



食部



中國小吃



007291

中國小吃

(北京風味)

北京市第二服務局 編



女子學院 0084436



中 国 小 吃

(北京风味)

北京市第二服务局 编

◆

中国财政经济出版社出版

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京印刷二厂印刷

◆

787×1092毫米 24开本 8.5印张 4插页 118,000字

1981年10月第1版 1981年10月北京第1次印刷

印数：1—150,000

统一书号：15166·082 定价：1.00元

出版说明

我国各地的小吃历史悠久，品种繁多，用料讲究，制作精细，具有民族特色，地方风味较为浓厚，它是祖国丰富的文化遗产之一。为使我国传统风味小吃的烹制技术得到继承和发扬，以适应饮食行业广大职工学习专业知识，交流操作技术，进一步提高制作工艺水平的需要，我们出版了《中国小吃》这套书。饮食行业职工通过学习和提高，可以更好地为人民生活服务，为社会主义建设事业服务。这套书是在商业部主管单位的支持下，由各有关省、市饮食服务部门按地方风味分辑编写的。

《中国小吃（北京风味）》一书，是北京市第二服务局组织编写的，由李正权、万里两位同志执笔，还有一些同志为本书提供了素材。

2015.10



八宝莲子粥



炸三角



爆 肚



芝麻卷糕



蝴蝶卷



奶 油 炸 糕



艾 窝 窝



焦 圈
麻 酱 烧 饼

糖
茶
菜



酥
合
子





江
米
藕



豆
面
糕

封面画 刘春华
书名题字 陈莱官
摄影(彩色) 陈连信 胡象先 刘宾侯
(黑白) 刘 杰
插图 刁耀章 李连涛 刘黛琳

TS972

科技新书目 7—2

书号: 15166·08

定价: 1.00

05

目 录

概 述.....	(1)	一九、蜜麻花.....	(32)
一、千层糕.....	(5)	二〇、烫面炸糕.....	(34)
二、银丝卷.....	(6)	二一、一品烧饼.....	(35)
三、水晶门钉.....	(8)	二二、姜酥排岔.....	(37)
四、枣泥包.....	(9)	二三、炸三角.....	(38)
五、枣糖糕.....	(10)	二四、炸回头.....	(40)
六、棋饼.....	(11)	二五、肉火烧.....	(41)
七、三鲜烧麦.....	(12)	二六、馄饨.....	(42)
八、肉丁馒头.....	(16)	二七、一窝丝清油饼.....	(44)
九、烫面饺.....	(17)	二八、片丝火烧.....	(46)
一〇、羊肉包.....	(18)	二九、螺蛳转.....	(47)
一一、素包子.....	(19)	三〇、蝴蝶卷.....	(49)
一二、酥合子.....	(20)	三一、墩饽饽.....	(50)
一三、焦圈.....	(22)	三二、糖火烧.....	(51)
一四、薄脆.....	(24)	三三、麻酱烧饼.....	(52)
一五、糖泡.....	(25)	三四、酥烧饼.....	(54)
一六、炸荷包.....	(26)	三五、马蹄烧饼.....	(55)
一七、饅子麻花.....	(27)	三六、澄沙烧饼.....	(56)
一八、脆麻花.....	(29)	三七、糖鼓盖.....	(57)

三八、腰子饼	(59)
三九、褡裢火烧	(60)
四〇、肉饼	(62)
四一、锅贴	(63)
四二、馅饼	(64)
四三、蒸食炸	(66)
四四、油炒面	(67)
四五、炒疙瘩	(68)
四六、扣饼	(70)
四七、盆糕	(71)
四八、水晶糕	(72)
四九、整米切糕	(73)
五〇、艾窝窝	(74)
五一、芝麻卷糕	(75)
五二、蜜算子	(76)
五三、元宵	(77)
五四、小枣粽子	(79)
五五、八宝莲子粥	(80)
五六、杏仁茶	(82)
五七、牛筋窝窝	(83)
五八、米面蜂糕	(84)
五九、夹糖糕干	(85)
六〇、豆面糕	(87)
六一、豆豉糕	(88)

六二、炸年糕坨	(89)
六三、豌豆黄	(90)
六四、豌豆粥	(92)
六五、小豆凉糕	(93)
六六、翡翠豆腐	(94)
六七、豆腐脑	(95)
六八、老豆腐	(97)
六九、煮炸豆腐	(98)
七〇、豆汁	(99)
七一、清汤丸子	(100)
七二、羊肉杂面	(101)
七三、炸格渣盒	(102)
七四、芸豆卷	(103)
七五、苏造肉	(106)
七六、卤煮小肠	(108)
七七、灌肠	(110)
七八、炒肝	(112)
七九、白羊头肉	(114)
八〇、爆肚	(116)
八一、白汤杂碎	(118)
八二、黄糕	(120)
八三、奶油炸糕	(121)
八四、奶酪	(122)
八五、盆皮大奶卷	(123)

