

# 丸

# 子

李玉荣等编著

农村读物出版社

家庭美食丛书



# 目 录

## 海 鲜 类

炸鱼丸 (一) .....	1	包心鱼丸 (一) .....	15
炸鱼丸 (二) .....	1	包心鱼丸 (二) .....	16
炸椿鱼丸 .....	2	醋椒肉心鱼丸 .....	17
熘鱼丸 (一) .....	2	袈裟鱼丸 .....	17
熘鱼丸 (二) .....	3	扒鱼茸丸 .....	18
熘鱼丸 (三) .....	3	龙鱼戏珠丸 .....	18
煎鱼丸 (一) .....	4	鱼肉萝卜丸 .....	19
煎鱼丸 (二) .....	5	龙凤鱼丸 .....	20
龙戏珠 (一) .....	5	绣球全鱼 (一) .....	20
龙戏珠 (二) .....	6	绣球全鱼 (二) .....	21
龙戏珠 (三) .....	7	红鲷戏彩珠 .....	22
双色鱼丸 .....	8	青衣仙子丸 .....	23
五色鱼丸 .....	8	烩鱼丸 .....	23
绣球鱼脯丸 .....	9	发菜鱼丸 (一) .....	24
绣球鱼丸 .....	10	发菜鱼丸 (二) .....	24
红松蛋鱼丸 .....	11	发菜鱼丸 (三) .....	25
彩熘鱼丸 .....	12	炸玉树果 .....	25
焖鱼丸 .....	12	蒲棒大虾 .....	26
腊味鲮鱼丸 .....	13	虎皮三鲜丸 .....	26
荷包鱼丸 .....	14	醋熘鱼丸 .....	27
绣球鱼茸丸 .....	14	芥菜黄鱼丸 .....	28
		鳊鱼丸 .....	29
		三鲜果丸 .....	29

菊花丸	30	氽鲈鱼丸(一)	48
黑木耳丸	31	氽鲈鱼丸(二)	48
松子黄鱼丸	31	氽鲈鱼丸(三)	49
熘鳝鱼丸	32	氽鲈鱼丸(四)	49
生煎鳝鱼丸	32	鳊鱼丸	50
三丝鳝鱼丸	33	鳗鱼丸	50
酱爆鳝鱼丸	34	鱼丸蔬菜汤	51
水晶鳝鱼丸	34	火锅鱼丸	51
米粉鳝鱼丸	35	炸虾球(一)	52
清汤鳝鱼丸	35	炸虾球(二)	53
清汤玛瑙丸	36	高汤虾球(一)	53
鱼子丸	37	高汤虾球(二)	54
炸玛瑙丸	37	干炸虾丸(一)	54
焦酥鳗鱼丸	38	干炸虾丸(二)	55
八珍鱼丸	38	干炸虾丸(三)	55
明珠黄鱼丸	39	芝麻虾丸	56
蘑菇鱼丸	39	松炸虾丸	56
蛋黄鱼丸	40	煎虾丸	57
鳊鱼海参丸	40	草莓虾球(一)	57
明珠鳊鱼丸	41	草莓虾球(二)	58
清汤鱼丸(一)	41	菊花虾鱼丸	58
清汤鱼丸(二)	42	荸荠虾球(一)	59
氽鱼丸(一)	43	荸荠虾球(二)	59
氽鱼丸(二)	43	兰花虾球	60
氽鱼丸(三)	44	油泡虾圆(一)	60
草鱼丸	44	油泡虾圆(二)	61
三鲜鱼丸汤	45	炸龙凤丸	61
珍珠鱼丸汤	45	煎明虾丸	62
玉珠金鱼汤	46	美味虾球	62
鱼 氽	47	菜远虾球	63

