

蜗牛菜 及烹调法

编著 张进辉



中国商业出版社

蜗牛菜及烹调法

编著 张进辉

中国商业出版社

蜗牛菜及烹调法

编 著 张进辉

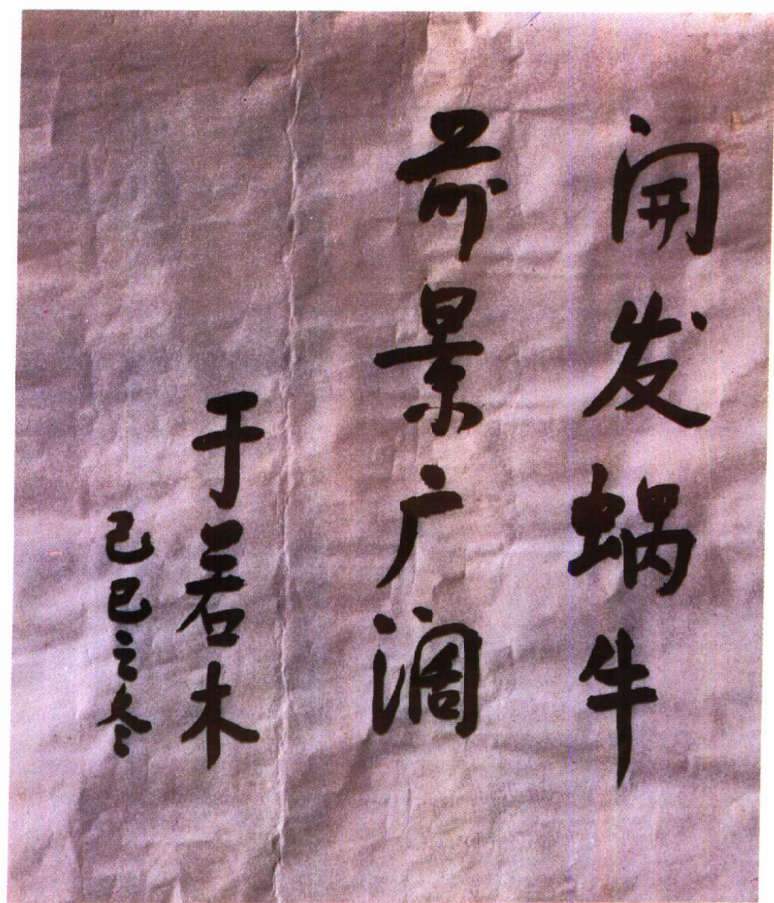
中国商业出版社出版发行
新华书店总店科技发行所经销
一二〇二工厂印刷

787×1092毫米 32开 2.875印张 彩页6面 64千字

1990年10月第1版 1990年10月第1次印刷

印数：1—5000册 定价：2.10元

ISBN 7-5044-0617-1/TS·98



于若木题字

前 言

近年来，随着我国国际交往和旅游事业的日益发展，蜗牛肴已成为一些酒家、饭店餐桌上的美味佳肴。为了更好地开发和利用蜗牛这一高蛋白、低脂肪，含有多多种氨基酸和人体有益酶的食品，我编写了这本小册子，这是本人探讨蜗牛食用方法的一些体会，愿借此起个抛砖引玉的作用。

蜗牛肴是当今风靡世界的四大名菜之一，蜗牛肉是目前国际市场上紧俏的保健食品，其营养价值较高，是高血压患者的优质动物蛋白质来源，对痔疮、哮喘等疾病有一定的食疗作用，是一种值得大力推广的食品。蜗牛肉做为一种食品，已逐渐被人们认识并接受，随着我国消费水平的提高及饮食习惯的改变，蜗牛菜肴终将以款式多样，成为我国烹饪百花园中的一朵奇葩。本书较详尽地介绍蜗牛的一般常识，蜗牛的初加工和各种烹调方法，其中列举四川、广东、福建、台湾及西餐等风味的蜗牛肴达70款，内容备有冷、热、汤等类菜，可自由组配成蜗牛宴席，也可独立穿插于其它种类的宴席中。

1989年11月，我国著名的食品营养专家于若木同志参观视察了漳州蜗牛开发公司，了解了当今蜗牛的养殖和食用开发后，题写了“开发蜗牛，前景广阔”八个大字，肯定了发展蜗牛这条路子。《蜗牛菜及烹调法》一书的出版，为今后中国蜗牛的开发和利用，迈出了坚实的一步。

在本书的编写过程中，得到康汉民、叶亚彬、陈金池、

郭凤金、谢全文等同志和漳州宾馆龙池餐厅、漳州蜗牛开发公司有关同志的热情鼓励和大力支持，特别是陈建根先生为本书的出版提出了许多宝贵意见，并校正了原稿，在此一并致谢。由于本人水平有限，书中难免存在着缺点、疏漏，甚至可能还有错误之处，恳切希望广大读者、行家不吝指正。

