

上海美食
老字号

homeidea

《家居主张》系列丛书



《家居主张》编辑部 编

HONORER BRAND IN SHANGHAI



上海辞书出版社

图书在版编目(CIP)数据

上海美食·老字号 / 《家居主张》编辑部编. — 上海: 上海辞书出版社, 2002.12

(《家居主张》美食家丛书 / 李伟国主编)

ISBN 7-5326-0993-6

I. 上... II. 家... III. 饮食业 - 简介 - 上海市 IV. F719.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 056271 号



出版: 上海辞书出版社

编辑: 《家居主张》编辑部

主编: 李伟国

总策划: 上官消波

顾问: 杨奇达

责任编辑: 吴雅仙

采编: 吴骏 肖摩 琪纯 叶芹

摄影: 柴之澄 鲍世望 金沾等

装帧设计: 刘锦睿 陆磊明 胡云 鲍灵 林卓如

封面设计: 刘锦睿

地址: 上海市陕西北路 457 号

邮编: 200040

电话: 021-62472088 62568566

传真: 021-62537365

发行: 上海辞书出版社发行所

印刷: 上海界龙印刷装订厂

开本: 889 × 1194 1/32

印张: 4.5

字数: 80000

版次: 2002 年 12 月第一版 2002 年 12 月第一次印刷

ISBN 7-5326-0993-6/F · 62

定价: 24.00 元

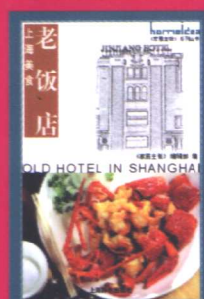
- ★ 精通上海餐饮文化
- ★ 捍卫你的美食家称号
- ★ 成为烹调高手的必备课程



书名 / 上海美食·老字号
丛书名 / 《家居主张》美食家系列
出版 / 上海辞书出版社
定价 / 24.00 元



书名 / 上海美食·情调餐厅
丛书名 / 《家居主张》美食家系列
出版 / 上海辞书出版社
定价 / 24.00 元



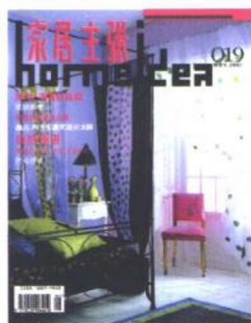
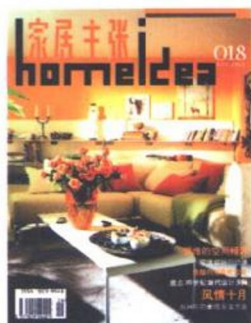
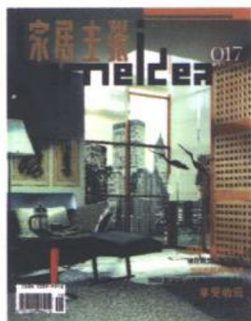
书名 / 上海美食·老饭店
丛书名 / 《家居主张》美食家系列
出版 / 上海辞书出版社
定价 / 24.00 元



书名 / 上海美食·星级酒店
丛书名 / 《家居主张》美食家系列
出版 / 上海辞书出版社
定价 / 24.00 元

家居主张 homeidea

- ★ 全国最潮流的家居杂志
- ★ 提升你的居家品位
- ★ 为你提供全方面居室设计资讯



《家居主张》是一本具有海派文化特点，高品质全方位介绍以住宅设计案例、生活艺术潮流资讯及相关配套产品为主题的专业时尚杂志，它以自己独特的文化品位和现代家居的设计理念，成为住宅设计与家居消费方面必备的参考读物。

《家居主张》从形式到内容，孜孜所求的是一种现代的、简约的品位，既完美又直效。因此，在平面设计上力求做到与众不同，希望体现出一种不事张扬、蕴高尚品位的设计思想于平淡之中的大器气质；在文字方面，找寻一种融浅显与文采于一体的风格；在内容方面，强调实用，并更具观念性和欣赏性，让你在感受美和时尚的同时，寻求到更适合于自己个性的居室空间。

出版 / 上海辞书出版社
 刊号 / ISSN 1009-9948 CN31-1860
 邮购热线 / 021-62472088 转 280
 邮购地址 / 陕西北路 457 号
 邮编 / 200040

