (374)  
桂林马肉米粉 ..... (375)  
什锦凉米线 ..... (376)  
干炒牛肉河粉 ..... (377)  
滑鸡汤沙河粉 ..... (378)  
胗肝炒河粉 ..... (379)  
韭黄肉丝炒沙河粉 ..... (379)  
鸡肉线粉 ..... (380)  
帽结肥肠粉 ..... (381)

#### (二) 其它类

羊肉粉豆面恰酪 ..... (382)  
玉米恰酪 ..... (383)  
臊子汤荞面恰酪 ..... (384)  
压恰酪 ..... (384)  
生蒸羊肉荞面恰酪 ..... (385)  
韩城羊肉恰酪 ..... (386)  
一百家子白荞面恰酪 ..... (387)  
崇庆荞面 ..... (388)

## 第三部分 异形类面条

### 一、小麦粉类

#### (一) 猪肉类

西安猴头面 ..... (390)

弹打龙门 ..... (391)  
猪肉转盘剔尖 ..... (392)  
肚丝炆锅面 ..... (393)  
搓碗子 ..... (394)