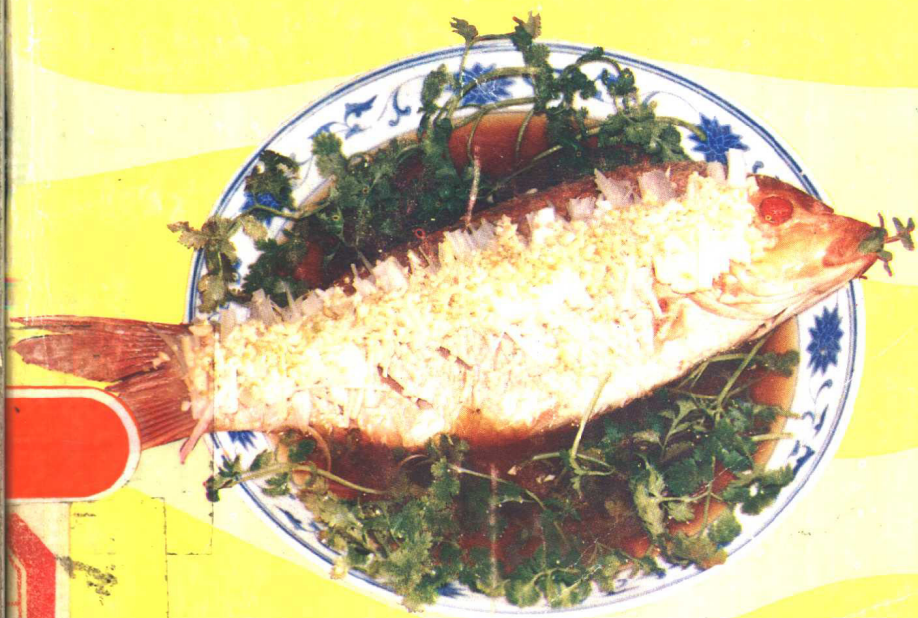


丁导生 编 著

聚餐



工业出版社

鱼 餐

丁导生 编著

轻工业出版社

内 容 提 要

本书是一本专门介绍水产品烹调的水产菜谱,全书共分六节:一、海珍品类(137种),二、虾类(133种),三、蟹类(59种),四、螺贝类(97种),五、鲑、墨鱼及鳖等(62种),六、鱼类(336种)。

书中除具体介绍了各式菜肴的加工制作方法和特点外,还附录介绍了水产动物的宰杀和初步加工以及水产品的营养成分。

本书收集资料比较齐全,内容非常丰富,菜式多种多样。

本书可作为烹饪专科学校的教学参考书,也可作为宾馆、饭店、酒家、餐厅的炊事工作人员和广大家庭的辅助参考书。

鱼 餐

丁导生 编著

*

轻工业出版社

(北京广安门南滨河路25号)

陕西激光照排所排版

解放军七二二六厂印刷

新华书店北京发行所发行

各地新华书店经售

850×1168 毫米 17/32 印张:10.24/32 插页:2 字数:416千字

1988年5月 第一版第一次印刷

印数: 定价:5.20元

ISBN7-5019-0081-7/TS · 0049

前 言

我国的烹调技艺历史悠久,作为我国灿烂文化的一部分在世界上享有很高的声誉,它具有强烈、绚丽、多彩的民族特色,所以各国人民多喜吃中国菜,到我国旅游者,均以能尝到我国名菜为荣。

我国一向以“山珍海味”来比喻丰盛的筵席菜肴。其中海味、水产品尤为我国人民所喜爱,俗话说“无鱼不成席”。喜庆佳节,招待宾客无不以鱼上席来象征宴席的丰盛和“吉庆有余”。“有鱼”是吉利语“有余”的谐音,所以喜宴都少不了鱼。