八六、奶饽饽·····	(125)
八七、奶棋子·····	(126)
八八、全果酪干·····	(126)
八九、水乌他·····	(127)
九〇、栗子糕·····	(129)
九一、莲子糕·····	(130)
九二、杏仁豆腐·····	(131)
九三、山药饼·····	(132)
九四、甜卷果·····	(133)
九五、糖茶菜·····	(134)
九六、江米藕·····	(135)

九七、素卷圈·····	(136)
九八、小窝头·····	(137)
九九、黄米面炸糕·····	(138)
一〇〇、茶汤·····	(139)
一〇一、面茶·····	(141)
一〇二、大麦米粥·····	(142)
一〇三、扒糕·····	(143)
一〇四、漏鱼·····	(144)
一〇五、旋粉·····	(145)
附注·····	(148)

概 述

北京小吃历史悠久，有史料可查的可以追溯到公元十四世纪。据考证，北京小吃中的肉饼、八宝莲子粥，就是从元代宫廷小吃“肉饼儿”、“莲子粥”逐渐演变而发展起来的。这可以从元朝饮膳大医忽思慧为文宗皇帝提供御膳食谱的《饮膳正要》中多少看出一些脉络。北京另一著名小吃奶酪，历史也很久远。奶酪，又称醍醐、乳酪、羊酪、牛酥酪等，是用牛羊乳汁制成的半凝固食品，乳白滑腻，入口即化，香甜爽口，富于营养。唐朝皮日休的诗中曾有“雕胡饭熟醍醐软，不是高人不合尝”的诗句。宋朝辛弃疾的诗中也有“香浮乳酪玻璃碗，年年醉里偷尝惯”的描述，形容奶酪味美诱人。奶酪原为北方少数民族首创，但其在北京“落户”，至少也有好几百年的历史。明、清书籍有关奶酪的记载很多。《红楼梦》第十九回中，贾妃赐给宝玉的“糖蒸酥酪”，就是现今的奶酪。清《都门纪略》一书中写道：“闲向街头啖一瓯，琼浆满饮润枯喉，觉来下咽如脂滑，寒沁心脾爽似秋。”赞美奶酪滑腻、香甜、清凉。久吃奶酪的人们说它“饥者甘食，渴者甘饮，内以养寿，外以养神”，确是很好的评价。

由于北京曾为金、元、明、清的都城，又是新中国的首都，多方面的有利条件使它能博采各地小吃之精华，兼收各族小吃之风味，使北京小吃更加丰富多采。据明万历年间内监刘若愚所撰《明宫史·饮食好尚》和《酌中志》载，明人在正月吃年糕、元宵、羊双肠、枣泥卷，二月吃黍面枣糕、煎饼，三月吃江米面凉饼，五月吃粽子，十月吃奶皮、酥糕，十一月吃羊肉

包、扁食、馄饨，腊月吃灌肠、油渣，已成习俗。到了清朝，宫廷中的小窝头、豌豆黄、芸豆卷等精饌又先后传入民间。乾隆年间诗人杨米人的《都门竹枝词》中有这样的描写：“日斜戏散归何处？宴乐居同六和居。三大钱儿卖好花，切糕鬼腿（即油条、并腿等油炸食品）闹喳喳。清晨一碗甜浆粥，才吃茶汤又面茶。凉果炸糕聒耳多，吊炉烧饼艾窝窝。叉子火烧刚买得，又听硬面叫饽饽。稍麦（即现在的烧麦）馄饨列满盘，新添挂粉好汤团（即元宵）。爆肚油肝香灌肠，木樨黄菜片儿汤。”可见，北京小吃在清朝已经相当丰富，并形成了自己的风味特色。

北京小吃还随着春、夏、秋、冬的变化而及时更换品种。每当春回大地、柳枝吐绿的季节，为群众所喜爱的传统小吃艾窝窝、年糕、豌豆黄便相继出现于市场；在骄阳似火、溽暑蒸人的夏天，冷凝脂滑的杏仁豆腐、奶酪、漏鱼能使人们去热止渴；而当金风送爽、子实累累的秋季，江米藕、栗子糕、八宝莲子粥就展现在人们面前；至于在冰雪连天、北风怒吼的隆冬，热腾腾的盆糕、羊肉杂面、白汤杂碎又可给人驱寒送暖。古代，农历正月十五日是“上元节”，这天晚上被称为“元宵”或“元夜”，有吃元宵的习俗，相沿至今，正月十五日前后，市场上供应十多种馅的生熟元宵。应时当令，是北京小吃的特点之一。

北京小吃所用主料，遍及麦、米、豆、黍、肉、蛋、奶、果、蔬、薯各大类，每一大类又可分出若干细类。如米类中就有糯米、粳米、籼米；豆类中有黄豆、芸豆、豌豆、绿豆、豇豆、红小豆等。至于所用配料、调料等，则有百种之多。由于北方盛产小麦，面类食品在北京小吃中一向居于首位，不仅精于制作，而且花样繁多。例如馒头一类，就有开花馒头、硬面馒头、枣馒头、香槽馒头、肉丁馒头、水晶馒头等，制法不一，滋味迥异，各具特色。至于烧饼一类，更有一品烧饼、麻酱烧饼、油酥烧饼、吊炉烧饼、马蹄