

淮
扬
菜
系
丛
书

江苏科学技术出版社

民间特色菜

淮扬风味

陈忠明 薛党辰 编著



淮 扬 菜 系 丛 书

淮扬风味 民间特色菜

陈忠明 薛党辰 编著

江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

淮扬风味民间特色菜/陈忠明等编著. —南京:江苏科学技术出版社, 2000. 10

(淮扬菜系丛书)

ISBN 7-5345-3076-8

I. 淮… II. 陈… III. 菜谱—江苏
IV. TS972.182.53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 29483 号

淮扬菜系丛书

淮扬风味民间特色菜

编 著 陈忠明 薛党辰

责任编辑 周兴安

出版发行 江苏科学技术出版社
(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)

经 销 江苏省新华书店
照 排 南京展望照排印刷有限公司
印 刷 无锡春远印刷厂

开 本 787mm×1092mm 1/32

印 张 9.5

插 页 6

字 数 210 000

版 次 2000 年 8 月第 1 版

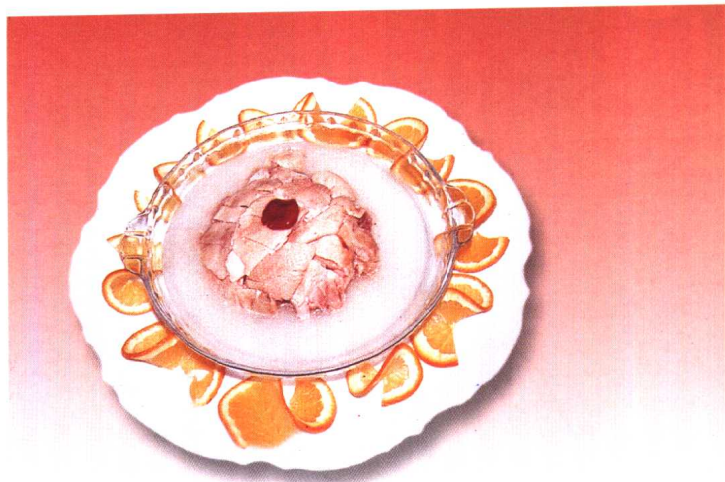
印 次 2000 年 8 月第 1 次印刷

印 数 1—5 000 册

标准书号 ISBN 7—5345—3076—8/Z·496

定 价 14.00 元

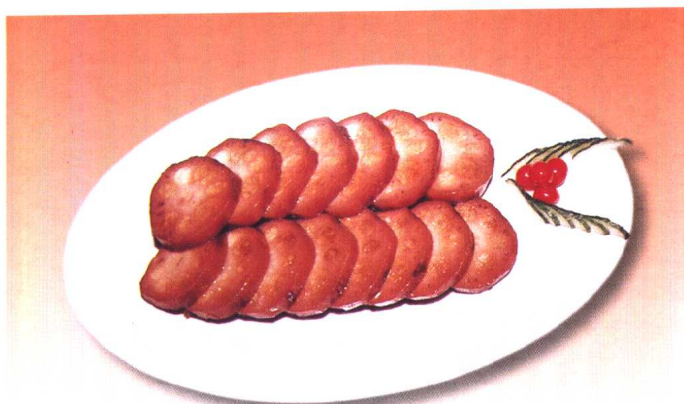
图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。



