

百味厨房

爽口凉拌菜

Shuangkou
Liangbancai

800

例

为提高人们的生活质量，丰富百姓餐桌，我们编写了“百味厨房丛书”。书中的每道菜均列出详细的材料、调料、制作方法，还有贴心的小提示。您只要按照书中的方法操作，就可以在自家的厨房中为自己和亲人作出一道道营养丰富、美味可口的佳肴。

雨田 主编



北京科学技术出版社

爽口凉拌菜

800例

STYLISH
EATING BOOK



爽口凉拌菜 800 例

雨 田 主编

北京科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

爽口凉拌菜 800 例/雨田主编. -北京:北京科学技术出版社,
2007.6

(百味厨房丛书)

ISBN 978-7-5304-3536-6

I. 爽… II. 雨… III. 凉菜-菜谱 IV. TS972.121

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第054517号

爽口凉拌菜800例——百味厨房

主 编: 雨 田

责任编辑: 宗 石

封面设计: 清水设计工作室

出 版 人: 张敬德

出版发行: 北京科学技术出版社

社 址: 北京西直门南大街 16 号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086-10-66161951 (总编室)

0086-10-66113227 0086-10-66161952 (发行部)

电子信箱: bjkjpress@163.com

网 址: www.bkjpress.com

经 销: 新华书店

印 刷: 保定市中国画美凯印刷有限公司

开 本: 720mm×1020mm 1/16

字 数: 320 千

印 张: 16.5

版 次: 2007 年 6 月第 1 版

印 次: 2007 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5304-3536-6/Z·1181

定 价: 112.00 元 (全套 4 本)



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。

京科版图书, 印装差错, 负责退换。



编 委 会

主 编 雨 田

副主编 孟士信 郑 晖

编 委 (按姓氏笔画排列)

马贵荣 于长江 刘 欣

刘 钧 冯鸣山 曲双春

孙 楠 李美宝 张学成

赵思德 赵云辉 雷雨辰

霍少敏



目 录

一、肉 类

风 肉	(1)	青虾肉丝	(8)
封 肉	(1)	松子熏肉	(8)
腊 肉	(1)	什锦拼盘	(9)
酱 方	(2)	松子肉糕	(9)
醉 肉	(2)	东江肉卷	(9)
酒卤肉	(2)	云子凉卷	(10)
陈皮肉	(3)	肉丝拌蜇头	(10)
香糟肉	(3)	炆肉丝青笋	(10)
叉烧肉	(3)	海带拌肉丝	(10)
荔枝肉	(4)	拌肉丝白菜	(11)
白切肉	(4)	酱瓜氽肉片	(11)
凉拌肉	(4)	烤酱豆腐肉	(11)
杏干肉	(4)	里脊丝拌粉皮	(12)
冻肉糕	(5)	桂花风干里脊	(12)
炸肉片	(5)	蒸排骨	(12)
肉花卷	(5)	桂花排骨	(12)
家乡咸肉	(6)	排骨肉冻	(13)
风干肉片	(6)	蜜饯排骨	(13)
蒜泥白肉	(6)	香糟排骨	(13)
白氽肉片	(7)	盐水排骨	(14)
五味白肉	(7)	糖醋排骨	(14)
玫瑰肉干	(7)	无锡酱排骨	(14)
芝麻肉丝	(7)	金橘糖排骨	(15)

水晶肘	(15)	西芹口条	(26)
酱肘花	(15)	盐水口条	(26)
风味肘子	(16)	卤汁猪心	(26)
砂仁肘子	(16)	酱猪尾	(26)
珍珠肘子	(16)	白肚	(27)
蒜泥冻肘	(17)	柴把肚	(27)
绿豆肘子	(17)	脆肚仁	(27)
芥末水晶肘	(17)	拌肚丝	(27)
芥末拌肘子	(18)	炆肚块	(28)
天福号酱肘	(18)	酿猪肚	(28)
肘肉拌黄瓜	(18)	八宝大肚	(28)
酱猪手	(19)	蛋黄肚片	(29)
糟猪蹄	(19)	水晶肚头	(29)
绿豆猪蹄	(19)	芥末肚丝	(30)
香糟猪手	(20)	盐水肚丝	(30)
猪蹄黄豆	(20)	盐水猪肚	(30)
蹄花黄豆冻	(20)	椒麻肚丝	(30)
肉皮冻	(21)	芹菜拌肚丝	(31)
芥末四丝	(21)	红油拌猪肚	(31)
拌肉皮丝	(21)	麻酱红油肚丝	(31)
五味皮丝	(21)	酱大肠	(32)
麻辣肉皮	(22)	熏肥肠	(32)
五彩水晶冻	(22)	九转大肠	(32)
酱猪头	(22)	五彩大肠	(33)
白切猪头	(23)	熏灌肥肠	(33)
腊味猪头	(23)	炆腰花	(34)
拌猪耳	(23)	凉拌猪腰	(34)
烧猪耳	(24)	酒香腰丝	(34)
红油猪耳	(24)	姜丝炆腰花	(34)
麻辣耳丝	(24)	腰片拌生菜	(35)
凉拌猪耳	(24)	芝麻酱拌腰片	(35)
拌猪耳榨菜	(25)	酱 肝	(35)
腊口条	(25)	卤猪肝	(35)
酱猪舌	(25)	炆肝片	(36)



