

中华菜肴精选

马树桐 编



黑龙江科学技术出版社

中华菜肴精选

马树桐 编

黑龙江科学技术出版社

1988年·哈尔滨

内 容 提 要

本书是一部介绍美味佳肴的菜谱书。它汇集了全国各地具有民族风味特色的菜肴精品共 430 余种,其中包括山珍海味、鱼虾、鸡鸭、牛羊肉、猪肉、内脏下水、蛋品、蔬菜、豆制品、冷凉菜、火锅、甜味菜、汤菜等,每类数十种不等,乃是从全国各地数千种菜肴中精选的。此外,本书还介绍了烹饪基础知识,菜肴原料的热处理,刀工和配菜,火候调味与调味品,挂糊、上浆和勾芡,以及常用的烹调方法等。本书文字简捷明快,通俗易懂,便于对照学习、掌握和应用。

本书可供广大家庭用户、个体餐馆、专业烹饪工作者(厨师)等阅读参考。

责任编辑:范震威

封面设计:洪冰

中华菜肴精选

马树桐 编

黑龙江科学技术出版社出版

(哈尔滨市南岗区建设街 35 号)

黑龙江新华附属印刷厂印刷·黑龙江省新华书店发行

850×1168 毫米 32 开本 11.25 印张 3 插页 269 千字

1988 年 11 月第 1 版·1988 年 11 月第 1 次印刷

印数:1—10,000 册 定价:4.10 元

ISBN 7-5388-0231-2/TS·18



琵琶大虾



枣泥桂鱼



冬菇蒸鸡



鸡油双片



豆瓣肥头鱼



油淋仔鸡

精
鮮
魚
卷



麻
婆
豆
腐



漳
茶
鴨
子





山东海参



油爆鱿鱼卷



金盏鲜贝

目 录

• 烹饪基础知识 •

菜肴原料的选择及初步加工	意事项.....(43)
一、原料的选择及鉴别.....(3)	二、干品原料的涨发方法.....(44)
二、原料的初步加工.....(5)	三、干品原料涨发加工实例.....(45)
三、蔬菜的初步加工.....(8)	刀工和配菜
四、肉类的出骨分档及用途.....(10)	一、刀工.....(51)
五、常用原料的处理.....(21)	二、配菜.....(79)
六、原料的保藏.....(28)	火候、调味及调味品
菜肴原料的热处理	一、火候.....(82)
一、焯水.....(35)	二、热量传导加热法.....(84)
二、过油.....(37)	三、食物加热后的效果.....(86)
三、走红.....(41)	四、调味.....(87)
四、制汤.....(42)	五、调味品.....(88)
干品原料的初加工及涨发	其 它
一、干品原料加工注	一、挂糊、上浆和勾芡.....(94)

二、常用烹调方法……(97)

·美菜佳肴分类谱·

一、山珍海味类〔35种〕

……………(103)

1. 一品官燕菜……………(103)

2. 芙蓉燕菜……………(104)

3. 扒通天鱼翅……………(105)

4. 黄焖鱼翅……………(106)

5. 海红扒鱼翅……………(107)

6. 沙锅鱼翅……………(108)

7. 奶汁扒鱼肚……………(108)

8. 清炖鱼肚鲍鱼……………(110)

9. 海红扒鱼唇……………(110)

10. 三鲜海参……………(111)

11. 山东海参……………(112)

12. 葱烧海参……………(113)

13. 鸳鸯海参……………(113)

14. 扒海参猪爪……………(114)

15. 蚝油紫鲍……………(115)

16. 扒鲍鱼龙须……………(116)

17. 清炒鲍贝……………(116)

18. 香菇鲍鱼盒……………(117)

19. 鸡油双片……………(118)

20. 蒸芙蓉干贝……………(118)

21. 扒鲜贝龙须……………(119)

22. 金盏鲜贝……………(120)

23. 烧四宝……………(120)

24. 烧海什锦……………(121)

25. 葫芦虾蟹……………(122)

26. 琵琶大虾……………(123)

27. 龙身凤尾虾……………(123)

28. 烩全鹿……………(124)

29. 烧鹿筋……………(124)

30. 滑熘鹿里脊……………(125)

31. 扒驼掌……………(126)

32. 扒熊掌……………(126)

33. 沙锅熊排骨……………(128)

34. 沙锅猴头……………(128)

35. 松树猴头……………(129)

二、鱼虾类〔50种〕

……………(130)

1. 海参武昌鱼……………(130)

2. 豆瓣肥头鱼……………(131)