酱汁虾球 .....	63	绣球鱼肚丸 .....	81
翡翠虾球（一） .....	64	鲍蚌丸 .....	81
翡翠虾球（二） .....	64	绣球鱼翅丸（一） .....	82
灌汤虾圆 .....	65	绣球鱼翅丸（二） .....	83
合璧联珠 .....	65	珍珠元鱼丸 .....	83
蛋饺虾球 .....	66	鲑鱼脯丸 .....	84
氽红虾丸 .....	66	鱼丸汤 .....	85
虾丸汤 .....	67	清汤虾丸 .....	85
三丸汤 .....	67	鸳鸯鱼圆 .....	85
干贝冬瓜丸 .....	68	绣球鱼 .....	86
干贝丸子（一） .....	69	西式煮鱼丸 .....	87
干贝丸子（二） .....	69	潮州大鱼丸 .....	87
干贝丸子（三） .....	70	锦绣鱼青丸 .....	87
干贝丸子（四） .....	70	酥炸鲜鱿球 .....	88
糖醋鱿鱼丸 .....	71	海参鱼丸 .....	88
鱿片鲤鱼丸 .....	72	清汤蟹丸 .....	89
黑鱼丸 .....	72	红烧鱼丸 .....	89
鱿鱼丸 .....	73	香油炸虾丸 .....	90
炸螺丸 .....	73	七星鱼汤丸 .....	90
花椒螺丸 .....	74	蟹肉丸 .....	91
香滑鲈鱼丸 .....	75	龙戏珠 .....	91
焦炸鱼丸 .....	75	鲜贝猪肉丸 .....	92
炸蟹丸 .....	76	氽虾球 .....	92
烹蟹丸 .....	76	熘虾球 .....	93
蟹油水晶丸 .....	77	炸虾球 .....	93
蟹丸汤 .....	77	果汁绣球虾 .....	94
海参丸（一） .....	78	鸡汁鱼丸 .....	94
海参丸（二） .....	78	潮州鱼丸 .....	95
海参肉丸 .....	79	咖喱虾球 .....	95
鸡油鱼肚丸 .....	80	茄汁虾球 .....	96

清汤鲜鱼丸 .....	96	锅贴鸡 .....	113
刀鱼丸子汤 .....	97	金钱鸡塔 .....	113
川汤鱼圆 .....	97	三色芙蓉丸 .....	114
海参丸子汤 .....	98	鸡茸圆 .....	114
糖醋青鱼丸 .....	98	清汤鸡圆(一) .....	115
海参虾仁丸 .....	99	清汤鸡圆(二) .....	115
青鱼丸 .....	100	天麻鸳鸯鸽 .....	116
糖醋黄鱼丸 .....	100	发菜鸡圆 .....	117
干烧黄鱼丸 .....	101	鸡圆银杏 .....	117
煎虾丸 .....	101	鸡丸鲜蘑汤 .....	118

## 禽 类

绣球银耳 .....	103	蒸“石榴” .....	120
鸭肝丸子 .....	103	三色绣球 .....	120
珍珠乳鸽丸 .....	104	椰子鸡圆 .....	121
三鲜蛋圆 .....	104	梅肉鸡虾球 .....	121
双味葫芦 .....	105	水晶鸡圆 .....	122
冬笋炒鸡圆 .....	106	芙蓉彩球 .....	122
核桃鸡圆 .....	106	海蚌鸡丸汤 .....	123
掌上明珠 .....	107	鸡块丸子汤 .....	124
番茄鸡圆 .....	107	鸡丁圆子 .....	124
干炸鸡圆 .....	108	熘松花圆子 .....	125
糖醋鸡圆 .....	108	冬菇鸡球汤 .....	125
滑熘鸡圆 .....	109	碧绿鸡球 .....	126
香滑鸡圆 .....	109	雪花鸡球 .....	126
豉汁鸡圆 .....	110	番茄鸡球 .....	127
豆渣鸭圆 .....	110	软炸鸡球(一) .....	127
鸡茸菜心圆 .....	111	软炸鸡球(二) .....	128
珍珠鸡丸 .....	112	冬瓜盅滑鸡球 .....	128
珍珠鸭掌 .....	112	清汤滑鸡球 .....	129

芙蓉鸭球汤	129
清汤鸡丸	130
清蒸鸡丸	131
银耳绣球	131
叉烧鸭丸	132
红排鸭丸	132
番茄焖鸡丸	133
仔鸡肉丸	133
炸熘鸡脯丸	134
芝麻鸡脯丸	135

## 肉 类

炸丸子 (一)	136	葱柄肉丸	146
炸丸子 (二)	136	葵花丸子	147
炸丸子 (三)	137	清蒸五彩球	148
炸丸子 (四)	137	茄汁肉丸	148
荸荠肉圆	138	煎肉丸 (一)	149
熘肉丸	138	煎肉丸 (二)	149
椒盐丸子	139	南煎丸子 (一)	150
灌汤丸子	139	南煎丸子 (二)	150
焖丸子	140	南煎丸子 (三)	151
芹菜丸子	140	南煎丸子 (四)	151
什锦丸子	141	南煎丸子 (五)	152
黄瓜酿肉圆	142	杨梅丸子 (一)	152
枣核肉丸	142	杨梅丸子 (二)	153
糯米丸子	143	杨梅丸子 (三)	154
面筋肉圆	144	四喜丸子 (一)	154
枇杷肉丸 (一)	144	四喜丸子 (二)	155
枇杷肉丸 (二)	145	四喜丸子 (三)	155
玫瑰丸子	146	四喜丸子 (四)	156
		山东蒸丸	156
		炸椿头丸	157
		土豆烧肉丸	157
		冬瓜焖肉丸	158
		糖醋丸子 (一)	158
		糖醋丸子 (二)	159
		糖醋丸子 (三)	159
		荔枝肉圆 (一)	160
		荔枝肉圆 (二)	160
		响铃肉圆	161
		糖醋山药丸	161
		氽丸子 (一)	162

