



毛家饭店

王曾建题

中华餐饮名店
中国餐饮百强
中国连锁百强
全国绿色餐饮企业
中国烹饪协会会员
中国连锁经营协会会员
湖南省著名商标



毛家菜

范例制作



湖南地图出版社 作者：谭召群





中华餐饮名店
中国餐饮百强
中国连锁百强
全国绿色餐饮企业
中国烹饪协会会员
中国连锁经营协会会员
湖南省著名商标



毛家菜制作范例

作者：谭召群

湖南地图出版社

图书在版编目(CIP)数据

毛家菜制作范例/谭召群著. —长沙: 湖南地图出版社,
2007.3

ISBN 978-7-80552-679-9

I. 毛… II 谭… III. 菜谱—湘潭市 IV. TS972.182.643

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第039362号

总 策 划: 陈萍

编委会名誉主任: 汤瑞仁

编 委 会 主 任: 谭召群

编委会副主任: 谭添三 庄少华 廖胜仁

谢建军 胡海源

编 委 会 成 员: 谢树安 钟 敏 陆义信

谭清明 谭协群 钟依群

郑 义 陈海宾 夏小虎

丁柳生 陈少游 沈文智

刘 杰 袁 叶 谭 波

刘光明 卢建军 宋淑根

作 者: 谭召群

出版发行策划人: 胡海源

毛家菜制作范例

作 者: 谭召群

出版发行: 湖南地图出版社

社 址: 长沙市韶山中路693号

邮 编: 410007

经 销: 全国各地新华书店

印 刷 厂: 长沙长大成彩色印刷有限公司

开 本: 889×1194 1/16

印 张: 11

字 数: 200千

版 次: 2007年3月第1版

印 次: 2007年3月第1次印刷

印 数: 5000

书 号: ISBN 978-7-80552-679-9/K·675

定 价: 平装 294.00元(套) 收藏 28800.00元(套)

版权所有·盗版必究

本书法律顾问: 湖南万和联合律师事务所李健律师

郑 重 声 明: 版权所有, 盗印必究, 举报有奖。

律师维权热线: 13508494647 湖南律师服务网www.hn48.com



中华餐饮名店
中国餐饮百强
中国连锁百强
全国绿色餐饮企业
中国烹饪协会会员
中国连锁经营协会会员
湖南省著名商标

创世纪品牌 做中国名店



韶山毛家饭店原处毛泽东同志故居对面，由曾受到毛主席亲切接见的族媳汤瑞仁女士于1987年创办。二十年来，毛家饭店不断创新，先后在国内外开设了百余家特许加盟连锁店，成为弘扬湘菜走向全国的领军品牌。毛家饭店和汤瑞仁还受到各级党和政府的多次表彰，被中央电视台、人民日报等国内外许多新闻媒体广泛宣传报道，名声响彻大江南北，成为一个蕴含历史与文化的中式餐饮品牌，原中央领导王首道同志亲笔为毛家饭店题写了店名。1995年，“毛家”商标在国家工商局进行了商标注册，2002年被认定为“湖南省著名商标”，2005年开始积极申办“中国驰名商标”。

韶山毛家饭店还相继被中国烹饪协会、中国连锁经营协会吸收为会员单位，并荣获“中华餐饮名店”、“全国绿色餐饮企业”等称号。2003年起，韶山毛家饭店发展有限公司先后跨入“中国餐饮百强企业”和“中国连锁百强企业”行列。



地址：湖南省韶山市韶山冲
加盟热线：0731-5829728 13707999897
<http://www.maojiafandian.com>



毛家食品有限公司

企业简介



我们深信我们的产品和服务会为您创造良好的市场机会和建立特色美味的口碑，并由此收获您期待的市场回报和价值。

毛家食品有限公司主要生产毛家特色的腊味、酱、炖、卤食品、辣椒、调味品和为全国各连锁店采购配送各种特色菜肴的原材料、相关毛家文化的纪念品等200多个产品。

毛家食品有限公司坐落在中国二大鱼米之乡江西和湖南的交界城市：江西萍乡高新技术园，紧邻320国道、湘赣铁路和沪瑞高速公路。公司占地46亩，拥有全套现代化的生产设备和专业人员，依托湘赣二个农业大省丰富的绿色生态资源，毛家食品以“绿色、生态、环保、优质、低价”为经营理念，力创“人无我有，人有我优，人优我廉”之市场准则，为全国各毛家连锁店成功配送了一批又一批市场反响热烈，销售势头优良，消费者非常青睐的特色食品和原料，为毛家品牌的成功发展作出了基础性的贡献，受到了各连锁店的广泛好评。

