

民以食为天 天天食为乐

14 新白



中華美食

ZHONGHUA MEISI QUHUA JI ZHI ZUO

趣话及制作

张林 主编



四川人民出版社

张 林 主编

中華美食

ZHONGHUA MEISI QUHUA JI ZHIZUO

趣话及制作



图书在版编目 (CIP) 数据

中华美食趣话及制作/ 张林编著. —成都: 四川人民出版社, 2001.8

ISBN 7-220-05417-3

I. 中... II. 张... III. 菜谱—中国
IV. TS972-182

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 035291 号

ZHONG HUA MEI SHI QU HUA JI ZHI ZUO

中华美食趣话及制作

张林 编著

责任编辑
封面设计
技术设计

张 辛
周靖明
戴雨虹

出版发行
网 址

四川人民出版社(成都盐道街3号)
<http://www.booksss.com>

E-mail: scrmcbf@mail.sc.cninfo.net

防盗版举报电话

(028)6679239

印 刷

成都金龙印务有限责任公司

开 本

850mm×1168mm 1/32

印 张

12.25

字 数

250 千

版 次

2001 年 11 月第 1 版

印 次

2001 年 11 月第 1 次印刷

印 数

1—8000 册

书 号

ISBN 7-220-05417-3/Z·282

定 价

18.00 元

■ 著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题,请与工厂联系调换



平面设计：周靖明
COVER DESIGNED by Jingming Zhou 平面设计室



目 录

目录

一 川菜趣话

灯影牛肉 国宴一绝 /3

“夫妻肺片”与爱的向往 /4

“麻婆豆腐”和陈麻婆 /6

四川总督与“宫保鸡丁” /7

樟茶鸭媲美北京烤鸭 /9

大千鸡块 川味十足 /11

“东坡墨鱼”和东坡洗砚 /13

“贵妃鸡翅”让女孩更美 /14

卓别林难忘“香酥鸭” /16

杜甫草堂“五柳鱼” /17

川菜“肝膏”成名记 /19

周总理关心榨菜美食 /21

四川回锅肉肥而不腻 /22

张大千爱吃坛子肉 /24

名菜“子母会”的典故 /26

四川人请你吃豆花 /27

“锅巴”成名品 /29

麻辣香的棒棒鸡 /30

二 鲁菜趣话

《齐民要术》和奶汤蒲菜 /35

黄河之鲤，肥美甲天下 /36

朱元璋喜食海参 /38

“锅塌豆腐”锅塌菜 /39

- “油爆双脆”与袁枚 /41
- 神仙鸭子与燃香计时 /42
- 孔子与“诗礼银杏” /44
- 乾隆与“油泼豆豉” /46
- 名贵典雅“一品锅” /48
- 游泰山 品“三美” /50
- “酱汁四鼻鲤”与乾隆 /51
- 潍坊甲鱼肴——吉祥美食 /53
- “红烧对虾”的爱情奇闻 /54

三 苏菜趣话

- “天下第一菜”和顾大学士 /59
- 龙宫大将与“将军过桥” /61
- 江南名饌“荷包鲫鱼” /63
- “拆烧鲢鱼头”戏财主 /64
- 章太炎与阳澄湖蟹 /66
- 孟姜女和太湖银鱼 /68
- “扒猪头”成名法海寺 /70
- 隋炀帝与扬州狮子头 /72
- 松鼠桂鱼 吱吱作声 /74
- 鲃蹄汤和于右任 /76

- 梁武崇佛“素火腿” /78
- 乞丐发明的常熟“叫化鸡” /79
- 镇江“三怪”之一的肴肉 /81
- 樊哙首创鼋汁狗肉 /83
- “琵琶”火腿与“北腿” /85
- “海上第一鲜” /87

四 粤菜趣话

- 陈毅元帅吃“郊外鱼头” /91
- 红烧裙翅“大三元” /92
- 大宋末代皇帝与护国菜 /95
- “白云猪手”九龙泉 /97
- 江孔殷首创“龙虎凤大烩” /98
- “太爷鸡”与七品芝麻官 /100
- “东江盐焗鸡”和杨修冤案 /102
- 粤人食鼠有传统 /104
- 柱侯食品和柱侯师傅 /105
- 华侨争夸“炒牛奶” /107
- 从大排档走出的“满坛香” /108
- 大江南北“龙虾热” /110
- 站着吃的“打边炉” /112