氽丸子(二)	162	爽口丸子	178
氽丸子(三)	163	粉丝肉丸	179
氽丸子(四)	163	虎皮肉丸	179
氽丸子(五)	164	豆芽肉丸汤	180
氽丸子(六)	164	面筋丸子	180
东坡丸子	165	烧豆腐肉丸	181
一品丸子	165	酸甜丸子	181
平菇圆子	166	蟹粉狮子头(一)	182
冬菇丸子	166	蟹粉狮子头(二)	182
珍珠米圆	167	蟹粉狮子头(三)	183
糯米肉圆(一)	168	蟹粉狮子头(四)	183
糯米肉圆(二)	168	蟹粉狮子头(五)	184
糯米肉圆(三)	169	蟹黄狮子头(一)	185
糯米肉圆(四)	169	蟹黄狮子头(二)	185
菠菜肉圆	170	油菜狮子头	186
金陵圆子	170	清蒸狮子头(一)	186
什锦肉丸	171	清蒸狮子头(二)	187
干贝肉丸	171	千张狮子头	187
肉鲜丸子	172	猪脑狮子头	188
清蒸肚丸	173	沙锅狮子头	188
熘三鲜肉丸	173	荤素狮子头	189
荸荠丸子汤	174	回酥狮子头	189
清汤肉丸(一)	174	鸭蛋肉圆	190
清汤肉丸(二)	175	杭州三鲜丸	190
菠菜丸子汤	175	玉燕丸	191
冬瓜番茄丸子汤	176	赤燕丸	191
番茄丸子汤	176	海参肉圆	192
冬瓜粉丝丸子汤	177	火锅什锦丸	193
黄瓜粉丝丸子汤	177	绍兴圆子	193
河蚌肉圆	178	酥皮蘑菇丸	194

凰卵丸子	195	牛肉土豆丸(二)	211
焖鸳鸯蛋	195	牛肉香辣丸	212
酿鸡蛋丸子	196	核桃羊肉丸	212
炸牛肉丸(一)	196	炸羊肉丸子	213
炸牛肉丸(二)	197	土豆羊肉丸	213
烤牛肉丸	197	汆肉丸子	214
薄荷丸子	198	翡翠丸子	214
蚝油牛肉丸(一)	199	沙锅丸子(一)	214
蚝油牛肉丸(二)	199	沙锅丸子(二)	215
茄汁牛肉丸	200	沙锅绣球	215
牛脑丸子	200	耀糖醋丸子	216
喇嘛丸子	201	干炸丸子	216
清汤牛肉丸	201	南煎羊肉丸	217
西式牛肉丸	202	薄荷丸子	217
糖醋羊肉丸(一)	202	珍珠圆子(一)	218
糖醋羊肉丸(二)	203	珍珠圆子(二)	218
糖醋羊肉丸(三)	204	山东丸子(一)	219
软耀羊肉丸	204	山东丸子(二)	219
汆羊肉丸	205	鱼香丸子	220
菜心肉丸汤	205	炸扁丸	220
东坡绣球	206	红烩丸子	221
沙锅狮子头(一)	206	椒盐丸子	222
沙锅狮子头(二)	207	煎焖丸子	222
四喜酥丸	207	奶油菜花球	222
拔丝丸子	208	清蒸丸子	223
菜心肉圆	208	奶油兔肉丸子汤	223
炸肉圆	209	猪肉木耳丸	224
多味丸子汤	210	白菜绣球	224
咖喱丸子汤	210	吉利丸子(一)	225
牛肉土豆丸(一)	211	吉利丸子(二)	225