烤猪肝	(36)	陈皮牛肉	(47)
盐水猪肝	(36)	干拌牛肉条	(47)
红油猪肝	(36)	牛肉拌双丝	(47)
蒜茸猪肝	(37)	牛肉瓢红枣	(48)
椒麻猪肝	(37)	五香牛肉卷	(48)
猪肝拌菠菜	(37)	麻辣牛肉丝	(48)
猪肝拌黄瓜	(38)	芝麻牛肉干	(49)
熏脑花	(38)	麻辣牛肉干	(49)
怪味肺片	(38)	咖喱牛肉干	(49)
五香心肺片	(39)	香酥炸牛肉	(50)
蒜 肠	(39)	脆炸牛肉丸子	(50)
香 肠	(39)	拌牛肚	(50)
粉 肠	(40)	五香牛肚	(51)
香小肚	(40)	葱油牛肚	(51)
肉 枣	(40)	拌牛百叶	(51)
肉 松	(41)	酱牛舌	(52)
鸡蛋肉	(41)	蒜泥牛舌	(52)
什锦拼盘	(41)	面酱拌牛舌	(52)
葱丝火腿肠	(42)	酱牛蹄筋	(52)
牛肉干	(42)	水晶牛筋花	(53)
腊牛肉	(42)	牛脑泥	(53)
烤牛肉	(42)	烧羊肉	(53)
卤牛肉	(43)	手抓羊肉	(54)
煨牛肉	(43)	红曲羊肉	(54)
酱牛肉	(43)	白水羊肉	(54)
酥腱子	(44)	香酥羊肉	(55)
炸鹅脖	(44)	葱拌羊肉	(55)
牛肉丸子	(44)	白切羊头肉	(55)
五香牛肉	(45)	酱羊蹄	(56)
凉拌牛肉	(45)	芥末肚丝	(56)
白水牛肉	(45)	酸辣肚丝	(56)
盐水牛肉	(46)	爆羊腰	(57)
烤牛肉片	(46)	炆羊肝	(57)
如意肉卷	(46)	蒜泥羊肝	(57)

羊肝排叉	(57)	五香兔丁	(60)
羊杂碎	(58)	麻辣兔丝	(60)
拌羊糕	(58)	椒盐兔片	(61)
五彩羊糕	(58)	葱熘兔肉	(61)
美味羊糕	(59)	凉拌兔肉丝	(61)
五香兔	(59)	五香兔肉	(62)
兔肉松	(59)	蒜泥拌驴肉	(62)
熏兔肉	(60)	蒜泥狗肉	(62)

二、禽蛋类

冻 鸡	(63)	水晶封鸡	(70)
油 鸡	(63)	三色鸡丝	(70)
熏 鸡	(63)	什锦鸡丝	(70)
醉 鸡	(64)	玻璃鸡丝	(71)
香蒸鸡	(64)	怪味鸡丝	(71)
烤全鸡	(64)	怪味鸡片	(71)
冷烧鸡	(65)	四味鸡丝	(71)
姜汁鸡	(65)	鸡丝豆芽	(72)
清蒸鸡	(65)	鸡丝拉皮	(72)
白油鸡	(66)	仔姜鸡脯	(73)
假凤鸡	(66)	麻辣鸡片	(73)
盐水鸡	(66)	椒麻鸡片	(73)
白斩鸡	(66)	酸辣鸡片	(73)
葱油鸡	(67)	软炸鸡条	(74)
鸡肉松	(67)	栗子鸡冻	(74)
鸡肉卷	(67)	粉皮鸡片	(74)
炸鸡块	(68)	菠萝鸡片	(75)
拌鸡丝	(68)	芥末鸡片	(75)
拌双丝	(68)	番茄鸡丁	(75)
什锦冻	(68)	红油鸡丁	(75)
炸鸡脯	(69)	五味鸡块	(76)
荷香雏鸡	(69)	椒麻鸡块	(76)
糟香嫩鸡	(69)	芥末鸡块	(76)



