

“十一五”国家重点图书

共青团中央青农部 组编



风味小吃集锦

王兰柱 编著



农村读物出版社
中国农业出版社



新农村新青年文库

风味小吃集锦

共青团中央青农部 组编

王兰柱 编著

农村读物出版社
中国农业出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

风味小吃集锦 / 共青团中央青农部组编; 王兰柱编著.
北京: 农村读物出版社, 2007. 1
(新农村新青年文库)
ISBN 978 - 7 - 5048 - 5007 - 2

I. 风... II. ①共...②王... III. 食谱—中国 IV.
TS972. 142

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 158655 号

责任编辑 赵 勤

出 版 农村读物出版社 (北京市朝阳区农展馆北路 2 号 100026)
中国农业出版社
发 行 新华书店北京发行所
印 刷 中国农业出版社印刷厂
开 本 850mm×1168mm 1/32
印 张 7.25
字 数 180 千
版 次 2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月北京第 1 次印刷
定 价 9.70 元

(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

《新农村新青年文库》编委会

主 任：

陶 宏 共青团中央青农部部长

刘增胜 中国农业出版社总编辑

副主任：

林 青 共青团中央青农部副部长

王立健 共青团中央青农部副部长

曹孟相 中国农业出版社副总编辑

成 员：

宁 澈 卫 洁 韩丽萍 蒋 华

刘冠宇 周承刚 张 豪

丛 书 前 言

党中央从全面落实科学发展观、构建社会主义和谐社会的战略高度，提出了建设社会主义新农村的重大战略举措，为我国新农村建设勾画了美好蓝图。伟大的时代成就非凡的事业，美好的前程激励不懈的追求。建设社会主义新农村，为广大农村青年发挥聪明才智、实现人生理想提供了广阔舞台和难得机遇。要在新的时代中建功立业，广大农村青年就必须着力提高文化科技素质，切实增强就业创业技能，积极培养市场经营能力，努力成为“有文化、懂技术、会经营”的新一代农村青年，这也是社会主义新农村建设和构建社会主义和谐社会的基础工程和重要任务。

竭诚服务青年是共青团一切工作的出发点和落脚点。努力服务广大农村青年实现增产增收、成长成才，关系当前，牵动长远。当前，共青团中央正全力实施“青春建功新农村行动”，重点推进服务农村青年转移就业创业、农村青年中心建设和乡村青年文化建设等工作，对引导农村青年积极服务社会主义新农村建设提出了具体



要求，推出了具体举措，取得了阶段性良好效果。为进一步满足广大农村青年日益增长的生产生活和学习成才的迫切需求，共青团中央青农部以“关注焦点、瞄准致富点、找准需求点、抓住热点、切入视点”为原则，编辑出版“十一五”国家重点图书——《新农村新青年文库》，包括和谐家园、发展生产、劳动力转移、科普宣传、文化教育、自主创业、小康生活、生态环保等八方面内容的100本书。冀此服务和帮助广大农村青年进一步丰富知识，开阔视野，增长才干，带头倡树文明健康积极向上的时代新风尚，踊跃投身社会主义新农村建设和社会主义和谐社会建设，为全面建设小康社会，为实现中华民族的伟大复兴，奉献青春、智慧和力量，努力谱写出新一代“我们村里的年轻人”的奋斗之歌。

关于小吃

小吃是早点、夜宵、茶食或席间的点缀，也是茶余饭后消闲遣兴的方便食品。中国小吃的历史十分悠久，而且品种丰富，具有传统文化特色。

小吃，原称小食。经历代少数民族小吃与汉族小吃的相互融和，又增加了大量新的品种。从欧洲传来的面包和各种西式糕点，经过消化吸收也成为中国小吃的一部分。因此，历代小吃名品不断脱颖而出。如魏晋南北朝时有髓饼、水引饅飢；隋唐时有元宵、麻团、包子、饺子；宋代有薄脆、月饼、油炸馓子；元代有烧卖、剪花馒头；明清时有藏粢、臊子肉面、煎堆、粉馓、光饼、豌豆黄、饽饽等。发展至今，品种已在数千种以上。

中国小吃品种繁多，制作精巧，大多数小吃都极具地方特色。这些品种多选用当地的优质原料，适应了民间的饮食风俗和大众的口味嗜好，与各大菜系的风味特色也有直接联系。所以“南米北面，北咸南甜，川辣粤鲜”等在小吃中都有体现。

