

YUE GANG JIA CHANG CAI DA QUAN

粵港

家常菜大全



羊城晚报出版社

粤港家常菜大全

陈 扬 编著

羊城晚报出版社

图书在版编目(CIP)数据

粤港家常菜大全 / 陈杨编. - 广州: 羊城晚报出版社,
2000, 8

ISBN 7-80651-038-9

I. 粤… II. ①陈… III. ①菜谱 - 广东 ②菜谱 - 香港

IV. TS972.182.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 28080 号

粤港家常菜大全

责任编辑 / 许维国

封面设计 / 郭 炜

出版发行 / 羊城晚报出版社 (广州市东风东路 733 号 邮编: 510085)

经 销 / 广东省新华发行集团股份有限公司

制 版 / 励俊电脑制作中心

印 刷 / 广东佛山粤中印刷公司(佛山市普澜东路石头 邮编: 528046)

规 格 / 开本: 850×1168 毫米 1/32 印张: 14 字数: 250 千

版 次 / 2000 年 12 月第 1 版 2000 年 12 月第 1 次印刷

印 数 / 1-5000 册

书 号 / ISBN 7-80651-038-9 / TS·2

定 价 / 22.00 元

如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换

序 言

本书介绍粤、港两地的家庭菜式，用料方便、制作快捷，虽是家庭菜，亦能登大雅之堂，是许多宾馆、酒家菜谱中常见的佳肴。

粤、港菜式通过继承和不断的创新，形成了独有的特色，愈来愈得到国内外食家的肯定和赞誉。

粤菜清淡嫩滑可口，用料广泛、考究，色彩斑斓，造型精美。粤菜还有一大特点，有俗称“粤人能动即可食”之说，为此各烹饪大师各出奇谋，设计出一款款别出心裁的佳肴美品，使食家大饱口福，喜乐融融。

港菜在继承传统制法上，又吸收了西式菜肴制法，西为己用。

总之，粤、港菜式以地道的南粤菜式为本，化中西合璧、北菜南味为己用，独树一帜。在此书中，共介绍粤、港菜式 400 余款，供读者品尝。

编 者

目 录

一、家禽类菜式

新潮盐焗鸡(3)

秘制肉桂鸡(4)

家乡豉油鸡(5)

香葱原豉鸡(6)

脆皮龙江鸡(7)

双燕高飞(8)

风肠蒸童鸡(9)

沙茶吊烧鸡(10)

咖喱鸡(11)

鲜果咖喱酱鸡(12)

柱侯鸡(13)

金装一品鸡(14)

常青椰汁鸡(15)

醉鸡(16)

香炸子鸡(17)

玫瑰鸳鸯鸡(18)

双凤戏龙廷(19)

香菇蒸童鸡(20)

银耳蒸童鸡(21)

密瓜片皮鸡(22)

菊花石榴鸡(23)

草菇肥鸡(24)

豉椒鸡球(25)

果子鸡球(26)

栗子煲仔鸡(27)

鲜奶菜胆鸡(28)

鸡油三白(29)

五丝鸡肉白菜卷(30)

冬荷鸡柳(31)

鸡柳豆苗(32)

西芹鸡柳(33)



菠萝蜜炒鸡柳(34)

鸡丝拌炸粉丝(35)

鸡丝拌海蜇(36)

金银鸡片(37)

青椒鸡丝(38)

荠菜炒鸡片(39)

菠萝鸡片(40)

金钱发菜鸡(41)

北菇蒸滑鸡(42)

啤酒煮鸡腿(43)

香菇风腿(44)

豉油鸡翼(45)

双鲜会(46)

川椒凤翅(47)

桂花鸡翼(48)

柠檬焗鸡腿(49)

榄仁鸡丁(50)

鸡丝春卷(51)

凤肝带子(52)

姜葱焗珍肝(53)

红烧珍肝(54)

豉汁凤爪(55)

沙姜凤爪(56)

鸡茸瑶柱羹(57)

银耳鸡茸羹(58)

北菇炖鸡脚(59)

银耳鸽蛋鸡汤(60)