《家居主张》美食家系列

上海美食·老字号



《家居主张》编辑部编

上海辞书出版社

前言

衣食住行永远牵动着人的心。

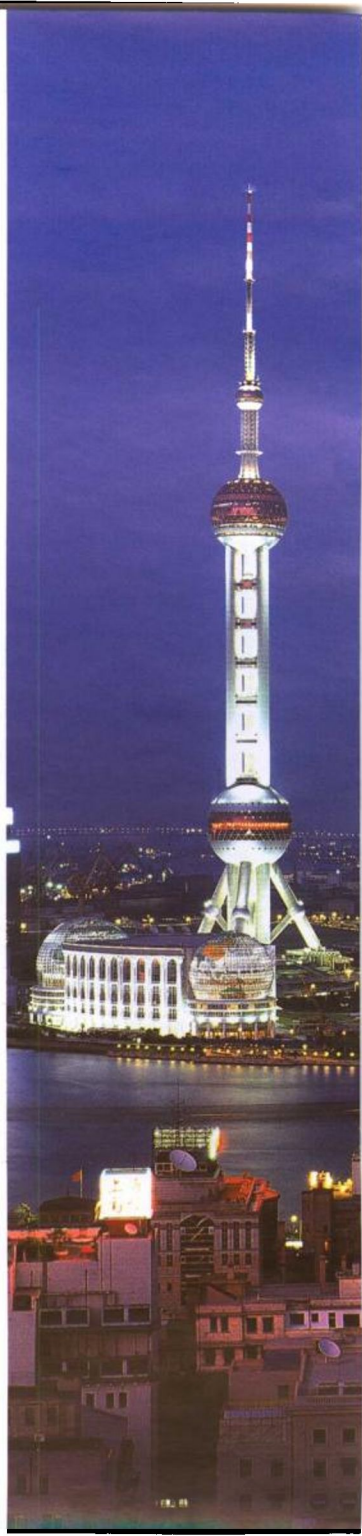
或许我们在事业的手掌心里翻着无数跟头的时候，我们苦中作乐乐此不疲忘了还有生存的其他享受：或许我们在家庭责任的海洋里奋力划动双臂的时候，已然勇气消息筋疲力尽不知可以稍许脱身寻求精神的放松。但也或许我们正在为这样的寻找烦恼，为身心的调节犯愁，因为今天的时尚先生时尚女士们绝不仅仅是只会工作不会休息，只会生活不会享受的一代了。

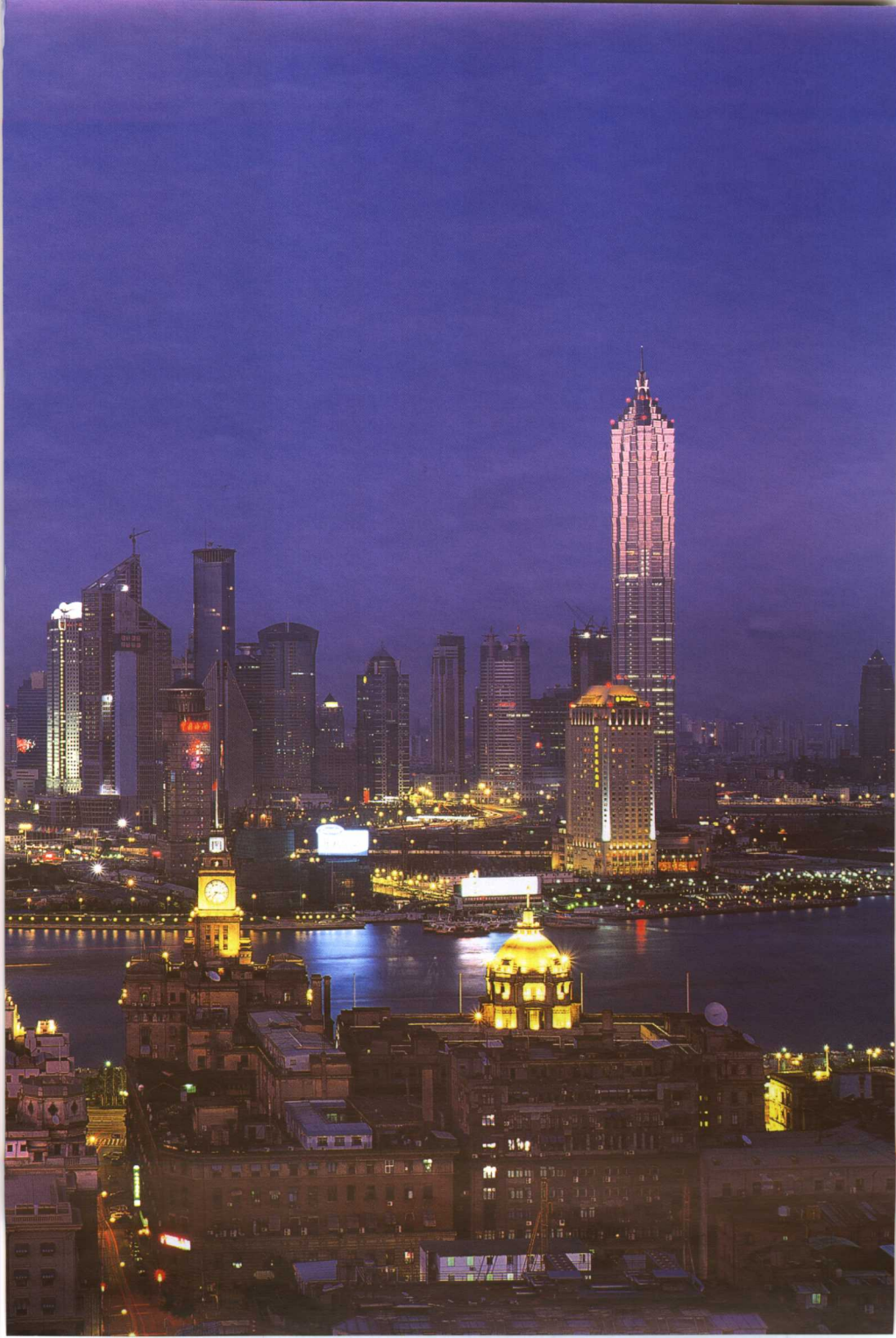
编辑出版颇受时尚先生时尚女士们好评的《家居主张》已两年多了，接触都市中这个人群，给我们最大的感受就是，他们对物质享受的绝对追求，这在务实的、开放的今日之中国早已不是一件会引人微词的事，相反，我们都懂得，消费带动社会进步，追求物质享受是事业成功的标识之一。