公司现有食品生产厂、配送中心等部门，食品专业技术人员20余人，并与南昌大学、湖南省农业大学食品科技学院和相关专业食品研究机构建立了紧密的战略协作关系和合作研发关系，并在北京、上海建立了自己的市场技术与信息网络。

“生产一代，开发一代，研究一代”，毛家食品以市场为核心，以创新为根本，每年新产品不断推出，让全国毛家的餐桌上四季常新，特色飘香。

毛家食品，真情与您创造美味时光！

毛家食品，好口味赢来好心情！



江西省萍乡市高新技术工业园北区
邮编：337000
电话：0799-6778326
传真：0799-6778336
原材料订购电话：0731-5985428





图为原中央领导王首道同志亲笔为“毛家饭店”题写店名

毛家饭店

王首道題



德藝
厚精



譚召群廚藝大師之

丙戌年春日

丁廣茂書



作者简介



谭召群，1969年出生，大专文化，全国优秀厨师，从事烹饪专业20余年。师从中国烹饪大师、湘菜大师谭添三先生。曾担任过多家大酒店行政总厨、出品总监。2000年担任毛家饭店发展有限公司厨管部部长和出品技术总监。挖掘整理开发出如“酸辣鸡、将军鸭、江山一片红……”等700多道创新菜，形成了一套整体的毛家菜系。建立毛家厨师培训基地，负责整个毛家菜系统的厨师培训，先后为全国各地输送毛家菜厨师达两千多人。

在全国、省、市各种烹饪大赛中荣获多项奖，其中金牌两枚，金奖、二等奖、三等奖多个。并被“红厨帽国际餐饮联盟”授予“烹饪艺术家”称号。2006年经中国烹饪协会组织专家评审团考核，被认定为“中国烹饪名师”。其研制的江山一片红的标准鱼头酱、酱烤系列、葱油辣酱等专用调料已获国家科技成果奖。

序言

毛家菜，源自伟人毛泽东同志故里——韶山。韶山，一座钟灵毓秀的江南村庄。或许是沾天地之灵气，聚日月之精华，在这里生息着的人们勤劳朴实，聪颖睿智，集千年之精气神，孕育了一代天骄——人民的领袖毛泽东。是他改写了中国的历史，推动了世界历史的进程。全世界每年数以万计的人来到这里瞻仰、观光、学习。各国的一些专家、学者仍在潜心地研究集政治、军事、哲学、文学于一体的毛泽东思想，同时也包括他的日常饮食。确实，毛泽东的胸怀胆略气壮山河，他的丰功伟绩光昭日月。就是这样一位伟人，而他的日常生活却保持着中国农民朴实的本色，粗茶淡饭，一生喜食农家院舍菜，猪肉内蛋，江河鱼虾水产，山野香蕈和炸腊制品，似粗拙而质朴，不假饰而纯真，是浓郁浑厚的山乡风味。主席曾幽默地说过：“吃红烧肉可以美容。”“不吃辣椒不革命”所以湘菜是以酸辣味重为特色的。

1959年，毛主席回韶山韶山，来到了近邻汤瑞仁家中做客（汤瑞仁女士系毛主席族姪），与之亲切交谈了一番，留下了一张珍贵的历史照片。1987年，汤瑞仁女士为了接待好毛主席的客人，宣扬毛主席的丰功伟绩，创办了毛家饭店，原中央领导王首道同志亲笔为毛家饭店题写了店名。

毛家菜，如红烧肉、火焙鱼、豆豉辣椒、米粉蒸肉、红烧寒菌、韭菜炒河虾、冬笋炒腊肉……等等，就是这样一些“下里巴人”的菜式，可是百姓的菜，平民的菜。大凡中、小型餐馆初始，将这样一些菜式定位于市场，作为市场的切入点是具致胜之道。也许是挟领袖之威名，藉名人之效应，毛家饭店从韶山逐步走向全国，现有百余家特许经营连锁店，成为弘扬湘菜文化走向全国的领军品牌。2002年被认定为“湖南省著名商标”，2005年开始积极申办“中国驰名商标”。2003年起，毛家饭店先后踏入“中国餐饮百强企业”和“中国连锁百强企业”行列。