近年来世界各国人民在饮食方面也重视吃鱼,这是因为它味道鲜美,营养丰富,是一种高蛋白、低脂肪的食品,容易为人体消化和吸收,对人的健康十分有益。人们为了减肥和防止心血管病,少吃肉,多吃鱼已成为他们饮食的趋向。因此,目前世界各地的“鱼餐馆”、“海鲜酒家”、“水产饭店”应运而生,生意兴隆,座无虚席。

在国内随着国民经济的发展,人民的生活水平日益提高,人们对饮食的要求也逐渐提高,吃鱼也将成为风尚。加上旅游业的发展,沿海开放城市的“海鲜酒家”犹如雨后春笋地涌现,所以当前研究鱼品的营养美食法,已是形势发展的需要。

我国是水产品产量丰富的国家(水产总产量名列世界第三),因品种繁多,味道各异,经过历代烹调大师们的创制,各地区均已积累了丰富的制作精良、味道鲜美的水产菜谱。这对满足今后国内外美食家们的要求,提供了丰厚的物质与技术基础。

笔者是个吃鱼的爱好者,因为个人的兴趣,多年来收集了我国传统的、民间的和流传到国外的水产菜谱几千种。现在为了适应世界上吃鱼的潮流,从中筛选出具有典型制法的菜谱 824 种提供给全国各旅游中心、宾馆、酒家及烹调爱好者参考。希望在此基础上创制出更多的水产名菜来,为我国烹调事业增添光彩。

为了使大家对制作鱼餐的原料有所了解,在各类菜谱前,对各原料的生产、特性、对人体的作用等作了简要的介绍。水产品的活养、宰杀、加工有它特殊的方法,故在附录中编写了“水产品活养宰杀和初步加工”。另外还附录了“水产品的营养成分表”,均供大家参考。



脆皮炸蟹钳



五香马鲛块



青椒墨鱼花



什锦虾球



酥炸鱼条



干烧鱼

目 录

一、海珍品类(137 种)

1. 白烧大翅·····	(4)
2. 通天鱼翅·····	(4)
3. 凤吞翅·····	(5)
4. 红烧鱼翅·····	(7)
5. 凤尾鱼翅·····	(8)
6. 桂花鱼翅·····	(8)
7. 黄烧绣球鱼翅·····	(9)
8. 砂锅鱼翅·····	(10)
9. 烂鸡鱼翅·····	(11)
10. 鸳鸯鱼翅·····	(12)
11. 蟹肉琵琶翅·····	(13)
12. 蟹黄鱼翅·····	(14)
13. 三丝鱼翅·····	(14)
14. 蚕丝鱼翅·····	(15)
15. 雪花鱼翅·····	(17)
16. 鸭包鱼翅·····	(18)
17. 焖鱼翅卷·····	(19)
18. 燕菜大扒翅·····	(19)
19. 银针桂花鱼翅·····	(20)
20. 清汤鱼翅丸·····	(21)
21. 清炖鱼翅·····	(22)
22. 全鸡散翅·····	(23)
23. 鸡茸海参·····	(24)
24. 蝴蝶海参·····	(25)

25. 绣球海参·····	(26)
26. 葱烧海参·····	(27)
27. 红炖全参·····	(27)
28. 砂锅炖乌参·····	(28)
29. 奶汤海参·····	(29)
30. 芙蓉海参·····	(30)
31. 什锦海参·····	(30)
32. 扒海参·····	(31)
33. 乌参卧雪·····	(32)
34. 鸽蛋大乌参·····	(32)
35. 丸子白托参·····	(33)
36. 扒酿海参·····	(34)
37. 龙眼海参·····	(35)
38. 和合大乌参·····	(36)
39. 狮子刺参·····	(37)
40. 响铃海参·····	(37)
41. 虾球海参·····	(38)
42. 元鱼烧海参·····	(39)
43. 鲍鱼海参·····	(40)
44. 淡菜扒刺参·····	(40)
45. 蟹黄海参·····	(41)
46. 酸菜海参·····	(42)
47. 清炖鸡参汤·····	(42)
48. 酸辣海参羹·····	(43)
49. 麻酱乌石参·····	(43)
50. 沙茶海参·····	(44)
51. 虾子海参·····	(45)
52. 鲜菱拌海参片·····	(45)
53. 蒲菜拌海参·····	(46)