我们扫描上海，在林立的高楼间，在堂皇的宾馆里，在雅僻的马路边，在幽曲的巷子中，遴选了第一批最有特色、最具品位和质量的数十家饮食场所，向读者介绍它们的由来变迁、场所特征、招牌菜肴、周边环境等，简洁的图饰、精美的照片和烹饪方法在向温馨之家提供参考的同时，也向无暇顾家的人士，向来沪观光的中外朋友展示了在这个国际大都市品尝美食、探寻特色、了解上海的途径。

在这套《家居主张》美食家系列的编撰过程中，我们怀着乐大家享的心情，期待着与读者一起游遍上海，尝遍特色，在繁忙与疲劳中获得一次又一次的悠闲与轻松。

《家居主张》编辑部







002 前言

005 目录

006 品蟹花魁·王宝和大酒店

菊花对蟹形 蟹茸明虾卷 阳澄湖扒赤璧 鱼米之乡情 香煎蟹斗
蟹粉豆腐 蟹粉桂鱼 蟹油碧绿 蟹粉鱼翅 蟹粉酿玉瓜
蟹露灌虾球 蟹粉冬茸羹

020 纯正京味·燕云楼

御膳贵妃鱼 糟溜黄鱼片 北京烤填鸭 醋椒桂鱼汤 生焖大明虾 良栗扒津白
口水嫩鸭掌 龙井滑虾仁 高汤小水饺 宫廷豌豆绿

032 天厨妙味·绿杨村酒家

香酥八宝鸭 砂锅蟹粉狮子头 碧绿蚝汁鲍 丁香草母鸡
干烧大明虾 上海油爆虾 绿杨水晶肴肉(上海肴肉) 绿杨脆鳝
火鸡煮干丝 鸳鸯条头糕

044 淮海路上品苏点·沧浪亭

蟹粉口蘑 罗汉上素 葱油开洋面 金钱素鸡 糟香焖肉 三虾面
珍珠鱼丁 卤香菇 三鲜鱼肚 虾茸鱼卷 苏式糕团 鸡头米(芡实)