随着我国经济的腾飞，人民生活水平的不断提高，餐饮业已成为国民经济的支柱产业，全国餐饮年销售总额已过一万亿元，与GDP比值已达5%以上。人们的消费观念也在不断更新，要求饮食“绿

色、环保、营养、安全”。毛家饭店的高层领导及技术精英在不断地探索，除了运用现代化企业管理手段外，创办了物流生产配送基地。要发展必须创新。作为毛家饭店发展有限公司厨管部部长和出品技术总监的谭百群先生责无旁贷地肩负起了这一责任，通过几年的不懈努力，重新整理和挖掘，为毛家菜开发出“酸辣鸡、将军鸭、江山一片红、毛家鱼膳王、石锅桂鱼肚、毛家红烧肉……”等700多道创新菜，形成了一套整体的毛家菜系。毛家菜系列菜谱丛书在各级领导及同行前辈朋友的支持关注和帮助下，即将陆续出版与读者见面，这将是毛家饭店发展有限公司的一个新起点，有助于公司的进一步壮大发展，有助于毛家菜风格的规范和统一，有助于向产业化道路迈进。“无湘不成军”，湘湘美味享誉大江南北，豪任湘军驰骋纵横天下，湘菜出湘，飘香全国，走向世界将是必然……。

2007年新年伊始，在政协九届五次会议上，委员陈敏《制订湘菜产业规划的建议》得到省委书记张春贤的高度重视，即日批示：“同新、泰皮同志，可制订完善湘菜产业规划，加强湘菜产业基地建设，打造湘菜产业的知名品牌。”两会（人大、政协）刚结束，春贤书记又来到省会长沙的一些湘菜企业进行调研、座谈，并强调：重视和发展湘菜产业刻不容缓，要努力寻求新的突破，做大做强湘菜产业。提出在发展规划，培育产业集群，延伸产业链，优化发展环境，人才队伍建设五个方面怎样突破指示得非常具体。这是史无前例的，有省委、省政府领导的高度支持和关怀，广大从事湘菜产业的人们如沐春风，将极大地激励他们奋力拼搏，为发展湖南经济、富民强省作出新的贡献。

“风雨送春归，飞雪迎春到，已是悬崖百丈冰，犹有花枝俏。”湘菜繁花似锦。姹紫嫣红的春天已经到来。

谭添三

2007年春·长沙

序言撰稿人系中国烹饪师，湘菜大师。现任省烹协名厨专业委员会秘书长。

目 录

毛家红烧肉.....	1
江山一片红.....	2
铁盔将军鸭.....	3
红军长征鸡.....	4
农家火焙鱼.....	5
毛家臭豆腐.....	6
油焖烟笋丝.....	7
野山椒牛肉丝.....	8
剁辣椒蒸鱼头.....	9
毛家粉丝.....	10
孜然寸骨.....	11
井冈山豆皮.....	12
红烧武昌鱼.....	13
韶山竹林.....	14
虎歇坪牛肝菌.....	15
年糕炒腊肉.....	16
尖椒炒猪皮.....	17
酸辣炒脆骨.....	18
红烧米豆腐.....	19
毛家小炒肉.....	20
小炒仔山羊.....	21
家常煎豆腐.....	22
开胃酱肘子.....	23
毛家口味蛇.....	24
毛家开胃鱼头.....	25
双味坛子肉.....	26
金牌豆腐.....	27
风味烤牛柳.....	28
乳扇排骨.....	29
光明脆鹅肠.....	30
泡椒炒鲜鱿.....	31
红烧水鱼裙.....	32
毛家木盆菜.....	33
四季豆焖鸭掌.....	34
纸包排骨.....	35
簸箕金沙虾.....	36
毛家酱猪手.....	37
秘制大黄鳝.....	38
霸王福寿螺.....	39
飘香鳝丝.....	40

