

流行川菜

郑绍武 曾昌缴 编写
王涤寰 摄影

972.182.71
1

农村读物出版社

Liuxingchuancai

流行川菜

郑绍武 曾昌缴 编写 王涤寰 摄影



农村读物出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

流行川菜 / 郑绍武, 曾昌缴编写; 王涤寰摄. —北京:
农村读物出版社, 2004.1

ISBN 7-5048-4347-4

I. 流... II. ①郑...②曾...③王... III. 菜谱—
四川省 IV. TS972.182.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 122465 号

出 版 人	傅玉祥
责任编辑	赵 勤
出 版	农村读物出版社 (北京市朝阳区农展馆北路 2 号 100026)
发 行	新华书店北京发行所
印 刷	中国农业出版社印刷厂
开 本	889mm × 1194mm 1/24
印 张	3.5
字 数	40 千
版 次	2004 年 4 月第 1 版 2004 年 4 月北京第 1 次印刷
定 价	19.80 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

关于流行川菜

近几年来,那些流行于东西南北的民间或地方乡土风味川菜,有人称之为江湖川菜,成为新的餐饮热点,突然间充满了餐饮市场,形成了一股潮流,上至星级饭店,下至街头酒家、排档,莫不以其为招徕,三两天不断变换新品种,几元的价格、浓香的滋味,让一大批喜麻辣、求刺激和馋嘴的都市人,大饱了口福。这些菜有的是在四川传统名菜基础上演变而来,有的是利用川味多种味型专为现代人的口味特征而设计,这些七滋八味的川菜不仅秉承了川菜尚滋味、好辛香的特色,竟也成了21世纪的餐饮时尚。

编者

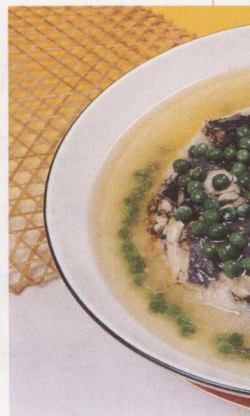
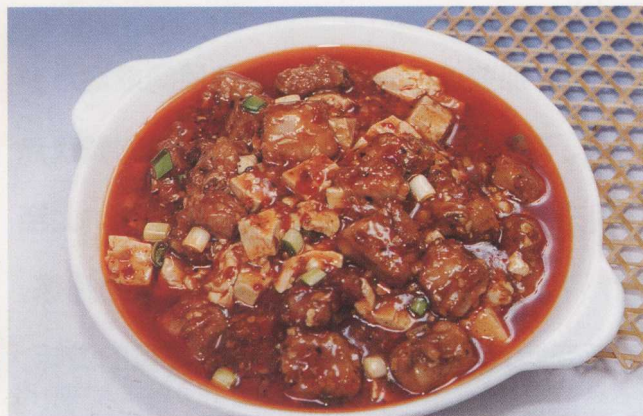