糟鸡



咸鸭蛋黄烧豆腐



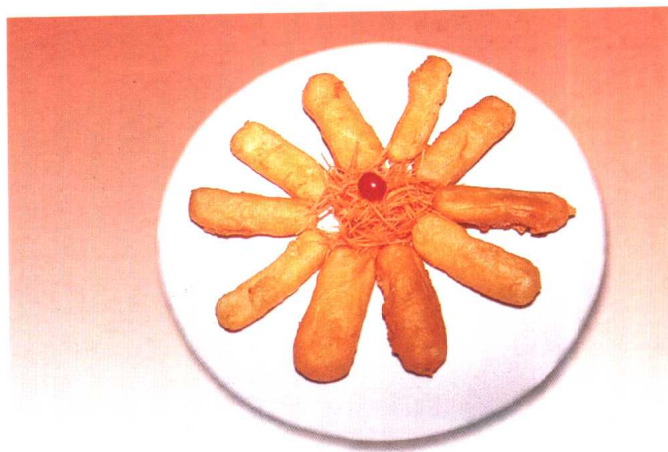
天香藕



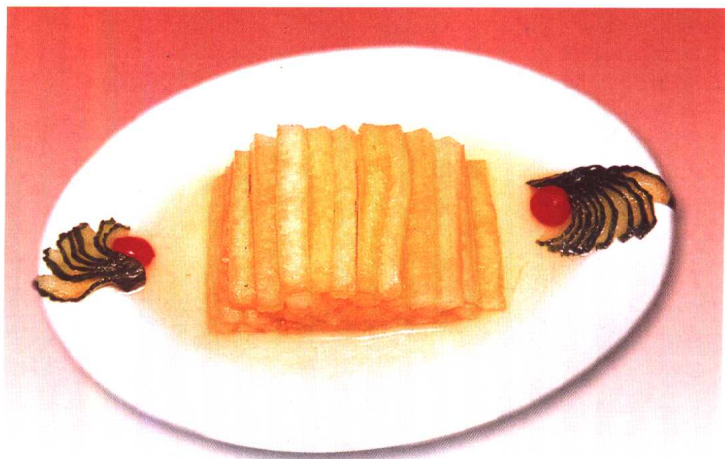
黄鲈鱼烧臭干



菜铰炒毛豆



脆炸鲜奶



果珍冬瓜



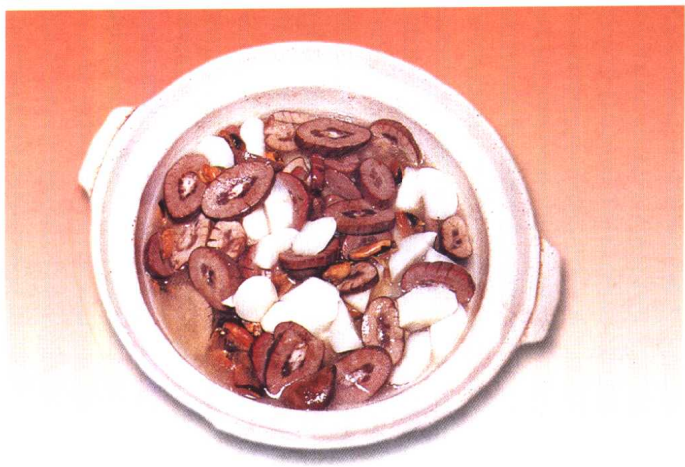
黄瓜塞肉



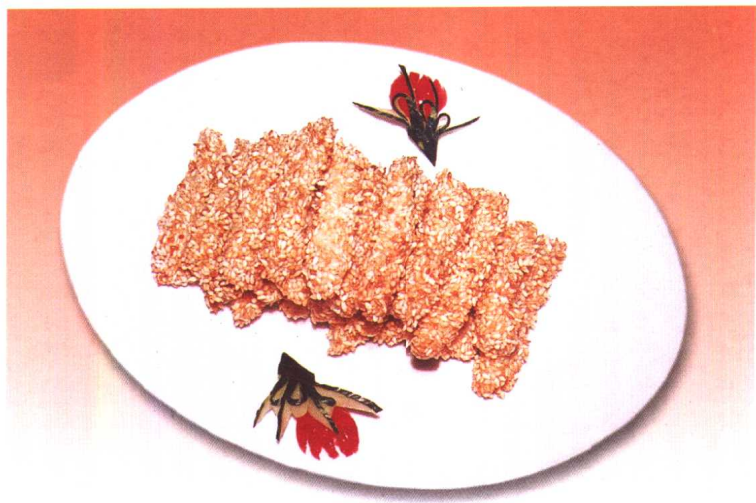
腐乳扣肉



雪花豆腐



淡菜萝卜炖酥腰



芝麻鱼条



荷叶粉蒸肉



三套鸡



鳝鱼炖乌鸡



金丝鱼片

目 录

概述

- 一、淮扬民间菜概况 … 3
- 二、淮扬民间菜的特点 … 4
- 三、淮扬民间菜烹调特点 … 5
- 四、淮扬民间菜的现代应用 … 6

菜谱

1 冷菜类

- | | | | |
|----------|----|------------|----|
| 蛋白炆腰片 …… | 11 | 椒麻鸡 …… | 22 |
| 炆拌腰丝 …… | 12 | 糟鸡 …… | 24 |
| 熟拌口条 …… | 13 | 香菜辣鸡条 …… | 25 |
| 辣拌肺丝 …… | 14 | 姜汁鸡块 …… | 26 |
| 五香酱肉 …… | 15 | 拌生鱼丝 …… | 27 |
| 五香酱鸭 …… | 17 | 麻酱拌海参 …… | 28 |
| 拌鸭掌 …… | 18 | 芝麻鱼条 …… | 29 |
| 麻辣鸭掌 …… | 19 | 生炆活虾 …… | 30 |
| 拌脆鹅肠 …… | 20 | 干贝松 …… | 31 |
| 黑椒手撕鸡 …… | 21 | 五香草鱼 …… | 32 |
| | | 硬酥鲫鱼 …… | 33 |
| | | 手撕鱼 …… | 35 |
| | | 芥末鲜蚬 …… | 36 |
| | | 拌牡蛎 …… | 37 |
| | | 葱油蚝海蜇 …… | 37 |
| | | 糖醋佛手罗皮 …… | 39 |
| | | 海蜇皮拌萝卜丝 …… | 40 |
| | | 拌螺蛳肉 …… | 41 |
| | | 酸辣白菜 …… | 42 |
| | | 糖醋杨花萝卜 …… | 43 |
| | | 什锦粉丝 …… | 44 |