“烤乳猪”与火帝的故事 /113

五 徽菜趣话

毛主席赞扬“包公鱼” /119

战国高士“琴高鱼” /120

淮南王刘安和淮王鱼 /122

巢湖银鱼“破娘生” /124

徽商、徽菜、“鱼咬羊” /125

扇形美食——定远桥尾 /128

芜湖“鳝鱼肴”的传说 /129

明太祖创虎皮毛豆腐 /131

一鸭四吃的徽菜 /133

名茶美饌“金雀舌” /134

南宋宫廷山笋饌 /136

散发异香的“臭桂鱼” /137

“天下第一山”食鸡妙趣 /139

六 浙菜趣话

“杭菜之首”东坡肉 /143

“龙井虾仁”楼外楼 /144

秦皇爱吃“斩鱼元” /145

“曲院风荷”米粉肉 /147

“宋嫂鱼羹”讽昏君 /149

“春江鲥鱼”严子陵 /151

晋人张翰与“莼鲈之思” /153

宁波烧鹅与书圣 /155

“哭竹生笋”与“油焖春笋” /156

明世宗嗜枣与蜜枣羹 /158

两鲜合一——美食奇观 /160

“大雅堂”“绍虾球” /161

枇杷诗和“瓢枇杷” /162

周恩来爱吃“乌干菜” /164

乾隆题赠“鱼头豆腐” /166

七 湘菜趣话

李宗仁“神仙鸡”延宾 /171

长沙“无黄蛋”传奇 /172

口福累人“老湖湘” /174

“玉麟香腰”彭兵部 /176

《楚辞》与龟羊汤 /179

“易牙手段湖南味” /181

- “龙女斛珠”柳毅井 /182
 虎皮扣肉“一品香” /184
 尼克松不忘“东安子鸡” /185
 “腊味合蒸”传奇 /188
 “羊蹄花”来自光绪年代 /191
 毛泽东吃“火宫殿臭豆腐” /193

八 闽菜趣话

- “佛闻弃禅跳墙来” /197
 王母赐福“莲合肚” /200
 南洋沙茶美鸭肴 /201
 乌鸡海参名贵菜 /203
 “海底鸳鸯”炒鲳片 /204
 闽南汤菜数鲍鱼 /206
 五彩纷呈“土笋冻” /208
 世界顶级海鲜肴 /209
 法国领事想学闽菜 /211
 形似竹筒的海鲜珍品 /213
 开元古刹“东壁龙珠” /214
 “东方珍品”冰糖燕窝 /216

九 京菜趣话

- “北京烤鸭”两名家 /221
 郭沫若赞“砂锅羊头” /223
 “抓炒王”的“四大抓炒” /225
 众口争夸谭家菜 /227
 涮羊肉名家“东来顺” /229
 莲池别墅“烤肉季” /232
 “百鸟朝凤”献寿诞 /235
 乾隆南巡“戏金钱” /237
 “砂锅居”的“煮白肉” /240
 “游龙戏凤”梅龙镇 /243
 天皇倾情“三不粘” /244

十 沪菜趣话

- “五柳先生”和“菊花火锅” /249
 “丁蹄”与“丁义兴” /251
 乾隆二品四鳃鲈 /252
 荣毅仁和“八宝鸭” /254
 “火夹鳊鱼”和张志和 /256