3. 醋溜桂鱼……………(131)

4. 红烧鲤鱼……………(132)

5. 干烧鲤鱼……………(133)

6. 糖醋鲤鱼……………(134)

7. 干煎黄花鱼……………(134)

8. 烧黄花鱼……………(135)
9. 粉蒸青鱼……………(135)
10. 广东浸鲜鱼……………(136)
11. 炸烹鱼杆……………(136)
12. 松鼠鱼……………(137)
13. 清蒸鱼……………(138)
14. 荷花鲫鱼……………(138)
15. 炖青鱼……………(139)
16. 烧头尾……………(140)
17. 糖醋瓦状鱼……………(140)
18. 抓炒鱼片……………(141)
19. 焦炒鱼片……………(141)
20. 蕃茄鱼片……………(142)
21. 锅塌鱼……………(142)
22. 锅贴鱼……………(143)
23. 熘鱼卷……………(143)
24. 炸瓜枣……………(144)
25. 软炸鱼条……………(144)
26. 炒鳝鱼丝……………(145)
27. 生敲鳝鱼……………(146)
- √28. 炒鳝鱼片……………(146)
29. 炸脆鳝……………(147)
30. 银丝鳝鱼……………(148)
31. 茄汁鳊鱼……………(148)
32. 黄焖元鱼……………(149)
33. 红烧元鱼……………(149)
34. 油爆鱿鱼卷……………(150)
35. 糟溜鲑鱼卷……………(151)
36. 桂花鱿鱼丝……………(151)
37. 砂锅炖鱿鱼……………(152)
38. 两吃天虾……………(152)
39. 干煎虾段……………(153)
40. 烹对虾段……………(153)
- √41. 双色虾仁……………(154)
42. 软炸大虾……………(154)
43. 糟溜虾片……………(155)
44. 雪丽大虾……………(155)
45. 炸虾球……………(156)
- √46. 面色虾仁……………(156)
47. 一品大虾……………(157)
48. 元蛋氽大虾……………(157)
49. 雪丽大蟹……………(158)
50. 蟹黄芙蓉……………(158)
- 三、鸡鸭类〔45种〕……………(159)
1. 游龙戏凤……………(159)
2. 蛋美鸡……………(160)
3. 香酥鸡……………(161)
- √4. 清蒸鸡……………(161)
5. 冬菇蒸鸡……………(162)
6. 酒蒸鸡……………(162)
7. 黄焖鸡……………(163)
8. 锅烧鸡……………(163)
9. 咖喱鸡……………(164)
- √10. 栗子鸡……………(164)

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 11. 柴把鸡·····(165) | 38. 八宝鸭子·····(182) |
| 12. 油淋仔鸡·····(166) | 39. 冬菜扒鸭·····(182) |
| 13. 布袋鸡·····(166) | 40. 烩鸭条·····(183) |
| 14. 铁扒鸡·····(167) | 41. 烩鸭四宝·····(183) |
| 15. 西瓜鸡·····(168) | 42. 茄汁煎鸭腿·····(184) |
| 16. 菜包鸡·····(168) | 43. 盐爆鸭肠·····(185) |
| 17. 丝伴糟鸡·····(169) | 44. 炸鸭肝酥·····(185) |
| ✓ 18. 红烧鸡块·····(170) | 45. 香酥鸭·····(186) |
| 19. 炸八块·····(170) | 四、牛羊肉类[25种] |
| 20. 炒生鸡丝·····(171) | ·····(187) |
| 21. 烩鸡丝·····(172) | ✓ 1. 炒烤羊肉·····(187) |
| 22. 芙蓉鸡片·····(172) | 2. 锅烧羊肉·····(187) |
| 23. 炒芙蓉鸡片·····(173) | 3. 葱扒羊肉·····(188) |
| 24. 炒生鸡片·····(174) | 4. 小烧羊肉·····(188) |
| 25. 蕃茄鸡片·····(174) | 5. 葱爆羊肉·····(189) |
| 26. 盐爆鸡片·····(175) | 6. 似蜜羊肉·····(189) |
| 27. 翡翠鸡片·····(175) | 7. 新疆炸羊里脊·····(190) |
| ✓ 28. 辣子鸡丁·····(176) | 8. 烤羊腿·····(190) |
| 29. 油爆鸡丁·····(176) | 9. 香酥羊腿·····(191) |
| 30. 酱爆鸡丁·····(177) | 10. 扒羊肉条·····(192) |
| 31. 碎米鸡丁·····(178) | 11. 爆三样·····(192) |
| ✓ 32. 扒鸡腿·····(178) | 12. 烤羊排·····(193) |
| 33. 铜槌鸡·····(179) | 13. 新疆手抓肉·····(193) |
| 34. 川鸡卷·····(179) | 14. 霍尔嫩·····(194) |
| 35. 炒什锦·····(180) | ✓ 15. 烤羊肉串·····(194) |
| 36. 清炸胗肝·····(180) | ✓ 16. 红烧牛肉·····(194) |
| 37. 樟茶鸭子·····(181) | 17. 银丝牛肉·····(195) |