蜜汁藕片	45
香椿拌豆腐	45
开洋芹菜	46
拆骨掌翅	47
盐水鲜花生	48
咸鸭蛋拌豆腐	49
炸慈姑片	50
拌西洋豆丝	51
天香藕	52
果珍冬瓜条	53
小葱拌豆腐	53
马兰拌香干	54
咸菜毛豆	55

2 畜肉类

淡菜炖酥腰	59
烂香肴蹄	60
腐乳扣肉	61
雪冬肉丝	62
水芹炒肉丝	63
香炸猪排	64
干咸菜烧肉	65
栗子烧肉	66
荷叶粉蒸肉	67
水晶圆子	69

黄瓜塞肉	70
赤胆狮子头	71
田螺烧肉	72
梅干菜蒸咸肉	73
咸肉菜心	74
沉香肉	74
酥香肉	75
马齿苋烧肉	76
旺蛋烧肉	77
猪尾烧鳝段	78
咸鱼蒸咸肉	79
扁豆烧肉	80
咸肉煨黄豆	81
葱烧蹄筋	82
苦瓜炒肉	83
粉烧香骨	84
粉蒸排骨	86
冬笋煨肚肺	87
薏仁猪肚汤	88
沙锅猪手	89
酸辣腰花	90
清汤炖肝	91
酥炸肥肠	92
铁板腰片	93

橄榄皮肚	94
铁板牛肉	95
沙锅羊肉	97
羊肉炖鲫鱼	98
酱爆羊肉	99
荔枝兔条	100
狗肉炖甲鱼	101
黄豆煨猪爪	102
火腿冬瓜汤	103
莲藕排骨汤	104

3 禽蛋类

香酥鸡排	109
醋熘枣脯	110
番辣仔鸡	111
元盅鸡	112
铁板豆瓣鸡	112
栗子焖童鸡	114
腐乳粉蒸鸡	115
白果烧鸡	116
酱爆鸡丁	117
辣子鸡丁	118
碧绿鸡球	119
炸鸡肉串	120
龙穿凤翼	121

三套鸡	122
鸡片锅巴	124
涟水鸡糕	125
风鸡	126
醉蟹清炖鸡	127
酥皮双层鸭	128
清炖老鸭	129
蒸扣鸭	131
黄豆咸鸭煲	132
芋艿烧鸭	132
拉油鸭子	133
子芋焖鸭	134
烤鸭冬瓜汤	135
什锦鸭羹	136
烩鸭掌	137
沙锅野鸭	138
冬笋鹅掌汤	139
冬瓜鹅掌汤	140
冬瓜炖凤爪	141
豉汁炖乳鸽	142
寿桃鸽松	143
清炸麻雀	144
板栗烧山鸡	145
蛇汤	146

三丝蛇羹·····	147
金鱼蛋饺·····	148
双色蛋饺·····	149
兰花鸽蛋·····	150
丝瓜油条蛋汤·····	151
金花菜蒸咸鸭·····	152
雪菜山鸡片·····	153
鲞扣鸡·····	154
银鱼蒸蛋·····	155
苏北盐焗鸡·····	156