名厨救急创参饌 /257

吱吱声响鳝糊香 /259

“老正兴”的炒圈子 /260

“青鱼秃肺”冬令菜 /262

“小绍兴”和白斩鸡 /264

沪味粤菜“烟鲳鱼” /266

“松仁鱼米”走向了世界 /268

“涉彼北山，言采其杞” /269

十一 豫菜趣话

洛阳“水席”女皇赐名 /275

飞禽豫菜“套四宝” /276

袁世凯喜食“铁锅蛋” /278

北宋名肴“烧臆子” /280

让杞人忘忧的“烘皮肘” /281

“汴梁十二扒”与伊尹 /283

雍正艳史与“明珠鲍鱼” /284

烤鱼焙面 遵旨合一 /287

嘉庆帝赞道口烧鸡 /289

“山遇”和河南山药 /291

司马懿与“司马怀府鸡” /292

“固始皮丝”走向世界 /294

十二 楚菜趣话

“笔架鱼肚”慧姑娘 /299

孙权宴封“武昌鱼” /301

汤显祖喜尝“琵琶鸡” /302

“金殿玉菜”苏小妹 /304

“桃花鱼”、昭君泪 /306

“无鱼糕不成席” /307

鱼肴“龙穿衣”奇闻 /309

“红烧蚰肉”与千里送京娘 /311

“烧春菇”与“香菇之祖” /313

刘主席来到“小桃园” /314

“蟠龙卷切”恩师情 /316

十三 秦菜趣话

“葫芦鸡”和韦尚书 /321

关中名肴“猴戴帽” /322

孙思邈指点“葫芦头” /324

老舍品评“奶汤锅子鱼” /326

仿唐菜“鲤鱼跳龙门”/327

秦皇美饌“烧牛尾”/329

指斥奸臣的“三皮丝”/331

八宝甜饭与“周八士”/333

“金边白菜”慈喜爱/335

松子方肉/336

“上品功能甘露味”/338

张骞和“贡米酿藕”/339

十四 滇菜趣话

云南汽锅鸡和汤汤/343

“过桥米线”与秀才中榜/344

“市场新花”魔芋豆腐/346

邓川乳扇好佐酒/348

古今滇池食螺风/349

宝珠和尚梨炒鸡丁/351

“菌中皇后”的传说/352

傣家风味“竹烧鱼”/354

在西双版纳吃蛆食蛹/356

永历皇帝和腾冲饵块/357

彝家乳饼真奇妙/359

十五 东北菜趣话

“红棉虾团”与吕后锦衣/363

那吉有“白肉血肠”/365

努而哈赤敬献“黄金肉”/367

乾隆赐封“如意菜”/369

“饮食之宝”数人参/371

松花湖上美“鱼宴”/373

牛肉锅铁 吉林风味/375

“八珍”之一蛤士蟆/376

“八珍”之二猴头蘑/378

“长白山珍宴”与鹿茸/380

鲜族“狗肉火锅”上大席/382

宁死不屈的大马哈鱼/383

后 记/385

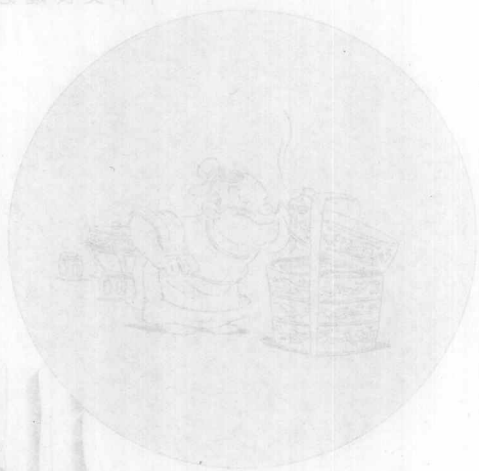
中华美食趣话及制作



川菜

川菜趣话

中国美食总动员



菜

川菜



灯影牛肉 国宴一绝

四川达县的灯影牛肉,吃起来麻辣香脆,口感奇特,是早已驰名中外的传统国宴名菜,距今已有一百多年的历史。四川人把皮影叫做灯影。达县牛肉片薄如纸,像牛皮灯影一样的透明,所以才叫灯影牛肉。

相传,清光绪年间,四川梁平县有一位叫刘仲贵的师傅在达县开了一家小餐馆。他有一手绝招,能把牛肉制成如纸的薄片。放在灯光底下能透明显影,而且酥脆化渣,馥郁醇香,回味无穷。刘仲贵死后,他的徒弟们继承和发展了这种工艺,使达县灯影牛肉名气远扬。