菜心肉丸汤	226
芝麻丸子	226
汽锅滑嫩圆子	227
熘牛肉丸	227
炸香椿丸	228
炸铃铛丸	228
腐皮丸子	229
烧白菜丸	229
焖牛肉丸	230
杨梅圆子	230
肉丸烩什锦	231
白玉丸子	231
普酥丸子	232
刺猬丸子	232
铁扒肉汤丸	233
甜酸丸子	233
番茄丸子	234
龙须燕丸	234
菜花丸子	235
八宝丸子	235
珍珠丸子	236
白菜肉丸汤	236
炸灌汤丸	237
绣球肉丝	237
菜心牛肉丸	238
牛肉土豆丸	238
樱桃肉丸	239
银丝肉丸	239
五香里脊丸	240
糖醋肉丸	240

青菜肉圆	241
脆炸肉丸	242
荷包肉丸	242
酥炸里脊丸	243

## 素 类

炸土豆丸	244
红烧芋丸	244
鲜蘑“鱼丸”汤	245
莼菜“鱼丸”汤	245
苹果“虾球”	246
什锦“虾球”	246
椒盐“虾球”	247
五彩“虾球”	247
虎皮“鸽蛋”	248
清汤“鸽蛋”	248
豆腐藕泥丸	249
素烧圆子	250
豆腐圆子	250
开口豆腐丸	251
沙锅清素狮子头	251
香菇豆腐圆	252
槐花芝麻丸	253
绣球豆腐丸	253
八宝豆腐丸	254
鱼戏珠	255
菜心豆腐圆	255
素烧豆腐丸	256
炸豆腐圆(一)	256
炸豆腐圆(二)	257

炸豆腐圆(三) .....	257	烧白丸 .....	273
熘豆腐圆 .....	258	海米豆腐丸 .....	273
焦熘豆腐丸 .....	258	鸡肉豆腐丸 .....	274
煎豆腐圆 .....	259	炸香椿丸 .....	274
银耳珍珠豆腐圆 .....	259	沙锅丸子 .....	275
三色豆腐圆 .....	260	氽豆腐丸子 .....	275
鱼茸豆腐圆 .....	260	炸冬瓜丸 .....	276
香酥豆腐圆 .....	261	素炸栗丸 .....	276
干贝豆腐圆(一) .....	261	焖烧狮子头 .....	277
干贝豆腐圆(二) .....	262	绣球丸子 .....	277
木耳豆腐圆 .....	262	鲜蘑丝瓜“鱼圆”汤 .....	278
海参豆腐圆 .....	263	清炸丸子 .....	278
什锦豆腐圆 .....	263	四喜素丸 .....	279
酿冬菇 .....	264	四色萝卜球 .....	280
三鲜“鱼丸” .....	264	炸五丝球 .....	280
美人豆腐丸 .....	265	土豆丸子(一) .....	281
素烧狮子头(一) .....	265	土豆丸子(二) .....	281
素烧狮子头(二) .....	266	干炸萝卜肉圆 .....	282
素三圆 .....	266	红烧藕丸 .....	282
炸素丸子(一) .....	267	干炸豆腐丸 .....	283
炸素丸子(二) .....	267	卤煮丸子 .....	283
炸素丸子(三) .....	268	鸡茸土豆丸 .....	284
炸素丸子(四) .....	268	糖醋豆腐丸 .....	284
炸素丸子(五) .....	269	芦笋萝卜丸 .....	285
炸素丸子(六) .....	269	清汤竹荪丸 .....	285
鲜蘑扒冬瓜球 .....	270	爽口豆腐丸 .....	286
乌龙吐珠 .....	270	醋熘丸子(一) .....	286
双龙戏珠 .....	271	醋熘丸子(二) .....	287
核桃鸡球 .....	271	煎焖丸子 .....	288
香菇丸 .....	271	香糟丸子 .....	288

琉璃丸子 .....	289	什锦豆腐圆 .....	294
挂霜丸子 .....	289	绣球薯圆 .....	294
金狮绣球 .....	290	炸三泥丸(一) .....	295
素烧狮子头 .....	291	炸三泥丸(二) .....	295
白雪埋珠 .....	291	拔丝荸荠球 .....	296
四喜豆腐圆 .....	292	拔丝白丸 .....	296
萝卜丸子 .....	292	面粉丸子 .....	297
素丁豆腐圆 .....	293	荷包圆子 .....	297
茄汁虾茸豆腐圆 .....	293		