54.蜜浸乌石参·····	(46)
55.清甜乌石参·····	(47)
56.凤冠鲍鱼·····	(47)
57.蛤蟆鲍鱼·····	(48)
58.葵花鲍鱼·····	(49)
59.锅塌鲍鱼盒·····	(50)
60.金银鲍块·····	(51)
61.百合鲍片·····	(52)
62.原壳鲍鱼·····	(52)
63.明珠酥鲍·····	(53)
64.芙蓉鲍鱼汤·····	(54)
65.香花鲍鱼·····	(54)
66.龙井鲍鱼·····	(55)
67.原汁鲍鱼·····	(56)
68.清汤鲍鱼·····	(56)
69.麻酱酥鲍·····	(57)
70.瓢鲍鱼·····	(58)
71.干烧紫鲍·····	(58)
72.芦笋鲍鱼·····	(59)
73.鸡胗鲍鱼·····	(59)
74.三鲜鲍鱼·····	(60)
75.调羹鲍鱼汤·····	(61)
76.蚝油凤足鲍·····	(62)
77.鸡蓉鲍鱼·····	(63)
78.花菇岩鲍·····	(63)
79.溜鲍鱼片·····	(64)
80.发菜鲍鱼·····	(65)
81.鲍鱼鸡翼·····	(65)
82.通心粉煨鲍鱼·····	(66)

83. 凤凰鱼肚	(66)
84. 荷花鱼肚	(67)
85. 卷筒鱼肚	(68)
86. 百花鱼肚	(69)
87. 余鱼肚卷	(70)
88. 口蘑炖广肚	(70)
89. 银白鱼肚	(71)
90. 三鲜鱼肚	(72)
91. 鸡块鱼肚	(73)
92. 鹅掌扒广肚	(73)
93. 鸡皮鱼肚	(74)
94. 肉末鱼肚	(75)
95. 鸡茸鱼肚	(75)
96. 糟烩广肚蛋白	(76)
97. 黄烧仔鱼肚	(77)
98. 蟹黄鱼肚	(78)
99. 发菜鱼肚	(78)
100. 清炖鱼肚	(79)
101. 鸡汁广肚	(79)
102. 麻酱鱼肚	(80)
103. 红焖鱼肚	(80)
104. 绣球干贝	(81)
105. 玉环干贝	(82)
106. 雪球干贝	(83)
107. 水晶干贝	(83)
108. 芙蓉干贝	(84)
109. 萝卜筒干贝	(84)
110. 鸡茸干贝	(85)
111. 干贝四丝	(85)

112. 干贝跑蛋·····	(86)
113. 桂花干贝·····	(87)
114. 红烧干贝·····	(87)
115. 酒蒸干贝·····	(88)
116. 蒜子干贝·····	(88)
117. 牡丹干贝汤·····	(89)
118. 干贝松·····	(90)
119. 雪红鱼唇·····	(90)
120. 红烧鱼唇·····	(91)
121. 酸辣鱼唇·····	(92)
122. 鸡汁鱼唇·····	(92)
123. 红炖鱼唇·····	(93)
124. 红扒鱼唇·····	(93)
125. 鸡茸鱼唇·····	(94)
126. 蚝油扒鱼唇·····	(95)
127. 肉米鱼唇·····	(96)
128. 砂锅糟蛋鱼唇·····	(96)
129. 鱼唇烧粉条·····	(97)
130. 刀鱼鱼唇·····	(97)
131. 蟹黄烩鱼唇·····	(98)
132. 佛跳墙·····	(99)
133. 海杂烩·····	(100)
134. 海烩全丝·····	(100)
135. 南排杂烩·····	(101)
136. 清汤全家福·····	(102)
137. 海味冬瓜盅·····	(103)