目录

畜肉类

荷香珍珠排	6
天府香辣腰片	7
麻婆仔排	8
蘸水牛肉	9
姜醋耙肉	10
香辣毛肚	11
萝卜干烧腊肉	12

旺子金钱肠	13
风味牛肉粉	14
香辣猪蹄	15
烟笋烧牛腩	16
水豆豉蒸排骨	17
夫妻丝菜香	18
山椒蒸蹄花	19
滚石腰片	20



烤白鳝	42
川式墨鱼仔	43
麻辣福寿螺	44
麻辣小龙虾	45
魔芋鳝段	46
复合味的调制与应用(二)	47

家禽类

家常芙蓉蛋	48
-------------	----

泡酸菜烧鸡	49
美极兔腿	50
香煎糯米鸭	51
酸辣双脆	52
泡椒疙瘩烧鸭舌	53
泡椒爆鸭掌	54
泡菜炒鸡杂	55
包公鸡	56
水桶鸡	57

鲜豌豆蒸乌鸡	58
鬼域仙都鸡块	59
尖椒鸡	60
老干妈拌鹅胗	61
乡村鹅肠	62
泡豇豆拌鸡杂	63
爽口老坛子	64
陈皮鹅翅	65
仔姜拌鸽肚	66

白汤肥肠	21
水煮烧白	22
老干妈煎肉	23
小米蒸排骨	24
青豆粉蒸肉	25
复合味的调制与应用(一) ...	26

河鲜、海鲜类

抄手鱼头	27
香水鲫鱼	28
风味烤虹鳟	29
水煮鱼	30
泡椒童子鱼	31
球溪河鲢鱼	32
脆菜拌鱼皮	33

拉丝虎皮鳝	34
乡村泥鳅片	35
泡菜墨鱼片	36
香辣霸王蟹	37
泡菜碎米虾	38
黄沙焗肉蟹	39
天府蟹黄豆花	40
泡姜蒸甲鱼	41



一品蒜香鸡	67
馋嘴鹅	68
酸菜水饺鸭	69

火锅类

火锅的吃法	70
毛血旺	71
烧鸡公火锅	72
鸳鸯火锅	73

汤类

酸菜凉瓜粉丝羹	74
白果炖老鸭	75

素菜类

金沙玉米	76
拔丝汤圆	77
脆皮炸木瓜	78
干煸土豆丝	79

销魂茄子	80
红枣莲心	81
糯米蒸南瓜	82
竹林鲜蘑	83
复合味的调制与应用(三)	84

荷香珍珠排

Liuxingchuancai

味型:微辣



原料

猪排骨 750 克, 荷叶 1 张 (约 300 克), 西米 50 克。

调料

花生酱、盐、味精、胡椒粉、排骨酱、料酒各适量。

制作

排骨剁成 3 厘米长的段后, 用水焯一下捞起, 用凉水过凉, 冲净血水后, 加入花生酱、盐、味精、胡椒粉、排骨酱、料酒, 并拌匀; 将西米焯水至五成熟, 待用; 将排骨蘸上西米; 将荷叶铺在蒸笼上, 放入蘸好西米的排骨, 并码放整齐; 放入蒸箱内蒸 40 分钟取出即成。

操作要领

排骨的血水一定要冲洗干净; 西米水分应沥干; 蒸排骨时宜用猛火。

特点

荷叶清香, 排骨晶莹剔透。

变化菜 可用鸡肉块、鸭肉块替代猪排骨。

味型:麻辣

Liuxingchuancai 天府香辣腰片

原料

猪腰 500 克, 黄瓜 400 克。

调料

干辣椒 100 克, 盐 10 克, 味精 5 克, 鸡精 5 克, 老干妈豆豉 15 克, 生抽酱油 15 克, 香油 5 克, 辣椒油 25 克, 花椒 5 克, 姜、蒜末各 15 克, 葱花 20 克, 芝麻 10 克, 色拉油 100 克。



制作

猪腰切成薄片后, 焯水; 黄瓜去皮, 切成片, 加适量盐炒一下, 放入盘中垫底; 然后, 把腰片铺在黄瓜上, 将辣椒油、盐、豆豉、生抽酱油、香油、姜末、蒜末、葱花、芝麻等拌匀, 浇在腰片上; 再撒上炒香的干辣椒即可。

操作要领

腰片焯水的时间不宜过长。

特点

成菜口感爽嫩、麻辣鲜香, 是一款新派川菜。



原料

净猪排 800 克, 芹菜粒 25 克, 青蒜段 25 克。

调料

盐 5 克, 胡椒粉 3 克, 料酒 25 克, 豆豉 10 克, 姜、蒜末各 15 克, 花椒粉 5 克, 味精 5 克, 高汤 1 000 克, 水豆粉 20 克, 豆瓣酱 25 克。

制作

先将猪排剁成 3 厘米长的段后, 用水焯一下后捞出, 再用七成热的油将猪排炸一下, 至表面微酥后捞起; 锅内留少许油, 下入豆瓣酱、豆豉、胡椒粉和姜、蒜末炒香后, 加入高汤、料酒, 将排骨煮熟软, 收汁后加少许水豆粉, 装盘; 青蒜段用少许油、盐炒熟, 倒在排骨上, 撒上花椒粉、芹菜粒即可。