冬菇黄芪鸡汤(61)

荔芋香酥鸭(62)

八珍扒大鸭(63)

栗子扣鸭(64)

菜胆陈皮鸭(65)



霸王大鸭(66)
荔萝伴火鸭(67)
腊鸭蚝豉煲(68)
酸菜鸭煲(69)
通心菜扒仙掌(70)
蚝油鸭掌翼(71)
北菇蚝油扣鸭掌(72)
荷叶盐焗鸭(73)
走油红皮鸭(74)
葱油鸭(75)
南乳芋头焖鸭(76)
糖醋鸭块(77)
荷芹鸭丝(78)
椰菜花焖鸭(79)
骨香鸭片(80)
姜芽炒鸭片(81)

金华鸭丝卷(82)
玉兰锦绣鸭球(83)
金银菜陈肾汤(84)
鲜菇鸭掌扒豆腐(85)
海参烩鸭掌(86)
凤栗焖鸭(87)
鸭掌鲜鲍片(88)
金钱满载(89)
椰菜花三色蛋(90)
冬荷煲老鸭汤(91)
冬虫草炖水鸭(92)
冬瓜莲叶煲水鸭(93)
白切肥鹅(94)
梅子蒸鹅(95)
瑶柱裹蒸全鹅(96)
荔芋炸乳鸽(97)

普宁豆酱鸽(98)

竹筒乳鸽(99)

绿豆乳鸽汤(100)

淮杞炖乳鸽(101)

二、家畜类菜式

酥炸春花肉(105)

威化猪扒(106)

鲜番茄烩猪扒(107)

酸菜肉丝(108)

梅菜扣肉(109)

荔芋扣肉(110)

发财就手(111)

咕嚕肉(112)

韭黄肉丝烩豆腐(113)

翡翠藏三宝(114)

上鲑冲菜蒸猪肉(115)

咸鱼肉饼(116)

红焖酿凉瓜(117)

梅子蒸排骨(118)

烧排骨(119)

栗子排骨(120)

生炒排骨(121)

珍珠笋肉排(122)

红烧节瓜肉丝(123)

香菇火腿烩瓜脯(124)

茼蒿肉丝(125)

菠菜腰花(126)

玉兰肝腰(127)

椰菜花炒腊肉(128)

肉丝扒豆润(129)

五彩肉丁(130)

杂锦锅巴(131)

五彩炒肉丝(132)

红烧狮子头(133)

粤式麻婆豆腐(134)

粤式蒜泥白肉(135)

冬瓜鲜菇羹(136)

金丝肉丸(137)

酿节瓜(138)

香芹肉丝(139)

青豆肉茸炒嫩蛋(140)

青豆仁叉烧鸡蛋(141)

毛豆炒绞肉(142)

肉丝炒芥菜(143)

酥炸猪肉韭黄卷(144)

排骨香麦菜(145)

四季豆焖肉排(146)

大芥菜焖排骨(147)

鲜润排骨(148)

蜜汁焗排(149)

蚂蚁上树(150)

椒盐焗排骨(151)

冬瓜排骨汤(152)

薯仔煲排骨(153)

马铃薯焗排骨(154)

蚝豉火腩粉丝煲(155)

蚝豉火腩炆冬瓜(156)

脆皮酿大肠(157)

咸酸菜炒猪大肠(158)

蒜味爽肚(159)

榨菜肉丝茄子粒(160)

厚菇大芥菜(161)

剑花煲猪腩(162)

莲藕煲猪腩(163)

白果腐竹煲肚膶(164)
发菜蚝豉煲猪膶(165)
发财大膶(166)
生菜圆蹄(167)
脆皮猪脑(168)
腊味慈菇脯(169)
芦笋伴云腿(170)
云腿护国菜(171)
慈菇瘦肉汤(172)
杂锦粟米羹(173)
西洋菜猪肉汤(174)
花生猪尾木瓜汤(175)
枸杞猪肝瘦肉汤(176)
昆布海藻横膶汤(177)
昆布海藻猪蹄肉汤(178)
田贯草猪小肚汤(179)