- | | |
|---------------------------|---------------------|
| 18. 干炸牛肉丝……………(196) | 18. 烹白肉……………(210) |
| 19. 咖喱牛肉……………(196) | 19. 炒回锅肉……………(210) |
| 20. 茄汁牛肉……………(197) | 20. 烧子盖……………(211) |
| 21. 蚝油牛肉……………(197) | 21. 烧酥肉……………(211) |
| 22. 锅烧牛肉……………(198) | 22. 抓炒肉……………(212) |
| 23. 南蒸牛肉丸子……(198) | 23. 干炸丸子……………(212) |
| 24. 豉汁青椒炒牛肉
……………(199) | 24. 焦熘丸子……………(213) |
| 25. 三元牛头……………(199) | 25. 南煎丸子……………(213) |
| 五、猪肉类〔60种〕……(201) | 26. 吉力丸子……………(214) |
| ✓1. 鱼香肉丝……………(201) | 27. 珍珠丸子……………(214) |
| 2. 京酱肉丝……………(201) | 28. 绣球丸子……………(215) |
| ✓3. 滑炒肉丝……………(202) | 29. 砂锅狮子头……………(216) |
| ✓4. 清炒肉丝……………(202) | ✓30. 软炸里脊……………(216) |
| ✓5. 蒜黄炒肉丝……………(203) | ✓31. 滑熘里脊……………(217) |
| ✓6. 炒木樨肉……………(203) | 32. 干炸里脊……………(217) |
| ✓7. 辣子肉丁……………(204) | ✓33. 糖醋里脊……………(218) |
| ✓8. 酱爆肉丁……………(204) | 34. 蕃茄里脊……………(218) |
| ✓9. 宫爆肉丁……………(205) | 35. 鸡蛋里脊……………(219) |
| 10. 糖醋咕嚕肉……………(205) | ✓36. 锅塌里脊……………(219) |
| 11. 樱桃肉……………(206) | ✓37. 蕃茄腰柳……………(220) |
| ✓12. 炒肉片……………(207) | 38. 芡爆里脊……………(220) |
| 13. 焦熘肉片……………(207) | 39. 锅塌肉卷……………(221) |
| 14. 软熘肉片……………(208) | 40. 米粉肉……………(221) |
| 15. 糟熘肉片……………(208) | 41. 荷叶肉……………(222) |
| 16. 过油肉……………(209) | ✓42. 红烧肉……………(222) |
| 17. 锅贴肉……………(209) | 43. 黄焖肉……………(223) |
| | 44. 元宝肉……………(223) |

45. 扣肉……………(224)
46. 腐乳扣肉……………(225)
47. 冬菜扣肉……………(225)
48. 虎皮肉……………(226)
49. 坛子肉……………(226)
- √50. 糖醋排骨……………(227)
- √51. 红烧排骨……………(227)
- √52. 煎猪排……………(228)
53. 洋葱烧排骨……………(228)
54. 红烧肘子……………(229)
55. 虎肘……………(229)
56. 黄焖肘子……………(230)
57. 冰糖肘子……………(230)
58. 锅烧肘子……………(231)
59. 莲菜肘子……………(231)
60. 水晶肘……………(232)
- 六、内脏(下水)类
[25种]……………(233)
- √1. 熘三样……………(233)
2. 爆三样……………(233)
- √3. 炒猪肝……………(234)
- √4. 炸猪肝……………(234)
5. 软炸猪肝……………(235)
6. 炸猪肝卷……………(235)
- √7. 炒腰花……………(236)
8. 软炸腰花……………(236)
9. 盐烧腰花……………(237)
10. 核桃腰……………(237)
11. 烩肚丝……………(238)
12. 扒白肚……………(239)
13. 烧肚块……………(239)
14. 炒肚片……………(240)
15. 干烧肚块……………(240)
16. 油爆猪肚……………(241)
17. 盐爆肚条……………(241)
18. 汤爆猪肚……………(242)
19. 油爆双脆……………(242)
20. 干炸大肠……………(243)
21. 煎大肠……………(243)
22. 扒瓢大肠……………(244)
23. 九转大肠……………(244)
24. 焦熘肥肠……………(245)
25. 烧肥肠……………(245)
- 七、蛋品类[15种]……………(246)
1. 炒黄菜……………(246)
2. 熘黄菜……………(246)
3. 叉烧蛋……………(247)
4. 芙蓉煎滑蛋……………(247)
5. 虾仁滑蛋……………(248)
6. 香春烘蛋……………(249)
7. 鸡蛋羹……………(249)
8. 鲫鱼蒸蛋……………(250)
9. 咸蛋蒸肉饼……………(250)
10. 虎皮蛋……………(251)