张进辉

1989年12月于漳州



蜗牛锅饼

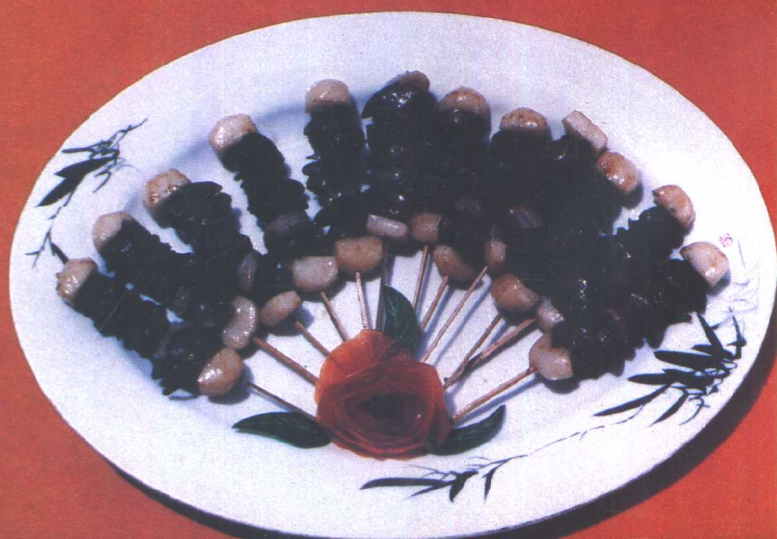
菇怀蜗牛





麻辣蜗牛片

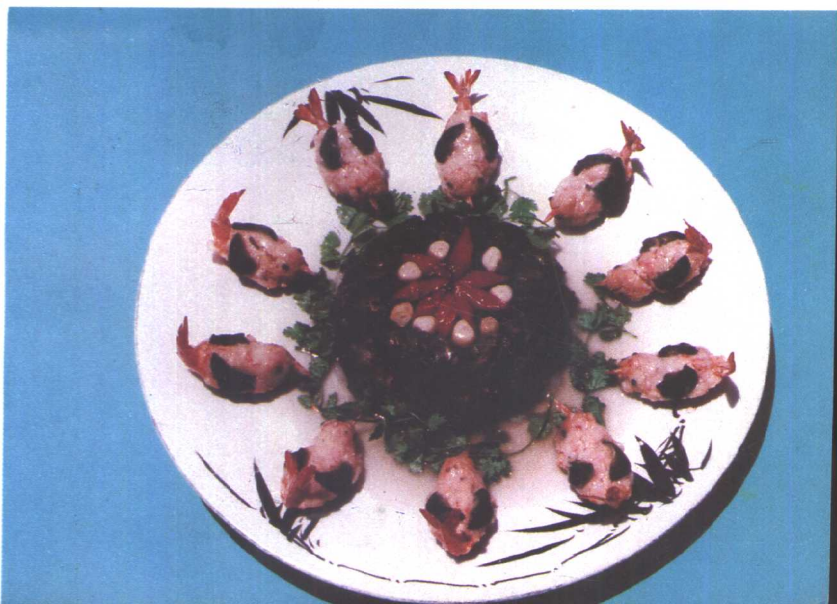
蜜汁蜗牛串

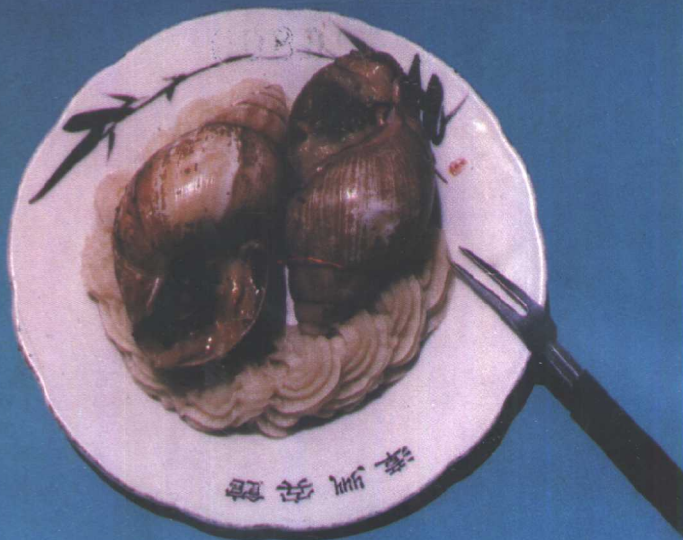




百花映蜗牛

黄鹂戏蜗牛





法式焗蜗牛

鸡茸蜗牛汤



目 录

第一章 蜗牛概述	(1)
一、蜗牛的习属.....	(1)
二、蜗牛的经济价值.....	(6)
三、鲜活蜗牛的初加工.....	(12)
四、烹制蜗牛肴应注意的几个问题.....	(13)
五、开发蜗牛肴的意义.....	(17)
第二章 蜗牛烹调法实例	(18)
一、冷菜类.....	(18)
卤蜗牛.....	(18)
盐水蜗牛片.....	(19)
凉拌蜗牛丝.....	(19)
五香冷蜗牛.....	(20)
水晶蜗牛肫.....	(21)
熏蜗牛串.....	(22)
炸蜗牛.....	(23)
二、爆炒类.....	(23)
爆炒蜗牛片.....	(23)
银芽蜗牛丝.....	(24)
台湾炒螺肉.....	(25)
蚝油蜗牛片.....	(26)
葱爆蜗牛.....	(27)
糟香蜗牛.....	(27)

炒树螺·····	(28)
香辣蜗牛·····	(29)
滑蛋蜗牛·····	(30)
宫爆蜗牛·····	(30)
麻辣蜗牛·····	(31)
咖喱蜗牛·····	(32)
三、炸菜类·····	(33)
芋茸炸蜗牛·····	(33)
蛋泡炸蜗牛·····	(34)
芝麻蜗牛·····	(35)
炸菠萝蜗牛·····	(35)
板炸蜗牛·····	(36)
贴肉蜗牛·····	(37)
腐皮蜗牛卷·····	(38)
奶油蜗牛球·····	(39)
蜗牛锅饼·····	(40)
酥皮玛瑙盒·····	(41)
炸蜗牛卵·····	(42)
四、蒸菜类·····	(43)
原盅蒸酿蜗牛·····	(43)
菇怀蜗牛·····	(44)
百花映蜗牛·····	(45)
珍珠蜗牛·····	(46)
原笼粉蒸蜗牛·····	(46)
荷叶蒸蜗牛·····	(47)
网油蜗牛卷·····	(48)