如北京小吃具有汉民风味、清真风味和宫廷风味的特色；山东文化发达，是儒家文化的发祥地，小吃以面食为主；山西素有面食之乡的称谓，包括晋式面点、面



类小吃和山西面饭三大类，其品种不下 500 余种；河南地处黄河中下游，这里的九朝故都洛阳和宋代京城汴梁（开封），是南北小吃荟萃之地；陕西是周、秦、汉、隋、唐等 11 个王朝建都的地方，又是丝绸之路的起点，故较早吸收了各民族小吃的风味，挖掘、继承了古代宫廷小吃的技艺，因而品种繁多，风味各异；上海小吃在传统品种的基础上，汇集了各地小吃的精华，不断改进提高而逐渐形成了规模，具有精细、小巧、风味多样等特点；江苏小吃极富江南特色，品种多，技艺精，造型巧和口味全，并形成南京夫子庙、苏州玄妙观、无锡崇安寺、南通南大街等小吃群；四川素有天府之国之称，各地的风味小吃数不胜数；广东小吃分小吃（指小店和街边摊档经营的米面食品）和点心（指茶楼、酒家经营的茶市食品）。

除此之外，各少数民族的特色小吃，也极其丰富多彩，如满族的萨其玛；回族的油香、麻酱烧饼；维吾尔族的馕、烤包子、手抓饭；蒙古族的肉饼、馅饼；白族的米线；朝鲜族的打糕、冷面等。

遍及全国的节令食品，如春节的饺子、年糕，元宵节的元宵（汤圆），立春的春饼，清明节的青团，端午节的粽子，中秋节的月饼，十二月初八的腊八粥等，也都各具特色，反映出节令食品小吃的风味流派各异。

编者

2006 年 12 月

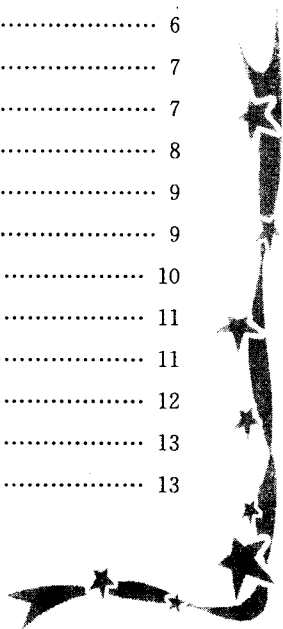


目 录

丛书前言

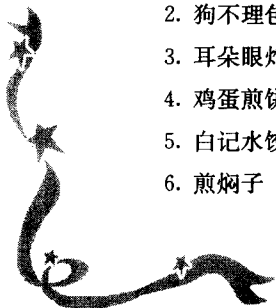
关于小吃

一、北京风味小吃	1
1. 焦圈	1
2. 蜜麻花	2
3. 豌豆黄	3
4. 艾窝窝	4
5. 炒肝	4
6. 茶汤	5
7. 卤炸豆腐	6
8. 锅贴	6
9. 灌肠	7
10. 漏鱼	7
11. 姜汁排叉	8
12. 开口笑	9
13. 豆汁	9
14. 烧卖	10
15. 驴打滚	11
16. 奶油炸糕	11
17. 豆腐脑	12
18. 老豆腐	13
19. 油茶	13





20. 面茶	14
21. 白汤杂碎	14
22. 爆肚	15
23. 羊肉杂面	15
24. 京东肉饼	16
25. 糖火烧	16
二、上海风味小吃	18
1. 上海蟹壳黄	18
2. 南翔小笼馒头	19
3. 小绍兴鸡粥	19
4. 马拉糕	21
5. 火腿萝卜丝饼	22
6. 素菜包	23
7. 擂沙圆	23
8. 鸽蛋圆子	24
9. 雪菜肉丝面	25
10. 开洋葱油拌面	26
11. 阳春面	26
12. 肉丝炒年糕	27
三、天津风味小吃	28
1. 嘎巴菜	28
2. 狗不理包子	29
3. 耳朵眼炸糕	30
4. 鸡蛋煎饼果子	30
5. 白记水饺	31
6. 煎焖子	32