粉葛粉肠猪肉汤(180)
竹芋茨实猪肉汤(181)
鲜莲西瓜盅(182)
合时冬瓜盅(183)
八宝冬瓜汤(184)
铁扒牛肉(185)
香葱牛扒(186)
牛肉杂菜扒煎蛋(187)
豆苗炒牛肉丝(188)
免治牛肉(189)
粤式朝鲜烤牛肉(190)
西梅牛肉炆薯仔(191)
牛腩莲藕煲(192)
番茄薯仔烩牛肉(193)
中式牛排(194)
黑椒牛扒(195)

蒜茸香酥牛柳(196)

铁板牛仔柳(197)

京葱铁板牛柳(198)

黑豆牛腩汤(199)

冬菇粉丝牛肉汤(200)

西茄牛肉(201)

肉松扒茄子(202)

白灼牛双肱(203)

萝卜牛腩煲(204)

卤水金钱肚(205)

红烩羊肉(206)

枝竹萝卜焖羊腩(207)

滋补草羊煲(208)

羊腩莲藕煲(209)

红烧香肉煲(210)

腌熏香肉(211)

红烧驴肉煲(212)

三、野味类菜式

新潮大拼盘(215)

甲鱼烧冬瓜(216)

柱侯烧水鱼(217)

遍地锦装蟹(218)

淮杞凤爪炖山瑞(219)

红焖山瑞煲(220)

龙凤羹(221)

当红报喜雀(222)

生菜包禾花雀(223)

姜芽鸡片(224)

银耳鹌鹑汤(225)

香炸禾花雀(226)

鲜润肠酿禾花雀(227)

淮杞炖鹌鹑(228)

脆茸鹌鹑松(229)
豆苗扒鹌蛋(230)
一团和气(231)
瑶台玉佩(232)
巴戟杜仲炖鸵鸟(233)
炖禾虫(234)
鸡蛋煎禾虫(235)
炒蜗牛肉片(236)
宫保蜗牛(237)
满坛香(238)
凉瓜田鸡煲(239)
绿柳兔丝(240)
妙手明珠(241)
铁板黄獐柳(242)
猴丝扒豆苗(243)
双参炖石崇(244)

红扣山瑞(245)
盐焗鹌鹑(246)
蟹黄扒雪蛤(247)
啤酒焗禾花雀(248)

四、水产类菜式

生焖斑腩(251)
沙律银鱼(252)
冬笋鸳鸯鱿(253)
蒜子焖鱼(254)
白汁蒸银鲳鱼(255)
茄汁明虾(256)
西兰花虾球(257)
丝瓜炒鲜菇虾球(258)
玉兰虾球(259)
油泡玻璃虾(260)
姜葱焗肉蟹(261)

蒜子扣大鳢(262)
黄鳢炒三丝(263)
三鲜烩海参(264)
芙蓉瑶柱(265)
鲩鱼肠蒸鸡蛋(266)
豉椒蒸鱼头(267)
鲜笋时瓜炒斑球(268)
丝瓜洋葱炒鲜鱿(269)
蟹茸鲜菇(270)
瑶柱西生菜(271)
脆炸虾多士(272)
姜葱焖鲜蚝(273)
蚝仔煎鸡蛋(274)
豉汁蒸风鳢(275)
五柳大鲩鱼(276)
鱼茸薯仔饼(277)

鱼茸芋饼(278)
家乡酿鲮鱼(279)
煎酿茄子(280)
羊城鳊鱼(281)
油泡笋壳鱼(282)
双冬炒带子(283)
孔雀汶鱼豆腐(284)
竹笙扒大鲍翅(285)
红烧鲍翅(286)
薄皮海鲜汤(287)
发菜海味煲(288)
飞燕衔鲍球(289)
玉液琼盅(290)
鲍翅节瓜盅(291)
荷叶清蒸生鲍鱼(292)
芒果海鲜杂锦(293)