操作要领

排骨一定要煮得软而不烂, 麻辣味可根据个人口味而定。

特点

川味浓郁, 色泽金红油亮, 排骨质嫩, 麻辣香浓。是巴蜀地区的风味名菜。

变化菜 猪排可用豆腐替代。



味型:五香

Liuxingchuancai

蘸水牛肉

原料

牛腱子肉
800克。

调料

老卤水1500克,香菜末20克,五香大料10克,味精5克,鸡粉5克,干辣椒15克,色拉油100克,姜、葱各25克,料酒20克,酱油20克。



制作

牛腱子肉洗净切成片,用姜、葱、料酒、酱油将其腌泡入味;再用老卤水卤熟后捞起,切成薄片,装在盘中;将老卤水倒入锅里,加入五香大料、味精、鸡粉煮开,将其掺入装好的盘中;锅内倒少许油,将干辣椒炒香,倒在盘中,撒上香菜即可。

操作要领

卤制牛腱子肉时,掌握好时间,一定要让其入味。

变化菜 可用仔兔肉、鸡肉替代牛肉。



原料

五花肉 600 克。

调料

姜 20 克, 香醋 15 克, 花椒 5 克, 干辣椒 10 克, 高汤 1 500 克, 盐 5 克, 味精 5 克, 色拉油 100 克, 鸡粉 5 克。

制作

先将色拉油烧八成热,下五花肉炸一下后捞起,切成小方块;锅内放入少许油,下入姜、花椒、干辣椒炒香,加入高汤,再倒入五花肉、盐;放入高压锅,压 20 分钟后,放入香醋、味精、鸡粉即可。

操作要领

五花肉的皮要炸至虎皮状。

特点

肉酥烂、滋润不肥腻,有独特麻香味。



味型:香辣

Liuxingchuancai

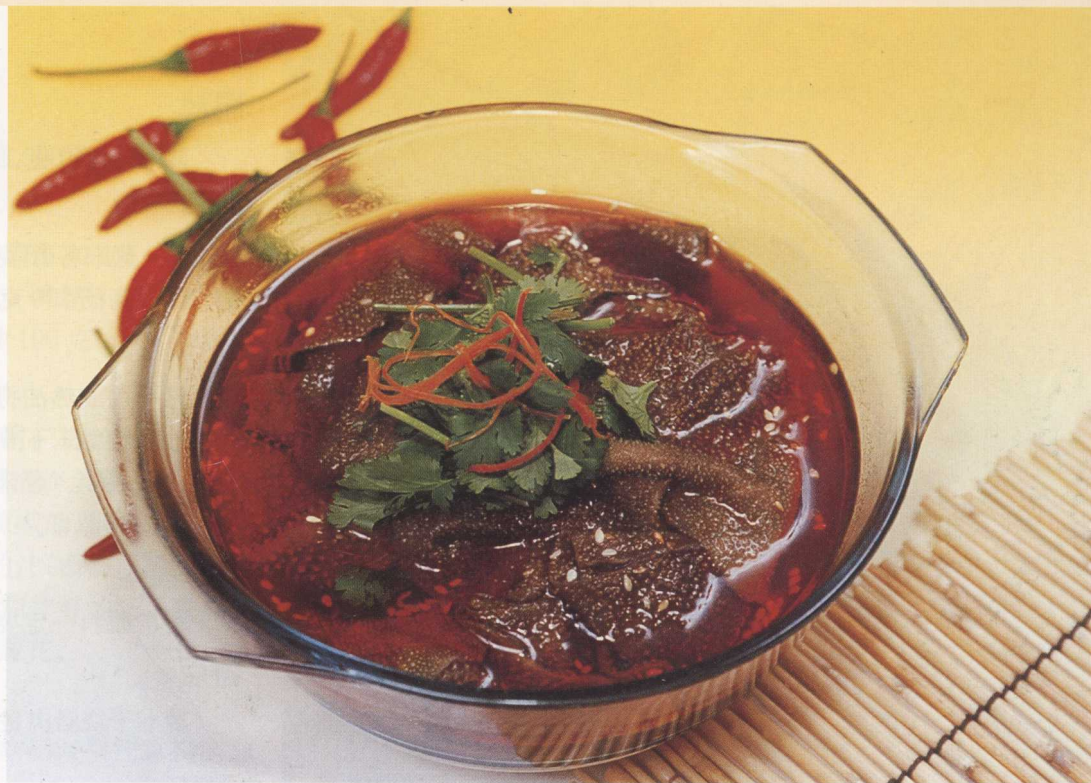
香辣毛肚

原料

牛百叶(毛肚)500克, 莴笋片 300 克。

调料

辣椒油 10 克, 卤水 1 000 克, 高汤 1 500 克, 美极汁 10 克, 鸡粉 5 克, 味精 5 克, 花椒油 10 克, 色拉油 100 克。



制作

先将牛百叶用开水焯熟, 捞起, 切块; 莴笋片焯水捞起, 垫底, 将牛百叶铺在上面; 把卤水、美极汁、鸡粉、味精、高汤、花椒油和辣椒油放在一起调好味, 浇在百叶上即可。