4 水产类

活鱼锅贴·····	159
塘鳢鱼炖蛋·····	160
滑炒玉兰片·····	161
豆瓣鲜鱼·····	162
泥鳅钻豆腐·····	163
粉蒸鳝片·····	165
水煮鱼片·····	166
水煮菊花鱼·····	167
香酥回锅鱼片·····	168
炸烹塘鳢鱼·····	169
汤泡鱼片·····	170
葱油鲫鱼·····	171
醋椒鲤鱼·····	172

芙蓉鲫鱼·····	173
椿芽鱼条·····	174
珍珠鱼球·····	175
萝卜丝氽鲫鱼·····	176
蒜头烧鲶鱼·····	177
沙锅大鱼头·····	178
黄豆煮鲫鱼·····	179
毛豆米烧鱼·····	181
家乡鱼咸菜·····	182
三鲜烩咸鱼·····	183
炸鳝串·····	184
糖醋带鱼·····	185
银鱼涨蛋·····	186
粉蒸鳊鱼·····	187
金丝鱼片·····	188
沙锅鳝鱼·····	189
烤鳊鱼串·····	190
淡菜甲鱼汤·····	191
酒焖甲鱼·····	192
鳝鱼炖乌鸡·····	193
虾仁豆腐·····	194
三圆汤·····	195
面包虾仁·····	196
烩虾饼·····	197
酱爆牛蛙·····	198

田螺塞肉·····	199
芙蓉银鱼·····	200
香酥泥鳅·····	202
清炖蛇段·····	203
韭菜炒螺蛳肉·····	204
五香螺蛳·····	205
淡菜萝卜海带汤·····	206
黄颡鱼烧臭干·····	207
鳝鱼炖肚片·····	208
生炒鲫鱼·····	208
生炒甲鱼·····	209
羊肉烧鲫鱼·····	210
狗肉烧甲鱼·····	211

5 甜菜类

琥珀莲子·····	215
炒糖芋艿·····	216
水晶冬瓜·····	217
脆炸鲜奶·····	218
金沙酥梨·····	219
香炸情果·····	220
芝麻泥枣·····	221
枣泥山药桃·····	221
翡翠蚕豆羹·····	223
高丽香蕉球·····	224

蜜饯捶藕·····	225
原汁西瓜羹·····	226
八宝藕·····	227
酱酥花生仁·····	228
蜜汁橄榄山芋·····	229
鸳鸯双泥·····	229
西米银耳羹·····	230
扣蒸南瓜·····	231
炒南瓜泥·····	232

6 食疗类

肚肺汤·····	237
菠菜猪肝汤·····	238
杜仲腰花·····	239
猪肝枸杞汤·····	240
苦瓜瘦肉汤·····	241
紫菜猪心汤·····	242
萝卜猪肺汤·····	242
丹参炖蹄爪·····	243
枸杞排骨·····	244
桂圆童子鸡·····	245
枸杞桃仁鸡丁·····	246
当归鸭子·····	247
肉桂酥鸭·····	248
虫草焖鸭·····	249

鳝鱼炖乌鸡·····	250
人参炖乌鸡·····	251
参芪烧鲜鱼·····	252
酸辣鱿鱼·····	253
乌鸡炖甲鱼·····	254
猪肉黄鳝羹·····	255
银杏白玉·····	256
金针萝卜丝·····	257
马齿苋炒肉丝·····	258
党参龙眼炖鸽·····	259

7 其他类

豆瓣雪菜·····	263
蚝油生菜·····	264
酥炸藕夹·····	265
酿茄段·····	266
干炸茄夹·····	267
鱼香茄子·····	268
肉末豆腐·····	269
雪花豆腐·····	270
咸鸭蛋黄烧豆腐·····	271
麻辣臭豆腐·····	272
锅塌腐竹·····	273
什锦豆渣·····	274

连中三元·····	275
糟香三白·····	276
炒双菇·····	277
寸金山药·····	278
豆瓣咸菜汤·····	279
炸酿油条·····	280
烩豆腐丸子·····	281
全家福火锅·····	282
芥菜豆腐羹·····	283
咸菜慈姑豆腐汤·····	285
文思豆腐羹·····	286
鱼香藕片·····	287
脆皮白菜·····	288
臭干烧鸭血·····	289
韭菜炒蚬子·····	290
蚬子旺豆腐·····	291
瓠子烧鸭血·····	292
麻虾豆腐·····	293
菜铰炒毛豆·····	294
臭干蒸咸肉·····	294
苋菜鼓·····	295
瓶儿菜·····	296
立夏尝鲜·····	297
端午十二红·····	298