11. 熘松花……………(251)
12. 滑蛋青瓜……………(252)
- √13. 蕃茄滑蛋……………(252)
14. 琥珀鸽蛋……………(253)
15. 云片鸽蛋……………(253)
16. 芙蓉菊花鸽蛋……………(254)
- 八、蔬菜类〔25种〕……………(254)
1. 炒冬雪……………(254)
2. 酱烧冬笋……………(254)
- √3. 干烧冬笋……………(255)
4. 烧二冬……………(255)
5. 炒南北……………(256)
6. 蘑菇油菜心……………(256)
7. 奶油扒菜心……………(257)
8. 三鲜油菜心……………(257)
9. 炒双菇……………(258)
10. 虾子烧茭白……………(258)
- √11. 烩豌豆……………(259)
- √12. 焖扁豆……………(259)
13. 鲜卤菜花……………(260)
14. 奶油萝卜球……………(261)
- √15. 红烧冬瓜……………(261)
16. 瓢花椒……………(262)
- √17. 醋熘白菜……………(262)
- √18. 虾米熬白菜……………(263)
19. 栗子烧白菜……………(263)
20. 炒掐菜……………(264)
- √21. 烧茄子……………(264)
- √22. 肉片烧茄子……………(265)
23. 炸茄盒……………(265)
24. 拌茄泥……………(266)
- √25. 炒土豆丝……………(266)
- 九、豆制品〔21种〕……………(266)
- √1. 麻婆豆腐……………(266)
2. 锅塌豆腐₍₁₎……………(267)
3. 锅塌豆腐₍₂₎……………(267)
4. 家常豆腐……………(268)
5. 麻辣豆腐……………(269)
6. 蚝油豆腐……………(269)
7. 虾子豆腐……………(270)
8. 锅塌豆腐盒……………(270)
9. 瓢口袋豆腐……………(271)
10. 酱汁豆腐……………(271)
11. 莲蓬豆腐……………(272)
12. 四喜豆腐……………(272)
13. 荷包豆腐……………(273)
14. 九转豆腐……………(274)
15. 鸭黄豆腐……………(274)
16. 蘑菇炖豆腐……………(274)
17. 蚂蚁上树……………(275)
18. 烧面筋……………(275)
19. 炒素什锦……………(276)
20. 焦炒烙炸……………(276)
- √21. 烧腐竹……………(277)

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 十、冷菜类[63种].....(277) | 27. 肉丝拌蟹米.....(289) |
| 1. 孔雀冷盘.....(277) | 28. 麻辣猪肚.....(289) |
| 2. 辣白菜.....(278) | 29. 卤猪肝.....(290) |
| 3. 辣元白菜.....(279) | 30. 酱肉.....(290) |
| 4. 醋渍白菜.....(279) | 31. 叉烧肉.....(291) |
| 5. 珊瑚白菜.....(279) | 32. 火腿.....(291) |
| 6. 炆芹菜.....(280) | 33. 腰片拌生菜.....(292) |
| 7. 拌菠菜.....(280) | 34. 猪肝拌黄瓜.....(292) |
| 8. 炆黄瓜皮.....(281) | 35. 马莲肉.....(292) |
| 9. 酸黄瓜.....(281) | 36. 晾肉.....(293) |
| 10. 赛香瓜.....(281) | 37. 杏干肉.....(294) |
| 11. 海米拌黄瓜.....(282) | 38. 山西蒸肉.....(294) |
| 12. 炆茭白.....(282) | 39. 水晶肉.....(295) |
| 13. 炆辣青笋.....(282) | 40. 肴肉.....(295) |
| 14. 炆扁豆.....(283) | 41. 陈皮牛肉.....(296) |
| 15. 珊瑚藕.....(283) | 42. 麻辣牛肉.....(297) |
| 16. 香椿伴豆腐.....(284) | 43. 五香牛肉.....(297) |
| 17. 松花拌豆腐.....(284) | 44. 象眼牛排.....(298) |
| 18. 熏豆腐.....(284) | 45. 羊羔.....(298) |
| 19. 油焖冬笋.....(285) | 46. 拌三丝.....(299) |
| 20. 拌合菜.....(285) | 47. 烧鸡.....(299) |
| 21. 四川泡菜.....(286) | 48. 白斩鸡.....(300) |
| 22. 朝鲜泡菜.....(286) | 49. 芝麻鸡.....(300) |
| 23. 冲菜.....(287) | 50. 五香酱鸡.....(301) |
| 24. 素什锦.....(287) | 51. 桶子鸡.....(301) |
| 25. 酥海带.....(288) | 52. 怪味鸡.....(302) |
| 26. 拌蟹米.....(288) | 53. 薰笋鸡.....(302) |