操作要领

百叶焯水时, 注意要熟而不老。

特点

此菜香辣味浓烈, 特别适宜爱吃香辣人的口味。

变化菜 可用肘子、黄喉等替代牛百叶。



萝卜干烧腊肉

Liuxingchuancai 味型:农家风味



原料

萝卜干 150 克, 腊肉 (切条) 250 克。

调料

姜、葱末各 10 克, 盐 3 克, 味精 5 克, 鸡粉 5 克, 高汤 500 克, 色拉油 100 克。

制作

先用八成热油将腊肉炸一下, 捞起; 炒锅内放少许油, 下萝卜干和腊肉, 煮 5~6 分钟; 再放入姜、葱末和盐、味精、鸡粉及高汤, 煮入味即可。

操作要领

所选原料一定要选四川产的正宗原料。

特点

萝卜干烧腊肉是地道的四川农家风味菜。

变化菜 可用腊鸡、腊肠等替代腊肉。



味型:麻辣

Liuxingchuancai

旺子金钱肠

原料

肠头 1000 克, 鸭血 500 克。

调料

白卤水 1500 克, 豆瓣酱 30 克, 干辣椒 15 克, 花椒 15 克, 盐 5 克, 味精 5 克, 料酒 15 克, 葱花 10 克, 色拉油 100 克。

制作

鸭血切成厚片, 待用; 将肠头用卤水卤熟, 切成钱币状, 然后过油炸至稍干; 用少许油将豆瓣酱、花椒、干辣椒加入料酒、盐、味精等炒香熟, 倒入卤肠的汁(卤肠后的卤水); 烧沸后, 再倒入鸭血片和炸好的肠, 煮熟即可。上菜时, 撒上少许葱花。