五、汤菜类·····	(49)

当归汽锅蜗牛.....	(49)
荷包蜗牛汤.....	(50)
清汤蜗牛卵.....	(51)
酸辣蜗牛汤.....	(51)
鸡茸蜗牛羹.....	(52)
沙茶蜗牛锅.....	(53)
蜗牛生锅.....	(54)
六、其它菜类.....	(55)
黄鹌戏蜗牛.....	(55)
干煸蜗牛丝.....	(56)
椒盐蜗牛.....	(57)
蜜汁蜗牛串.....	(58)
糖醋蜗牛.....	(59)
红烧蜗牛.....	(60)
沙茶蜗牛.....	(60)
蒜香蜗牛.....	(61)
陈皮蜗牛.....	(62)
春白蜗牛.....	(63)
烤蜗牛方.....	(64)
薯茸烤蜗牛.....	(65)
烧酒螺.....	(66)
煮灰螺.....	(66)
七、西菜类.....	(67)
蜗牛沙拉子 (Snails mayonnaise salad)	(67)
炸蜗牛鞑靼少司 (Fried snails with Tartar sauce)	(68)
汉堡蜗牛 (Hamburger snails)	(69)

红酒烩蜗牛 (Snails stewed in red wine)	(70)
罐焖蜗牛 (Braised snails in crock)	(71)
焖蜗牛 (Braised snails)	(72)
法式焗蜗牛 (Snails au gratin, French style)	(73)
奶油烤蜗牛 (Roasted snails in cream sauce)	(74)
蔬菜蜗牛汤 (Snails vegetable soup)	(75)
洋葱蜗牛汤 (Onion soup with snails)	(76)
奶油蜗牛汤 (Cream of snails soup)	(77)
附一: 蜗牛宴菜单二则	(79)
附二: 名词解释	(81)

第一章 蜗牛概述

一、蜗牛的习属

蜗牛是一种陆生螺类，在动物学上属软体动物门、腹足纲、肺螺亚纲、柄眼目。现已知全世界蜗牛大约有 2.5 万多种，分布于全球各地（见表 1），特别是阴暗、潮湿、腐殖质多的湿热地带，但也有极少数蜗牛生存在特殊的环境中，如埃及沙漠蜗牛和墨西哥蜗牛同生活在极干燥的沙漠地带，而阿尔卑斯山的蜗牛却生存在冰天雪地里。据称，世界上最大