54. 盐水白鸡……………(303)

55. 卤鸭……………(303)

56. 桃仁鸭卷……………(303)

57. 糟蒸鸭膀……………(304)

58. 酥炸鸭肝……………(305)

59. 糟鸭肝……………(305)

60. 酱汁鸭肝……………(306)

61. 芥末鸭掌……………(306)

62. 醉蛋……………(307)

63. 如意蛋卷……………(307)

十一、火锅〔12种〕……………(307)

1. 家常火锅……………(308)

2. 豆腐火锅……………(308)

3. 涮羊肉锅……………(309)

4. 杂伴火锅……………(310)

5. 四生鱼锅……………(310)

6. 什锦火锅……………(311)

7. 菊花鱼锅……………(312)

8. 狗肉火锅……………(312)

9. 海味火锅……………(313)

10. 野味火锅……………(313)

11. 东北杂锅……………(314)

12. 菊花火锅……………(314)

十二、甜味菜类〔25种〕

……………(316)

1. 山药寿桃……………(316)

√2. 拔丝山药……………(316)

√3. 拔丝多种果品……………(137)

4. 拔丝锅巴……………(318)

5. 拔丝锅炸……………(318)

6. 拔丝肉条……………(319)

7. 拔丝羊尾……………(319)

8. 酥白肉……………(320)

9. 琉璃丸子……………(320)

10. 香蕉锅炸……………(320)

11. 高丽豆沙……………(321)

12. 炸羊尾……………(321)

13. 炸西瓜……………(322)

√14. 冰糖莲子……………(322)

15. 蜜汁仙桃……………(322)

16. 蜜汁三果……………(323)

17. 江米藕……………(323)

18. 八宝酥苹果……………(324)

19. 炒三泥……………(324)

20. 杏仁豆腐……………(325)

√21. 八宝饭……………(325)

22. 炒花生蘸……………(326)

23. 核桃酪汤元……………(326)

√24. 桂花白糖藕……………(327)

√25. 藕丝羹……………(327)

十三、汤菜〔35种〕……………(328)

√1. 清汤全家福……………(328)

2. 清汤双脆……………(328)

3. 清汤肝糕……………(329)

4. 杏仁银肺汤.....(329)
5. 奶汤干贝菜花.....(330)
6. 余里脊汤.....(330)
- ✓7. 榨菜肉丝汤.....(331)
8. 连锅汤.....(331)
9. 白肉丝酸菜汤.....(332)
10. 雪菜肉丝汤.....(332)
- ✓11. 全酸辣汤.....(332)
- ✓12. 鲫鱼豆腐汤.....(333)
13. 三色鱼丸汤.....(333)
14. 海米烧冬瓜汤.....(334)
15. 虾干萝卜丝汤.....(334)
16. 酸辣鱿鱼汤.....(335)
17. 萝卜丝余鲫鱼汤
.....(335)
18. 口蘑芙蓉蛋汤.....(336)
19. 煎泡蛋汤.....(336)
- ✓20. 西红柿蛋汤.....(337)
21. 口蘑锅巴汤.....(337)
22. 木樨汤.....(337)
23. 砂锅豆腐汤.....(338)
24. 砂锅白肉汤.....(338)
25. 砂锅鸡块汤.....(339)
26. 砂锅鱼头汤.....(339)
27. 砂锅什锦汤.....(340)
28. 三片汤.....(340)
- ✓29. 三鲜汤.....(341)
30. 清汤鸭掌.....(341)
31. 鸡茸豆花汤.....(342)
32. 黄菜.....(342)
33. 玉凤还巢汤.....(343)
34. 龙凤汤.....(344)
35. 牡丹燕菜汤.....(345)