成都重庆等地的厨师也争相学习刘家制作工艺,使灯影牛肉逐渐成为川菜名品。1922年重庆名店“老四川”也推出新增花色品种“灯影牛肉”。店家特制了一个玻璃柜橱,柜中间放一盏耀眼的明灯,每天晚上大师傅将现做的灯影牛肉,让前来购买的顾客亲手对着灯光照看,即可透出清晰的灯影来。这一招十分奏效,每天晚上看热闹的和买牛肉的拥挤不堪。“老四川”生意火爆了好长时间。灯影牛肉的大名更加响彻了四川全省。

解放前,达县制售名产灯影牛肉的专业户仅有数家,牛肉用小绳串起来出售,随吃随取,也还算方便,只是不好携带。1964年张爱萍将军为故乡经济发展出谋献计,特请国家商标局为达县灯影牛肉制作专用商标,设计改进食品包装,为广大消费者购买和携带提供了便利,使达县名产牛肉片,更多地走出四川,走向全国,走向世界。

的制作
方法：
「灯影牛肉」



主料和辅料——黄牛后腿肉 500 克，白糖 25 克，花椒粉、姜各 15 克，辣椒粉 25 克，绍酒 100 克，精盐、麻油各 10 克，五香粉、味精少量，熟菜油 500 克。

制作技艺——1. 选黄牛后腿上的腱子肉，去除浮皮。不要用清水洗而要保持洁净。切去边角，片成大薄片，放在案板上铺平理直；均匀地撒上炒干水份的盐，裹成圆筒形。晾至呈鲜红色(夏季约 14 小时，冬季约三四天)。

2. 将晾干的牛肉片放在烘炉内，平铺在钢丝架上，用木炭火烘烤约 15 分钟，至牛肉片干结，然后上笼蒸约 30 分钟取出，切成 4 厘米长、2 厘米宽的小片，再上笼蒸约 1.5 小时取出。

3. 炒锅上火，放入菜油烧至七成热，放姜片炸出香味捞出，待油温降至三成热时，将锅移至小火上，放入牛肉片慢慢炸透，滗去约 $\frac{1}{2}$ 的油，烹入绍酒拌匀，再加辣椒粉和花椒粉、白糖、味精、五香粉，颠翻均匀，起锅晾凉，淋上麻油即成。

“夫妻肺片”与爱的向往

四川著名风味小吃中，有种叫“夫妻肺片”的，其实就是优质的麻辣卤牛肉、卤牛心片、卤牛肚片、卤牛舌片的总称。

五十多年前的成都长顺街附近，小吃零食摊贩遍地都是，可谓川味名吃集萃之地。有一对穿着洁朴的夫妇，双双提篮叫卖。他俩主营的货色无多，就是单一的透明牛肺薄片。这种小吃食看起来红色鲜亮，吃着麻辣清香，既便宜又可口。小孩子们喜爱拿在手里当零食吃；成年人把它当做价廉物美的佐酒小菜。慢慢的“夫妻肺片”的美名也就传开了。



时间一长,夫妻俩积攒了一些资本,不再走街串巷提篮小卖了。他们开了一间“夫妻肺片店”,扩大了经营范围,卤制的品种增加了牛肚、牛心、牛舌和牛肉。人们仍按习以往的称号,叫它们“夫妻肺片”。

如今,成都的“夫妻肺片”早已成为川味小吃代表。人们在品味这种麻辣小吃时,仍然会想起早年一对小夫妻走街小卖的情景。正是有了高尚纯洁的夫妻恩爱和同心协力,才创出如此美味小吃来的。

有趣的是李劫人长篇小说《暴风雨前》对“肺片”作了独到的解释。他说古时生活在四川广大地区的人们对牛的五脏六腑是很不看重的,以至往往丢弃不用,更不要说吃了。不知何时开始,有人把这些东西利用了起来。不过,仍以废弃物另眼相看,故称其为“废片”,实则轻视之意。因“废”与“肺”音谐,长而久之,人们以讹传讹,竟将“废片”演变成今日之“肺片”了。四川地方风味美食“夫妻肺片”也自然而然沿用这么个称谓了。



主料和辅料——鲜牛肉、牛杂(肚、心、舌、头皮等)及老卤水各2500克,辣椒油、油酥花生末、酱油各150克,芝麻面100克,花椒面25克,八角4克,味精、花椒、肉桂各5克,精盐125克,白酒50克。