韶山风车.....	41
石锅脆皮豆腐.....	42
石锅田鸡.....	43
鸡血焖鸡杂.....	44
开胃黄鸭叫.....	45
腊八豆蒸腊肉.....	46
剁椒蒸芋仔.....	47
豆豉辣椒蒸腊鸡.....	48
豆辣蒸小火焙鱼.....	49
豆辣蒸排骨.....	50
开胃黑骨乌鸡.....	51
口味神鞭.....	52
盐菜扣猪手.....	53
干锅农家土鸡.....	54
支前上车.....	55
双火明炉鸭.....	56
瓦片荷包蛋.....	57
木桶手撕牛肉.....	58
平锅香味羊肉.....	59
木桶香味鸡.....	60
农家小炒肉.....	61
攸县香干炒肉.....	62
小炒鸡杂.....	63
酸菜炒小笋.....	64
黄瓜皮炒大肠.....	65
香辣串烧虾.....	66
小炒基围虾.....	67
小炒腰花.....	68
黄焖羊肉.....	69
辣椒腊豆腐.....	70
萝卜干炒腊肉.....	71
韭菜焖豆腐.....	72
小炒黄牛肉.....	73
汤妈妈黄粉钵.....	74
口味辣猪肝.....	75
家乡抱腌鱼.....	76
腊八豆炒仔鸭.....	77
韭菜炒河虾.....	78
茶油煨土鸡.....	79
白辣椒炒腊舌尖.....	80

毛家酸汤牛蛙.....	81
毛家霸王鸭.....	82
农家鲮鱼.....	83
铜盆手撕兔.....	84
干锅茶树菇.....	85
平锅葱香鱼腩.....	86
铁板纸包鲈鱼.....	87
香干腊肉钵.....	88
原汁龙王鸡.....	89
铜锅香辣蟹.....	90
茶王脆皮虾.....	91
玫瑰萝卜炒肚条.....	92
瓦片四季豆.....	93
瓦片肥肠.....	94
瓦片腰花.....	95
瓦片苦瓜.....	96
木桶腊驴肉.....	97
石板田鸡.....	98
平锅土豆片.....	99
平锅鲢鱼仔.....	100
平锅酱茄子.....	101
平锅猪脆骨.....	102
风味烤鲫鱼.....	103
竹香鲈鱼.....	104
竹香土肉.....	105
青菜钵.....	106
农家全家福.....	107
芋头煨牛腩.....	108
红煨猪脚钵.....	109
三丝芦荟仙人掌.....	110
酱汁排骨.....	111
泡椒佛手黄喉.....	112
金猴味玉丝.....	113
农家干菜钵.....	114
鸿运水鱼王.....	115
浓汤钙骨煲.....	116
毛家迷踪蛇.....	117
农家稻香蛙.....	118
酸蚕豆炖肉丸.....	119
芙蓉鱼蛋.....	120

吊锅焖笋腊肉	121
干锅带皮黄牛肉	122
纸锅鸡汁明笋	123
干锅黄鸭叫	124
干锅肥肠	125
风吹武昌鱼	126
四星望月	127
干锅脆皮豆腐	128
干锅腊肉肉	129
干锅白萝卜	130
干锅桂鱼仔	131
干锅麻花蟹	132
干锅莴笋腊肉	133
吊锅煎豆腐	134
糊辣浸鲈(桂)鱼	135
香辣掌中宝	136
藿蒿炒腊肉	137
香炒腊猪心(肚)	138
蟹黄豆腐	139
冬笋腊招财	140
青椒炒仔排	141
手撕火焰鱼	142
蒸腊味三宝	143
鸡汁萝卜片	144
圆笼糯香骨	145
红枣百合蒸南瓜	146
茶油蒸腊肠	147
豆辣蒸香干	148
石灰水蒸蛋	149
豆豉辣椒蒸鱼	150
木桶蒸猪手	151
竹筒粉蒸排骨	152
毛家粉蒸肉	153
梅菜蒸扣肉	154
小炒腊三丝	155
五谷庆丰登	156
冰镇芥兰菜	157
芋仔煨鸭	158
尖椒煨牛蹄	159
喜庆哈哈笑	160



毛家红烧肉

Maojia hongshaorou

一、原 料

1. **主料**：带皮五花肉750克。
2. **配料**：干豆角20克、蒜子20克、姜20克、葱20克、大料10克。
3. **调料**：花生油500克、白糖20克、精盐5克、鸡精2克、啤酒半瓶、食油50克、黄酒少许。