058 百年粤菜馆·杏花楼

鸿运烤乳猪 烧汁肥牛 蜜椒香煎牛仔骨 火焰焗南洋汁珍宝蟹
国药炖鸡蛇龟 干烧大明虾 泰鱼酱炒驼峰片 蟹粉烩鱼翅 梅酱烧鹅
西米布丁

070 中餐海霞厅·新亚大酒店

黑椒金钱牛 鲍汁鹅掌 脆皮乳鸽 菠萝色拉 蒜子鱼唇 斑乾卷 海鲜粉果
冰镇南瓜

080 法国大餐代名词·红房子西菜馆

脆皮鹅肝 蒜茸羊扒 法式烙蜗牛 培根鹅肝酱 奶油忌司烙明虾
什锦生菜法国沙司 法式牛尾汤 培根厚牛扒 红酒三文鱼
法式烙蛤蜊 法式烙洋葱汤 奶油忌司烙蟹斗

094 糟香绕梁·沪西状元楼

咸蛋黄龙头烤 糟香圈子 糟鸭舌 糟蛭子 糟驼峰 海鲜糟钵头
状元香酥鸭 苔菜小方

104 河鲜高手·老正兴菜馆

正兴酱方 油爆河虾 油酱毛蟹 碧绿蟹黄油 虾籽大乌参 八宝辣酱
蟹粉豆腐 正兴脆鳝 草头圈子 萝卜丝酥饼

116 正宗异国风味·德大西菜总社

烤羊扒 奶酪虾仁 烤三文鱼 土豆色拉(什锦色拉) 生菜色拉 黑椒牛扒
金色南瓜汤 威林顿海鲜

126 沪上清真第一店·洪长兴

柠汁牛蹄筋 百粒虾球 蒜香羊肋骨 糟溜鲈鱼片 串烤羊肉 芙蓉虾片
鸳鸯肚丝 葱油饼 干烧桂鱼 肴牛肉 杭椒牛柳 千岛煎黄菜 白切羊肉
涮羊肉 鸡丝烩鱼肚 锅钵牛肉

品蟹花魁

王宝和大酒店

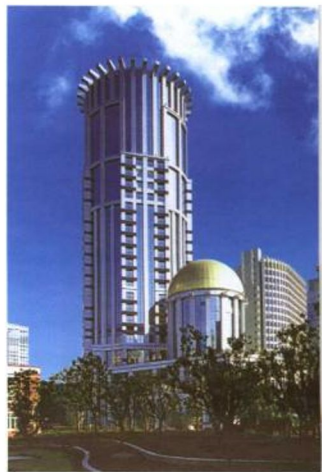


王宝和创建于清乾隆九年(1744年),自此开始了餐饮、酿酒的经营。发达之后,于解放前到上海南市小东门咸瓜弄附近开了一家分号,并将绍兴酒引入上海,推动了沪上品尝黄酒习惯的形成。

后来由于发展的原因,搬了两次家,最后于1936年迁至福州路,即是人们熟识的王宝和酒家。解放后公私合营,王宝和成长为企业。由于发展的需要,王宝和酒家在地理位置、房屋建筑方面产生了局限,王宝和大酒店就在如此的境况下应运而生。成立于1999年秋天的王宝和大酒店是一家四星级的国际性商务酒店,它继承了王宝和老字号“酒祖宗,蟹大王”的传统和精神,秉承并拓展已有几十年历史的“蟹宴”文化。它将餐饮放在与客房服务同样重要的地位,这在同行中也是不多见的。

王宝和大酒家烹制的蟹宴选用正宗的阳澄湖大河蟹,由资深厨师亲自掌勺把关,具有“选料讲究、刀工精细、色彩淡雅、口味清淡、滑嫩可口、原汁原味”的特点,独到的蟹菜不仅鲜美无比,而且形式多样,款款栩栩如生,让人不忍下箸。

据记载,明朝初年的能工巧匠创制出一套精巧的食蟹工具,有锤、镊、钳、匙、叉、铲、刮、针等8种,称为“蟹八件”,这些食蟹器具一般为铜制,讲究的则为白银制作。这些濒临





失传的“蟹八件”现已在王宝和大酒店得以重现！精巧的食蟹工具能帮助您尽情享用蟹的美味。

酒店五楼的餐厅全年供应系列蟹菜，并在每年的九月至次年二月全面推出名闻遐迩的“王宝和”招牌蟹宴。餐厅装潢气宇轩昂，豪华典雅。以中国古典词牌命名的9间宴会包房（满江红、沁园春、临江仙、忆江南、蝶恋花、虞美人、浣溪纱、西江月、满庭芳），使客人在品尝肥而鲜美的阳澄湖大河蟹的同时，更领略到古朴的诗意。

深度提示

- ◆ 名噪海内外的清水大闸蟹，在煮前都经过严格挑选，洗净后托牢入锅，使上桌的大闸蟹只只肢体俱全，红壳白肚，膏脂饱满。所用的蟹粉也现拆现烧，不入冷库。
- ◆ 王宝和以专营绍兴酒著称，精心酿制的优良黄酒闻名全国，畅销日本、新加坡等国家。王宝和的“蟹宴酒”经过精心配制，在口味、营养结构上都微妙地配合着蟹的风味，不可不尝。