表 1 主要蜗牛品种在世界的分布表

法国苹果蜗牛	法国、捷克斯洛伐克、奥地利、瑞士、匈牙利、德意志联邦共和国、波兰、罗马尼亚、阿尔巴尼亚、南斯拉夫、保加利亚、苏联、丹麦、瑞典、英国、比利时、卢森堡、荷兰、意大利
意大利庭园蜗牛	意大利、法国、西班牙、南斯拉夫、希腊、埃及、塞浦路斯、利比亚、葡萄牙、比利时、荷兰、英国、美国、墨西哥、澳大利亚及非洲大部
褐云玛瑙蜗牛	中国、印度尼西亚、印度、泰国、菲律宾、日本、太平洋群岛及非洲大部
土耳其蜗牛	土耳其、罗马尼亚、南斯拉夫、意大利
土耳其亚达那蜗牛	土耳其的亚达那省南部

的蜗牛是非洲东部一带的细纹阿非利加蜗牛，其壳长达18厘米，宽8厘米，重约500多克；最小的蜗牛是一种叫虹蛹螺的小生命，它也是蜗牛大家族中的一员，长仅0.3毫米，生活在土壤里。

从外表看来，蜗牛构造极为简单，只分为螺壳和软体二部分，但其内部却包藏着许多复杂的器官，以及整个神经系统。蜗牛的头部位于软体的前端，在其头部有二对敏感的、可伸缩的触角，其中的一对大触角顶端长有一对眼睛，蜗牛的眼睛视力很差，但它能感觉光的明暗，能辨别昼夜，并具有嗅觉功能的特殊本领。蜗牛的二对触角犹如盲人的拐杖，在爬行时，当触角触及到物体或遇到刺激时，触角能自末端向内卷缩，再慢慢伸展出来，即会改变方向爬行。蜗牛的嘴长在头部的下面，在口缘的两旁有二对大、小唇瓣，摄食时，从左右蚕食。蜗牛的足部肌肉十分发达，平时缩在壳里，在爬行或觅食时才伸出壳外。蜗牛在爬行时，是靠足部的软体象吸盘一样吸附在物体表面，并靠软体的伸缩而不断前进的。在其足部有一眼足腺，此腺能分泌出蜗牛粘液，也称之为蜗牛涎液，所以蜗牛爬过的足迹能留下一条条银白色的、干涸了的蜗牛涎线，我们通常能顺着蜗牛的涎线找到它们的藏身之处。蜗牛的粘液能保持足部湿润，在爬行中有润滑的作用，并可减少爬行时的阻力，以及防止蚂蚁和昆虫等的侵害。

在蜗牛壳里，还包藏着一整套消化、呼吸、循环、排泄、生殖、肌肉和神经系统。

蜗牛的消化系统由口腔、咽头、食道、嗉囊、胃肠、直肠和肛门构成。当饲料由蜗牛口食入，经牙齿磨碎，由胃、肠吸收后，再由肛门排出粪便。蜗牛的粪便是种很好的肥

料，同时也可用来饲养红蚯蚓。蜗牛是牙齿最多的一种动物，据称一只普通的蜗牛约有14 100多颗细小的肉牙。它的肉牙位于口腔腹面，分成100多行排列，有点类似于锉刀的样子，靠其底部附近舌牵引肌的伸缩，使牙齿频繁活动，从而把食物磨碎。

蜗牛的呼吸主要靠肺，肺由布满血管的外套膜构成。外套膜位于螺壳的顶部，它是蜗牛身体背侧皮肤的衍生物，由表皮、结缔组织和少量的肌肉纤维组成。在外套膜的前端右侧，有一个长形的开口与外界相通，称为呼吸孔。蜗牛靠呼吸孔吸入空气，经外套膜吸取氧气，排出二氧化碳；同时，蜗牛的呼吸孔能感觉空气中的温度，这就是蜗牛的整个呼吸系统。

循环系统的主要器官是心脏。心脏的构造为一心耳一心室，外部有层围心膜包裹着，当血液由肺（外套膜）吸取氧气后，流入心室，再由心室送出，经动脉流至蜗牛的各个器官，然后再流经肺部，血液就是这样循环的。蜗牛的血液呈青绿色，这是因为血液中含有铜元素，铜元素经氧化后变成氧化铜，也就呈青绿色了。铜元素与铁元素一样，氧化后都具有输送氧气的功能。

蜗牛排泄系统的主要器官是肾脏，肾脏附在外套膜的背面，其左右侧与心脏相邻，右边与纵向的盲肠前部平行，从肾分出肾血管，血液由肾血管流入肾脏。肾脏的主要功能是起过滤的作用，能吸收血液中有用的物质，并能排泄出其它无用的废物。

蜗牛的生殖系统由两性腺、两性管、蛋白卵腺、受精囊、阴道、阴茎等部分构成。蜗牛大都雌雄同体，异体交配，雌雄共同的生殖孔在蜗牛右大触角稍后部，是属于较低等动