二、虾类(133 种)

1. 锦绣龙虾·····	(106)
2. 生蒸龙虾·····	(107)

3.手撕龙虾·····	(108)
4.香汁焗龙虾·····	(108)
5.陈香龙虾片·····	(109)
6.鸡肝龙虾卷·····	(109)
7.生烤龙虾·····	(110)
8.琵琶大虾·····	(111)
9.珍珠虾排·····	(112)
10.灯笼明虾·····	(113)
11.罗汉大虾·····	(114)
12.鼓板大虾·····	(114)
13.龙母蟠桃·····	(115)
14.三片敲虾·····	(116)
15.两吃大虾·····	(116)
16.棒棒凤尾虾·····	(117)
17.香炸金腿虾·····	(118)
18.水晶虾球·····	(119)
19.太极明虾·····	(119)
20.两色大虾·····	(120)
21.白汁龙眼虾·····	(121)
22.干烧大虾·····	(122)
23.炸凤尾大虾·····	(122)
24.清蒸明虾·····	(123)
25.炸蛋白虾·····	(123)
26.炸瓢全虾·····	(124)
27.茄汁大虾·····	(125)
28.脆炸大虾·····	(125)
29.干煎虾碌(段)·····	(126)
30.油攒大虾·····	(127)
31.豉汁蒸明虾·····	(127)

32. 油爆明虾·····	(128)
33. 烤明虾·····	(128)
34. 油焖大虾·····	(129)
35. 芙蓉梅花虾·····	(130)
36. 炒凤尾虾·····	(130)
37. 五彩凉拌虾·····	(131)
38. 盐水虾·····	(132)
39. 提菜虾排·····	(132)
40. 五彩明虾·····	(133)
41. 北葱明虾·····	(134)
42. 桃花泛·····	(134)
43. 生菜明虾·····	(135)
44. 碧绿鸡虾球·····	(136)
45. 菜花炒虾球·····	(136)
46. 咖喱明虾球·····	(137)
47. 茄汁明虾球·····	(138)
48. 芙蓉虾球·····	(138)
49. 彩丝明虾球·····	(139)
50. 散翅虾球·····	(140)
51. 氽鸡茸虾球·····	(141)
52. 锅贴虾饼·····	(141)
53. 水晶虾饼·····	(142)
54. 炸月光饼·····	(143)
55. 芙蓉虾茸·····	(144)
56. 虾珠扣白玉·····	(144)
57. 炸虾球·····	(145)
58. 核桃虾丸·····	(146)
59. 龙井捶虾汤·····	(147)
60. 炆明虾片·····	(147)

61. 瓜姜虾片·····	(148)
62. 生虾片·····	(149)
63. 水晶虾片·····	(149)
64. 浮油虾片·····	(150)
65. 鸳鸯鸡虾片·····	(150)
66. 鸡肝炒虾片·····	(151)
67. 生菜拌虾片·····	(152)
68. 炒菠萝虾片·····	(152)
69. 银芽炒虾线·····	(153)
70. 玻璃明虾·····	(154)
71. 果汁锅贴虾·····	(154)
72. 煎酿虾扇·····	(155)
73. 苹果虾·····	(156)
74. 金线虾塔·····	(157)
75. 酥炸虾盒·····	(158)
76. 锅贴虾塔·····	(159)
77. 宝塔明虾·····	(159)
78. 燕子归巢·····	(160)
79. 枇杷虾·····	(161)
80. 荷包金鲤虾·····	(162)
81. 芝麻明虾·····	(163)
82. 网油虾塌·····	(163)
83. 全金鲤虾·····	(164)
84. 百花凤凰卷·····	(165)
85. 腐皮虾卷·····	(166)
86. 原汁虾卷·····	(166)
87. 明虾蛋卷·····	(167)
88. 清汤虾卷·····	(168)
89. 香酥明虾卷·····	(168)