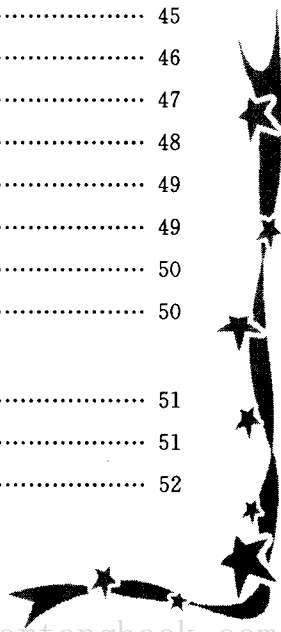
7. 江米红枣粽子	32
8. 什锦烧饼	33
9. 贴饽饽熬小鱼	34
10. 天津油炸蚂蚱	34
11. 石头门坎素包	35
12. 喇嘛糕	36
13. 十八街麻花	37

四、四川风味小吃

1. 四川凉面	39
2. 担担面	39
3. 赖汤圆	40
4. 川北凉粉	41
5. 龙抄手	42
6. 夫妻肺片	43
7. 灯影牛肉	44
8. 酸辣粉	45
9. 小笼粉蒸牛肉	46
10. 宜宾燃面	47
11. 鲜肉榨菜蛋烘糕	48
12. 三大炮	49
13. 莲蓉层层酥	49
14. 烫面油糕	50
15. 三合泥	50

五、广东风味小吃

1. 鸡仔饼	51
2. 广式月饼	52





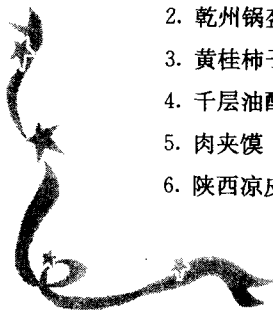
3. 蒸娥姐粉果 53
4. 虾肉云吞 54
5. 脆皮春卷 54
6. 蛋黄莲蓉包 56
7. 干蒸蟹黄烧卖 56

六、江浙风味小吃 58

1. 三丁大包 58
2. 宁波汤圆 59
3. 什锦八宝饭 59
4. 艾青团子 60
5. 细沙粽 61
6. 苏式黑麻椒盐月饼 61
7. 片儿川面 62
8. 虾爆鳝面 63
9. 五色重阳糕 63
10. 猪油年糕 64
11. 嘉兴鲜肉粽子 65
12. 蟹黄汤包 66
13. 千层油糕 67

七、陕西风味小吃 69

1. 牛（羊）肉泡馍 69
2. 乾州锅盔 71
3. 黄桂柿子饼 72
4. 千层油酥饼 73
5. 肉夹馍 73
6. 陕西凉皮 74





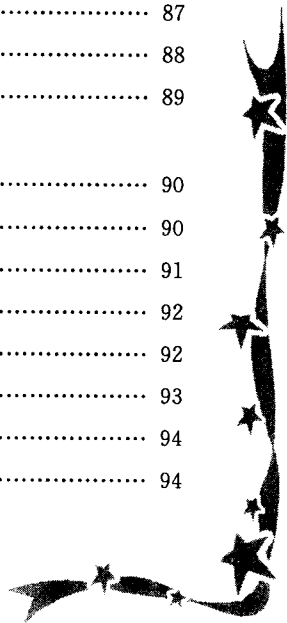
7. 宝鸡豆腐包子	76
8. 春发生葫芦头	77
9. 羊肉粥	78
10. 胡麻饼	79

八、云南风味小吃

1. 青苔童鸭豆豉	80
2. 小锅卤饵块	80
3. 云南过桥米线	81
4. 都督烧卖	83
5. 大理砂锅鱼	83
6. 玫瑰米凉虾	84
7. 开远小卷粉	84
8. 梅花青豆糝	85
9. 虎掌金丝面	86
10. 汽锅鸡	86
11. 抓抓粉	87
12. 太师饼	88
13. 蒙自年糕	89

九、广西风味小吃

1. 桂林卤味米粉	90
2. 马肉米粉	91
3. 玉林肉蛋粉	92
4. 南宁生榨米粉	92
5. 南宁老友面	93
6. 肉粽	94
7. 五色糯米饭	94





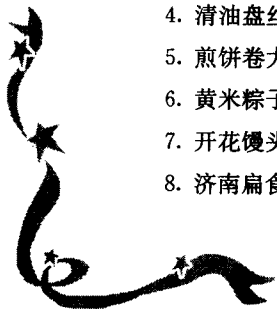
8. 柳州螺蛳粉 95
9. 梧州冰泉豆浆 96
10. 南宁风味炒田螺 96
11. 桂林马蹄糕 97
12. 漓江鱼头酸笋汤 97
13. 玉林牛巴 98