## 海 鲜 类

### 炸 鱼 丸 (一)

**原料：**净鱼肉 500 克，花生油 100 克，湿淀粉 50 克，清汤、胡椒面、盐、料酒、椒盐各少许，鸡蛋清 1 只。

**做法：**

1. 将鱼肉顶刀切碎，剁成泥，抓入碗内，加入蛋清、盐、胡椒面、料酒和清汤，用筷子搅至浓稠状，再加入湿淀粉搅匀。

2. 锅内注油烧至七八成热，将鱼泥挤成直径 2 厘米的丸子下入油锅，用手勺不断翻动，炸至丸子呈金黄色时捞出，控净油装在盘里即成。食时佐椒盐。

### 炸 鱼 丸 (二)

**原料：**黄鱼 1 条 (约 1000 克)，绍酒 25 克，白糖、姜、发酵粉各适量，面粉 250 克，花生油 1000 克。

**做法：**

1. 将黄鱼去鳞、鳃、背鳍，从鳃处掏出内脏，切下头和腹，从脊背片开成两片鱼肉，剔去鱼骨、刺、鱼皮，切成 3 厘米长、1 厘米宽的鱼块，加入姜、精盐、绍酒、白糖拌匀，腌 1 小时左右。

2. 往面粉内分几次加入温水，调成稀糊，再加入发酵粉调和，待发酵粉起泡后，放入腌好的鱼块。

3. 炒锅内放入花生油，大火烧至五成热后改用微火，将挂满稀糊的鱼块逐个下入油锅，旺火炸1分钟再用微火，炸至淡黄色捞出即成。形同枣，食时蘸椒盐。

## 炸 椿 鱼 丸

**原料：**净黄鱼肉200克，香椿芽50克，鸡蛋清2只，干面粉25克，花生油750克。湿淀粉、精盐、料酒各适量。

### 做法：

1. 将黄鱼肉剁成细末，放碗内加入精盐、料酒搅拌均匀。

2. 将香椿芽择洗净，用毛巾搦干水分，剁成碎末，放入鱼肉碗中，加入鸡蛋清、湿淀粉、干面粉，调成糊状，再用手团成丸子。

3. 锅内加入花生油烧至六成热，将鱼丸子逐个蘸匀蛋糊入油中炸熟，呈淡黄色，捞出控净油摆在盘中即可。

## 熘 鱼 丸 (一)

**原料：**偏口鱼肉200克，肥瘦猪肉50克，冬笋、水发木耳、青豆、面粉、料酒、精盐、酱油、芝麻油、高汤、葱、姜、鸡油、鸡蛋、植物油各适量。

### 做法：

1. 将鱼肉和肥瘦猪肉分别剁成细泥，葱、姜切成细末，

放入碗内，加入料酒、精盐、鸡蛋清调匀成馅，挤成丸子。

2. 锅内注油烧四成热，下入丸子，炸至金黄色捞出，沥干油。

3. 锅内留底油烧热，下葱、姜末炆锅，放入冬笋、木耳、青豆煸炒，接着加料酒、精盐、青豆、高汤烧开，用湿淀粉勾芡，浇上热油，爆起芡汁，倒入炸好的鱼丸，颠翻均匀，盛入盘内，淋上芝麻油即成。