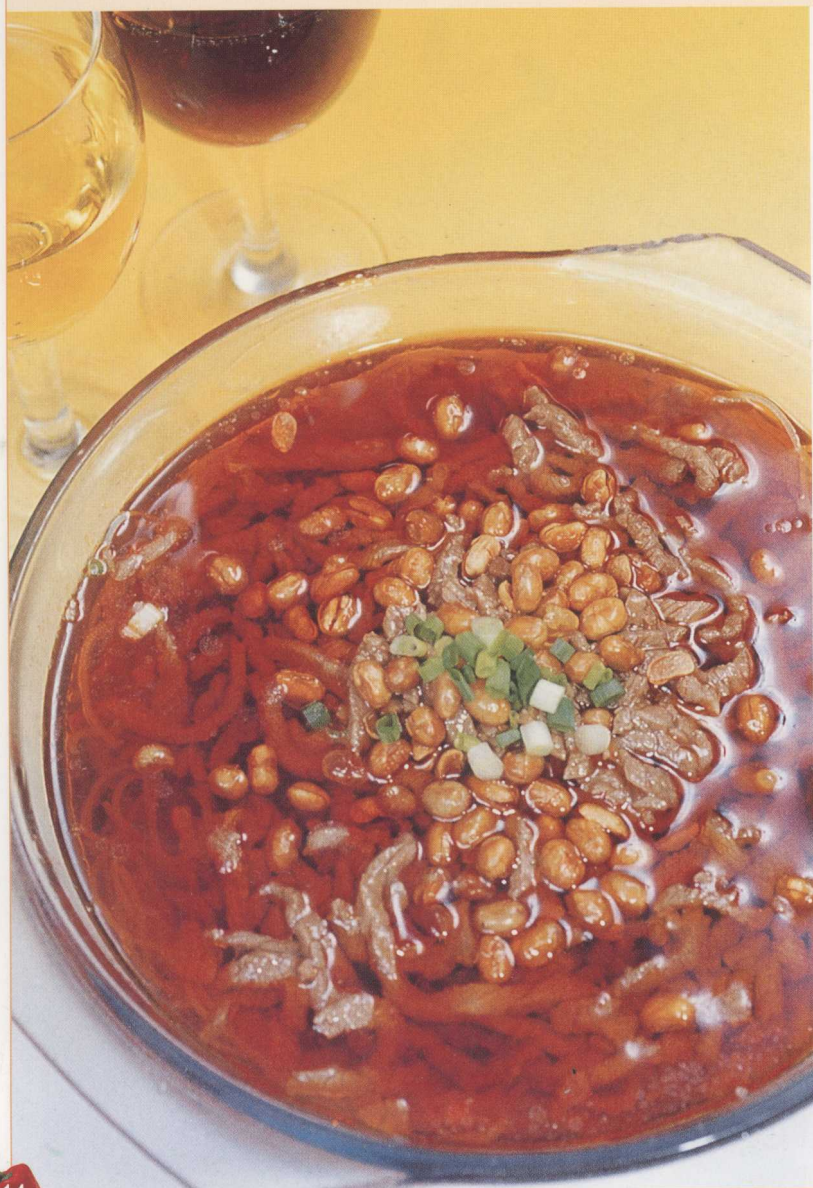
操作要领

肠头一定要入味。炸制时要注意控制油温。

特点

此菜色泽红亮, 嚼劲十足, 麻辣鲜香; 是目前流行于巴蜀各地餐厅、酒楼的时尚川菜。





原料

牛肉 300 克, 红苕粉条 150 克。

调料

姜、蒜末各 10 克, 火锅调料 20 克, 生抽 15 克, 料酒 15 克, 盐 5 克, 味精 5 克, 炸熟黄豆 25 克, 葱花 15 克, 高汤 1 500 克, 色拉油 100 克。

制作

牛肉洗净, 切成丝, 用四成热的油稍炒一会儿, 捞出; 在锅内倒入油, 下入姜、蒜末和火锅调料、料酒、生抽, 炒香后加入适量高汤; 烧沸后, 放入红苕粉条、牛肉丝, 煮 5 分钟后, 放入盐和味精, 盛出装盘后, 撒上黄豆、葱花即可。

操作要领

牛肉丝应切得粗细均匀一致; 炒牛肉的油温控制好, 牛肉丝一定要滑炒散。

特点

牛肉丝细嫩、爽滑, 粉条香味浓郁。



味型: 香辣

Liuxingchuancai

香辣猪蹄

原料

猪蹄800克, 小麻花100克, 青、红柿子椒各50克。

调料

干辣椒25克, 花椒15克, 葱、姜、蒜片各10克, 郫县豆瓣酱20克, 盐5克, 香油15克, 卤水1500克, 味精5克, 色拉油100克。



制作

先将猪蹄洗净, 放入卤水中卤熟, 捞起; 冷却后, 将其切成方块状; 锅内倒入油, 待油温烧至七成热时, 下猪蹄, 过油后捞起; 青、红柿子椒切成块, 过油后捞起; 锅内留少许油, 下干辣椒、豆瓣酱、花椒炒香, 再下猪蹄, 放入葱、姜、蒜片和味精、盐, 滴上少许香油后, 再倒入小麻花, 即可盛出装盘。

操作要领

卤猪蹄过程中, 不要把猪皮弄破; 过油时, 待猪皮刚刚起皱即可。

特点

这道菜香中有辣, 入口软而不烂、嚼劲十足。



原料

烟笋200克,牛腩600克。

调料

十三香5克,大蒜25克,姜15克,大葱段25克,盐5克,味精5克,酱油10克,高汤1500克,色拉油100克,郫县豆瓣酱30克,香油15克。

制作

牛腩切成3厘米长的方块,用水焯后捞起;烟笋洗净,切成梳子背状,焯水后捞起;锅内放少许油,放入十三香、郫县豆瓣酱、蒜、姜、葱、酱油煸炒香,加入高汤,烧沸后下入牛腩,用微火煮2小时后,加入盐、味精,滴入少许香油,即可出锅。

操作要领

牛腩切块应大小一致,煮制时一定用微火煮软。

特点

烟笋翠嫩,牛腩软而不烂;菜汤色泽红亮,香味极浓。

变化菜 可用猪排等替代牛腩。