十、贵州风味小吃 99

1. 肠旺面 99
2. 丝娃娃 100
3. 遵义豆花面 101
4. 荷叶糍粑 102
5. 太师面 102
6. 米豆腐 103
7. 恋爱豆腐 104
8. 贵阳鸡肉饼 104
9. 遵义黄粑 105
10. 鸡肉汤圆 106

十一、山东风味小吃 107

1. 鸡肉糝 107
2. 羊肉汤 108
3. 周村烧饼 108
4. 清油盘丝饼 109
5. 煎饼卷大葱 110
6. 黄米粽子 111
7. 开花馒头 112
8. 济南扁食 112





9. 福山拉面	113
---------------	-----

十二、山西风味小吃

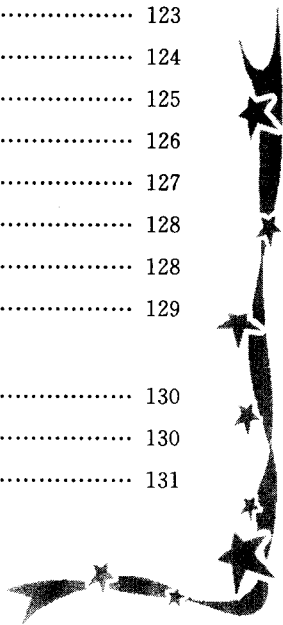
1. 刀削面	114
2. 莜面栲栳	115
3. 拨鱼	115
4. 牛(羊)肉蒸饺	116
5. 头脑	116
6. 帽盒	117
7. 羊杂割	118
8. 平遥熟牛肉	118
9. 茶食	119

十三、河南风味小吃

1. 开封灌汤包	121
2. 炸馓子	122
3. 炒三不粘	123
4. 内黄灌肠	124
5. 胡辣汤	125
6. 小焦杠油条	126
7. 枣锅盔	127
8. 勺子馍	128
9. 鸡蛋布袋	128
10. 八宝馒头	129

十四、新疆风味小吃

1. 新疆抓饭	130
2. 新疆抓饭烧卖	131





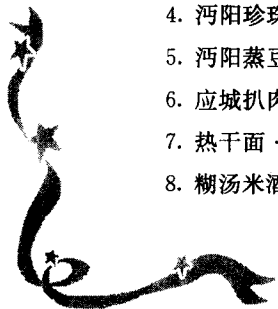
3. 新疆琉璃葡萄 132
4. 油塔子 132
5. 烤包子 132
6. 米肠子和面肺子 134
7. 新疆葡萄雪鸡 134
8. 南疆水晶无花果 135
9. 纳仁 135
10. 烤馕 136

十五、湖南风味小吃 137

1. 姊妹团子 137
2. 宝庆猪血丸子 138
3. 湘味方肉 138
4. 东安子鸡 139
5. 椒盐馓子 139
6. 红烧猪脚 140
7. 潇湘五元龟 140
8. 洪江鸭血耙 141

十六、湖北风味小吃 142

1. 武汉酸白菜 142
2. 沔阳粉蒸肉 142
3. 麻城肉糕 143
4. 沔阳珍珠圆 143
5. 沔阳蒸豆腐圆 144
6. 应城扒肉 144
7. 热干面 145
8. 糊汤米酒 146





- 9. 三鲜豆皮 146
- 10. 掉渣烧饼 147

十七、安徽风味小吃 149

- 1. 绿豆煎饼 149
- 2. 大救驾 149
- 3. 徽州饼 150
- 4. 豆腐脑髓 151
- 5. 三河米饺 151
- 6. 徽州状元饭 152
- 7. 笼糊 153
- 8. 素炒里脊丁 153
- 9. 示灯粑粑 154
- 10. 豆腐凤尾三球 155
- 11. 雪月银球 156
- 12. 耿福兴酥烧饼 156
- 13. 无为送灶粑粑 157
- 14. 屯溪醉蟹 158
- 15. 五香辣味牛肉干 159
- 16. 庐江小红头 159
- 17. 蝴蝶面 160
- 18. 六安酱鸭 160

十八、福建风味小吃 162

- 1. 沙茶猪肉面 162
- 2. 八宝芋泥 162
- 3. 蛎饼 163
- 4. 鼎边糊 164