地址：九江路555号

电话：021-53965000-80826、80505

座位：520席、9间包房

营业时间：中午11:30-下午14:00

晚上17:30-22:00



周边寻宝

- ◆ 沿福建中路向南，是有“文化街”美称的福州路，上海书城、外文书店、美术书店、科技书店都很有名
- ◆ 从福建中路往北步行5分钟就到了南京东路步行街，那里是不错的休闲、购物场所

007



菊花对蟹形

【原料】阳澄湖大闸蟹、姜、料酒、醋

【制作过程】

1. 用小刷子将大闸蟹的外壳、蟹腿洗净,放入蒸笼中蒸熟取出;
2. 小心地(保留蟹壳、蟹腿壳的完整)拆出蟹肉、蟹黄、蟹膏,拌和在一起制成蟹粉;
3. 起油锅,煸香姜末,放入蟹粉翻炒,至蟹香浓郁时,加入盐、料酒及适量醋;
4. 将蟹粉盛于盆中,排列上蟹壳、蟹腿壳,完成蟹的造型即可。

【特点】制法同清炒蟹粉,但优美的外形更胜一筹。



蟹茸明虾卷

【原料】阳澄湖大闸蟹、明虾、姜、料酒

【制作过程】

1. 将明虾洗净，抽去沙腺，拨去虾壳，在虾肉身上刮菱形花格，制成明虾卷；
2. 用小刷子将大闸蟹的外壳、蟹腿洗净，放入蒸笼中蒸熟取出；拆出蟹肉、蟹黄、蟹膏，拌和在一起制成蟹粉；
3. 将锅加热，滑油后加入姜末煸香，然后加入蟹粉炒香；
4. 最后加入明虾卷翻炒，放盐、料酒，至明虾熟了即可装盆。

【特点】明虾口味嫩滑，蟹味鲜美异常。





阳澄湖扒赤壁

【原料】阳澄湖大闸蟹、甲鱼、料酒、姜、高汤、酱油、糖

【制作过程】

1. 用小刷子将大闸蟹的外壳、蟹腿洗净，放入蒸笼中蒸熟取出；拆出蟹肉、蟹黄、蟹膏，拌和在一起制成蟹粉；
2. 将甲鱼加工干净后，将蟹粉填入甲鱼的肚中，加入料酒、姜片、盐，上笼蒸熟；
3. 用高汤、适量酱油、糖熬制汤汁，收干勾芡之后淋在蒸熟的甲鱼上即可。

【特点】造型优美，口味咸中带甜。



鱼米之乡情

【原料】阳澄湖大闸蟹、菜汁、面粉、银鱼、料酒、姜

【制作过程】

1. 将菜汁与面粉混合，加入水，压制切割成面条，将菜汁面条煮熟后捞出，衬于盆底；
2. 将洗净的银鱼用旺火炒熟，加入适量盐、糖，盖在菜汁面条上；
3. 用小刷子将大闸蟹的外壳、蟹腿洗净，放入蒸笼中蒸熟取出；拆出蟹肉、蟹黄、蟹膏，拌和在一起制成蟹粉；
4. 在油锅中煸香姜末，加入蟹粉炒出香味，喷些许料酒，盖于银鱼面上即可。

【特点】造型美观，色泽明快，清新淡雅。





香煎蟹斗

【原料】阳澄湖大闸蟹、姜、料酒、醋

【制作过程】

1. 用小刷子将大闸蟹的外壳、蟹腿洗净,放入蒸笼中蒸熟取出;
2. 将蟹壳完整取下,拆出蟹肉、蟹黄、蟹膏,拌和在一起制成蟹粉;
3. 在蟹粉中加入姜末、料酒、盐及适量醋,拌匀之后放入锅中煸香,再将蟹粉酿入蟹壳中备用;
4. 用煎锅将油温升至3—4成热,将蟹斗按蟹粉朝下的方式放入锅中略煎一下即可。

【特点】煎香的蟹粉滋味别具一格。



蟹粉豆腐

【原料】阳澄湖大闸蟹、豆腐、姜汁、黄酒、胡椒粉、鲜汤

【制作过程】

1. 将大用小刷子闸蟹的外壳、蟹腿洗净，放入蒸笼中蒸熟取出；拆出蟹肉、蟹黄、蟹膏，拌和在一起制成蟹粉；
2. 将豆腐切成1厘米见方的丁，焯水，取出倒入漏勺中；
3. 炒锅烧热，放油，煸香姜末，倒入蟹粉煸炒出香味，加黄酒、盐、胡椒粉、鲜汤；炖制片刻后倒入豆腐，烧3分钟，待豆腐入味后，勾芡淋油装盆。

【特点】色泽金黄，豆腐嫩滑，滋味鲜美。