二、制 作 方 法

1. 将五花肉猪肉烙毛刷洗干净，放入冰箱冷冻定型，改刀成3.5厘米的正方形块。
2. 炒锅上火放油，烧至八成热时，放入改刀的五五花肉炸至金黄色，去掉油脂待用。
3. 炒锅放水适量，下入白糖，炒成糖色，出锅待用，下入香料煸香。（即大料）和姜葱，放入炸好的五花肉翻炒，加入啤酒、糖色水，调好味，装入高压锅中，把肉质压紧，大火炖15分钟冲水过凉后，把肉倒出，上下翻过再上高压锅炖15分钟，使颜色和入味达到均匀，凉后捞出香料，收汁，装入垫有入味的干豆角的特制的罐中加上入味的蒜子即成。

三、特 点

色泽红亮，肥而不腻，具有浓郁的酱香味，器具独特体现了红烧肉的不同风格。



江山一片红 Jiangshan yipianhong

一、原 料

1. **主料：**鲮鱼头1个约1000克。
2. **配料：**鲜红椒 200克、姜片 10克、葱10克。
3. **调料：**食盐5克、味精5克、鸡精5克、蚝油30克、猪油100克、料酒20克、毛家鱼头专用酱180克、(剁椒酱)调料包50克、紫苏叶3克。

二、制 作 方 法

1. 从背部剖开鱼头，去鳃、鳞、鳍洗净，撒入食盐、味精、蚝油、加饭酒，紫苏垫底。脸部朝上扒开装盘。
2. 鱼头酱和调料包倒入碗中搅匀，盖在鱼头上，鲜红椒去蒂、去籽，切成5厘米长、4厘米宽的大块，盖在鱼头上。加入葱、姜，上蒸笼蒸12分钟左右出锅，淋上滚油，撒上葱花即成。

三、特 点

鲜嫩爽口，原汁原味，色彩艳丽，红亮耀眼。

注：（毛家专用鱼头酱即江山一片红所用的剁椒，是毛家独创的调料，用独特的配方制成）



铁盔将军鸭

Tie kui jiang jun ya

一、原料

1. **主料：**净老水鸭1000克。
2. **配料：**葱5克、姜5克、草果4克、白扣4克、香料适量、干椒20克。
3. **调料：**辣妹子20克、李锦记海鲜酱15克、李锦记豆瓣15克、食盐5克、味精5克、鸡精5克、生抽5克、黄酒5克、啤酒、色拉油500克、（实耗120克）。

二、制作方法

1. 净水鸭去毛去内脏，清洗干净，改刀成4厘米宽、5厘米长的方块，留头、脚、翅，冲水除白脂。
2. 把水份压干，用生抽、黄酒、姜、葱腌制7小时左右。
3. 炒锅上油烧至八成热，下入鸭块，待鸭稍红亮时，捞出沥油待用。
4. 炒锅上火加入食油少许，下入香料、干椒煸香，放鸭块翻炒，下上例调料酱、黄酒、啤酒、高汤，大火烧开，小火煨制50分钟左右出锅，鸭块选出，汤汁留用。
5. 炒锅上火，加入特制的红油，下入改刀的干红椒煸香，下入鸭块翻炒，加入原汤收汁，装入独特器具中整形，撒上熟芝麻即成。

三、特点

色泽红亮造形美观，香辣可口，入味十足，同时体现了辣椒的特点。



红军长征鸡

Hong jun changzheng ji

一、原料

1. **主料**：仔土鸡750克。
2. **配料**：贡丸20克、鸡油15克、毛家特制剁椒辣酱75克、葱5克、姜5克、蒜5克。
3. **调料**：味精5克、盐3克、鸡汤30克、陈醋10克、豉油5克、花雕酒5克、财神蚝油3克。

二、制 作 方 法

1. 把上仔鸡去内脏，洗涮干净，改刀成5厘米长，3厘米宽的长方块，留头、翅、脚、加入盐、味精、豉油、花雕酒、财神蚝油、陈醋、和毛家特制的剁椒辣酱入味腌制15分钟待用。
2. 贡丸改刀成两半，蒜子去头尾，姜切指甲片丁，葱切花待用。
3. 把入味的鸡块放入器皿中，鸡翅、头、摆成鸡形，周围围入贡丸、加蒜子、姜、加入毛家特制剁椒辣酱，淋上鸡油，鸡汤，上蒸笼蒸40分钟左右即成。

三、特 点

鸡肉酥烂，汁浓味鲜，香辣可口。