制作技艺——1. 将牛肉、牛杂洗净。牛肉切成重约500克的大块,与牛杂一起放入锅内,加清水(以淹过牛肉为度),用旺火烧沸,并不断撇去浮沫。

见肉呈白红色,滗去汤水。牛肉、牛杂仍放锅内,放进老卤水,放进香料包(将花椒、肉桂、八角用布包扎好)、白酒和精盐,再加清水400克左右。旺火烧沸,约30分钟后,改用小火继续烧1.5小时。煮至

牛肉、牛杂酥而不烂时，捞出晾凉。

2. 卤汁用旺火烧沸，约10分钟后，取一只碗舀入卤水250克，加入味精、辣椒油、酱油、花椒面调成味汁。

3. 将晾凉的牛肉、牛杂分别切成4厘米长、2厘米宽、0.2厘米厚的片，混合在一起，淋入卤汁拌匀，分盛若干盘，撒上油酥花生末和芝麻面即成。

“麻婆豆腐”和陈麻婆

川菜名品中有一道“麻婆豆腐”，声誉卓著，雅俗共赏。有道是：“麻婆豆腐尚传名，豆腐烘来味最精。万福桥边帘影动，合沽春酒醉先生。”

这是赞“麻婆豆腐”的《竹枝词》。“麻婆豆腐”以麻、辣、鲜、嫩、烫闻名中外，号称“正宗川味菜”。

清代同治年间，成都北郊万福桥有一家“陈记小吃店”，夫妇二人以供应脚夫、苦力吃便饭为主。常在此处歇脚的还有一些“油挑子”。老板娘心地善良，把挑夫们送给的油脚子全用在烧豆腐上，好让苦力们能吃上又热又烫又有滋味的一顿饱饭。她做的豆腐菜又经济又实惠。那红里透白的嫩豆腐上，摆上几根青绿蒜苗、几点油酥了的牛肉臊子，味兼麻辣，最好佐酒下饭，非常受人欢迎。只因老板娘脸上几点麻子很显眼，人们戏称她做的豆腐菜为“麻婆豆腐”。

成都城里的有钱人家闻听“麻婆豆腐”不错，也纷纷前往品尝，从此“陈记小吃店”生意火爆起来。后来店主干脆挂起了“陈麻婆豆腐店”的醒目招牌，路人无不驻足，争相光顾。到了清末，“麻婆豆腐”作为成都地方名特食品，列入了《成都通览》之中。



如今，“麻婆豆腐”更以“川菜”名品菜登大雅之堂了。1981年列入中日合编的《中国菜集锦》里。在香港、日本和欧美的中国菜馆里，“麻婆豆腐”都有极多的崇拜者。即使中外食客吃得淌汗，麻得打颤，还是不忍舍此美味，果真是魅力不小啊。



『麻婆豆腐』 的制作方法：

主料和辅料——黄豆嫩豆腐 300 克，黄牛肉、菜油、蒜苗各 100 克，辣椒面、花椒面各 15 克，豆豉、酱油、湿淀粉各 20 克，精盐 10 克，鲜汤 200 克。

制作技艺——1. 将豆腐切成 1 厘米见方小丁，放在温开水锅中略焯，取出沥水。牛肉剁成末。蒜苗切成 1 厘米长小段。

2. 炒锅加油烧热，放入牛肉末炒散至发黄时，加豆豉、精盐、酱油同炒，再放辣椒面炒匀，加鲜汤，放入豆腐块同烧一会儿，最后放入蒜苗，用湿淀粉勾芡，浇少许熟油，出锅装盘，撒上花椒面即成。

四川总督与“宫保鸡丁”

“宫保鸡丁”是川菜名饌。它源于山东，出于丁府，蜚声四川，说来十分有趣。

贵州平远人丁宝祯，本是清代咸丰进士。他因镇压过西南地区汉、苗族同胞的大规模起义，杀死了慈禧太后宠幸的大太监安德海，还督办治理黄河水患，加强沿海防务等事，而颇有政绩，后升调四川总督。他大修都江堰工程，又致力于西南地区防务，被光绪皇帝加封“太子少保”荣衔，成为风靡一时的人物。