### 熘鱼丸（二）

**原料：**鱼肉 150 克，玉兰片、木耳、油菜适量，鸡蛋 1 个，植物油、淀粉、酱油、料酒、葱、姜、蒜、盐、椒油、糖、醋、汤各少许。

**做法：**

1. 将鱼肉切碎，加葱、姜剁成泥放在碗里，再加鸡蛋清、淀粉搅拌均匀待用。

2. 将玉兰片、油菜切成长片，葱、姜、蒜切成末待用。

3. 炒锅注油烧至六成热，将鱼馅捏成丸子，逐个投入油中，用手勺不断翻动敲打，炸至焦黄色时捞出。

4. 锅内留底油烧热，下葱、姜、蒜烹锅，倒入配料翻炒，调好口味，用淀粉勾芡，下入鱼丸，颠翻几下，淋入椒油即成。

### 熘鱼丸（三）

**原料：**鲜鲤鱼肉 500 克，鸡蛋清 6 只，姜末、葱末、蒜

末、菠菜叶、水发木耳、精盐、湿淀粉各适量，肉汤、花生油各 50 克。

**做法：**

1. 将鱼肉去皮，去骨，用刀背砸成泥，先加少许油调匀，再加姜、鸡蛋清、肉汤、精盐，用力搅制成鱼肉糊。

2. 锅内放入适量沸水，将鱼肉糊制成大小一样的丸子，下入锅内余熟捞出，留汤待用。

3. 锅内注油，用旺火烧至五成热，下入葱、蒜爆出香味，再放入鱼丸、木耳、菠菜叶、精盐，浇入鱼丸汤，用湿淀粉勾芡即可。

### 煎鱼丸（一）

**原料：**净鱼肉 200 克，葱头、冬菇、胡萝卜各适量，面包屑、油炸去皮花生米少许，植物油 100 克，鸡蛋 1 个，料酒、番茄酱、淀粉、糖、汤、盐、酱油、胡椒粉、葱、姜、椒油各适量。

**做法：**

1. 将鱼肉加葱、姜剁成末，花生米碾碎，葱头、冬菇、胡萝卜切成丁。

2. 将鱼末加鸡蛋、花生米、盐、胡椒粉调制成馅，挤成丸子，滚上面包屑，轻轻滚圆。

3. 锅内注油烧热，下入鱼丸，煎至金黄色盛出。

4. 锅内注油烧热，加番茄酱和调料，烧沸后调好口味，用淀粉勾芡，倒入鱼丸翻匀，淋入椒油即可。

## 煎鱼丸（二）

**原料：**净鱼肉 250 克，猪肉 150 克，冬菇、玉兰片各 50 克，海米、青豆少许，鸡蛋 1 个，植物油、料酒、湿淀粉、清汤、盐、葱、姜、胡椒粉、椒油各适量。

### 做法：

1. 将鱼肉、猪肉合在一起剁成末，火腿、海米切成末，玉兰片切成排骨片，冬菇切片，葱切末，姜切片。

2. 用鸡蛋、淀粉加盐调糊，将鱼末、肉末放入糊中，再加火腿、海米和汤搅拌均匀。

3. 炒锅注油烧至七成热，把调好的鱼肉末挤成丸子，投入油中，煎至金黄色取出。

4. 炒锅注油烧热，加调料翻炒，添汤，再将丸子下锅焖一下，调好口味，用淀粉勾芡，淋入椒油即成。

## 龙戏珠（一）

**原料：**鲫鱼 1 条（约 500 克），虾仁 150 克，猪肥瘦肉 250 克，熟火腿 4 片，鸡蛋清 1 只，绍酒、精盐、干淀粉、生姜、葱、花生油各适量。

### 做法：

1. 将鲫鱼刮鳞、去鳃、剖腹、去内脏洗净。

2. 将虾仁、猪肉分别剁茸，同放碗内，加入打散的鸡蛋清、精盐、绍酒、干淀粉搅拌成糊。

3. 汤锅放适量水烧开，将虾糊挤成丸子下锅，烧开后



撇去浮沫，改小火煮2分钟，离火待用。

4. 另锅置旺火上，注油烧五成热，下入鲫鱼略煎，然后加葱、姜、绍酒及适量沸水，煮至汤呈乳白色放入精盐、虾珠，烧开后离火，将鲫鱼盛入汤盆内，铺上火腿片，再将虾珠放鲫鱼两侧，最后将汤沿盆边倒入即可。

## 龙戏珠（二）

**原料：**活鳝鱼500克，虾仁200克，熟鸡脯肉丝，熟火腿丝，水发海参、笋丝各50克，午餐肉250克，鳝鱼脊背肉250克，厚海带（水发）1条，鸡蛋清3个，松花蛋1个，熟鸡蛋1个，樱桃2粒，水发鱼翅2根，黄酒、葱姜汁、芝麻油、干淀粉、湿淀粉、糖、精盐各适量。

### 做法：

1. 将鳝鱼背肉横切成小鸡心形，姜切丝。

2. 将鸡丝、火腿丝、笋丝、姜丝、盐拌匀待用。

3. 将鳝鱼宰杀，剖腹去内脏，去骨去皮洗净，与虾仁分别剁成茸，合在一起，加盐、黄酒、鸡蛋清、葱姜汁和湿淀粉搅拌成糊状。

4. 将鸡丝、火腿丝、笋丝、姜丝在盘中铺一层，然后再将上述几种丝在铺好的几种丝上摆成起伏姿势的龙的形态，在龙体上涂抹上鳝鱼糊。将海带切成锯齿形，装在龙体的脊背上做脊翅，将小鸡心形鳝鱼贴在龙体上做龙鳞，将午餐肉雕成龙头，安上松花蛋做龙眼，樱桃做龙眼的眼珠，再安上笋雕成的龙角，鱼翅做的龙须，海参雕成的龙爪，即成生坯。

5. 将生坯上笼蒸约半小时，停火保温。

6. 将鸡蛋清放入碗内，放入干淀粉调成蛋糊。