椒盐焗鲜虾(294)
银丝伴游龙(295)
盐水焗虾(296)
芥兰大虾(297)
三色龙虾(298)
干焗虾筒(299)
双色明虾(300)
琥珀芝麻虾(301)
夜合明虾球(302)
叶绿虾仁(303)
毛仁玉笋炒大虾(304)
芙蓉菠萝虾(305)
鲜虾薄饼(306)
新春大团圆(307)
椒盐海鲜豆腐(308)
发财鸳鸯卷(309)

酿焗龙虾(310)
腊鸭穿虾球(311)
沙律鲜虾卷(312)
云雾飞雁群(313)
百花鲜虾卷(314)
清酿芦笋(315)
油焗蟹(316)
茄味隐汁焗大闸蟹(317)
竹笙蒸蟹钳(318)
蟹肉扒西兰花(319)
蟹肉鱼翅汤(320)
蟹黄伴鲜带(321)
蟹黄芦笋(322)
串烧鲜蚝(323)
金腿伴生蚝(324)
蚝仔金菇(325)

干贝白玉(326)
翡翠玉带子(327)
荷香三叠(328)
冬笋螺片带子(329)
香芒带子(330)
白果酱带子(331)
鱼中有鱼(332)
紫菜墨鱼丸汤(333)
洋葱炒墨鱼丝(334)
竹筒烧笋壳鱼(335)
冬笋炆鱼肚(336)
蒜茸贵妃蚌(337)
木瓜鲜鱿(338)
豉椒炒白鳝球(339)
红斑吐白玉(340)
斑鱼跃龙门(341)

玛瑙伴苏眉(342)
凤凰鲈鱼卷(343)
蒜茸桂鱼(344)
椰汁牛奶烧鲤鱼(345)
蒜茸焗贻贝(346)
白灼龙趸球(347)
葡汁焗酿海螺(348)
红烧海参(349)
白菜苗炒虾米(350)
瑶柱蒸滑蛋(351)
虾米扒瓜脯(352)
虾子柚皮(353)
虾子茭笋(354)
虾子冬笋(355)
芽菜咸鱼(356)
咸鱼肉粒茄子煲(357)

香麻薯蓉鱼脯(358)
五柳鱼脯(359)
粤式吉列鱼柳(360)
番茄煮鱼(361)
豆腐鱼片汤(362)
郊外大鱼头(363)
丝瓜鱼头汤(364)
豆腐红烧鱼头(365)
荔芋煎鲩鱼肠(366)
发菜鱼茸羹(367)
豆腐鱼滑煲(368)
奶油鱼头汤(369)
鱼茸酿冬菇(370)
鱼味菜饼(371)
豆角煮豆豉鲛鱼(372)
竹筒脆肉鲩(373)

雪花生鱼片(374)
蒸金钱片(375)
炒生鱼片(376)
椒盐泥鳅(377)
桔香红烧鲫(378)
鲤鱼红豆汤(379)
清蒸塘虱鱼(380)
酱爆鳝背(381)
六味炒长鱼(382)
韭黄烩黄鳝(383)
洋葱鳝鱼(384)
豉椒黄鳝片(385)
炒鳝丝(386)
梅菜蒸鲩鱼(387)
芫荽鲩鱼片汤(388)
发菜鲛鱼球(389)

酿西芹(390)
酿青椒(391)
芥菜炒鱼条(392)
生菜生鱼片(393)
番茄煮鲑鱼(394)
东江豆腐煲(395)
津白扒蟹粉(396)
大芥菜煮蟹肉(397)
沙葛洋葱炒鲜鱿(398)
小棠蟹柳(399)
鱼米油菜心(400)
斑柳扒豆苗(401)
吉列斑块(402)
百花齐放(403)
核桃虾仁(404)
翡翠长春(405)

绿树鲍片(406)
蒜子鲈鱼煲(407)
豆腐煮红衫鱼(408)
潺菜鱼滑汤(409)
五、素菜类菜式
椰汁四蔬(413)
如意上素(414)
百鸟归巢(415)
椒丝腐乳通菜(416)
珊瑚豆腐(417)
水晶豆腐(418)
鲜菱香菇(419)
冬菇粉皮(420)
韭黄拌香豆干(421)
白玉罗汉(422)
北菇扒菜胆(423)