姜汁鸡块	(77)	腊鸭腿	(87)
红油鸡块	(77)	拌鸭掌	(87)
莴苣拌鸡丝	(77)	鸭掌冻	(88)
香椿拌鸡丝	(77)	鸭肠卷	(88)
鸡丝金针菇	(78)	姜汁鸭掌	(88)
炸咖喱鸡块	(78)	芥末鸭掌	(89)
炸椿芽鸡卷	(78)	卤 肫	(89)
菠萝芝麻鸡片	(79)	卤三件	(89)
枸杞头氽鸡片	(79)	盐水肫	(89)
茉莉玻璃鸡片	(79)	醉鸭肝	(90)
金钱鸡腿	(80)	葱辣鸭肝	(90)
酱鸡翅	(80)	凉拌肫肝	(90)
三丝凤翅	(80)	椒麻肫肝	(91)
红油鸡翅	(80)	陈皮鸭肫	(91)
香糟鸡翅	(81)	五香熏鸽	(91)
糖醋鸡翅	(81)	五香鹌鹑	(92)
卤凤爪	(81)	蛋 卷	(92)
酱鸡胗	(82)	蛋 松	(92)
鸡皮拌芹菜	(82)	冻 蛋	(92)
卤 鸭	(82)	烤 蛋	(93)
板 鸭	(83)	酥 蛋	(93)
酱 鸭	(83)	糟 蛋 (一)	(93)
水晶鸭	(83)	糟 蛋 (二)	(93)
乳汁鸭	(83)	拌三丝	(94)
盐水鸭	(84)	素五丝	(94)
琵琶鸭	(84)	炆鸡蛋	(94)
香酥鸭	(84)	茶鸡蛋	(94)
香糟鸭	(85)	酱鸡蛋	(95)
豆瓣卤鸭	(85)	溏心蛋	(95)
清蒸嫩鸭	(86)	石榴蛋	(95)
八宝水晶鸭	(86)	玛瑙蛋	(96)
麻酱菠萝鸭	(86)	炮蛋卷	(96)
杞菜鸭丝	(86)	鸡蛋花	(96)
烤鸭肉卷	(87)	鸡蛋卷	(97)

夹心蛋片	(97)	五香熏鸡蛋	(104)
黄白蛋羹	(97)	三色蛋卷片	(105)
菠菜蛋卷	(97)	蛋皮拌韭菜	(105)
酥皮蛋卷	(98)	蛋皮拌菠菜	(105)
什锦蛋卷	(98)	西红柿蛋盒	(106)
虾仁蛋卷	(98)	木耳鸡蛋饼	(106)
如意蛋卷	(99)	香酥蛋黄卷	(106)
鱼肉蛋卷	(99)	绿豆菜蛋皮丝	(107)
蟹茸蛋卷	(100)	果酱苹果蛋卷	(107)
鸡蛋肉卷	(100)	何首乌煮鸡蛋	(107)
芙蓉蛋卷	(100)	拌皮蛋	(107)
翡翠鸡蛋	(101)	两色蛋	(108)
肉茸鸡蛋	(101)	蒸皮蛋	(108)
花生焖蛋	(101)	双蛋彩拼	(108)
酒香鸡蛋	(101)	皮蛋蛋羹	(108)
五香鸡蛋	(102)	金鱼戏莲	(109)
水晶鸡蛋	(102)	菊花皮蛋	(109)
蒸三色蛋	(102)	芹菜松花	(109)
椒盐香蛋	(102)	黄瓜皮蛋	(109)
八卦彩蛋	(103)	白糖松花蛋	(110)
鸭茸彩蛋	(103)	鹌鹑蛋	(110)
四色蛋丁	(103)	熏鸽蛋	(110)
辣味什锦	(104)	芝麻鸽蛋	(110)
凉拌三丝	(104)	桃仁鸽蛋	(111)
菊花蟹黄	(104)		

三、水产海鲜类

水晶鱼	(112)	芥末鱼片	(113)
炸板鱼	(112)	凉拌鱼丝	(114)
炸鱼片	(112)	番茄鱼片	(114)
炆鱼片	(113)	椒油鱼片	(114)
红油鱼片	(113)	辣子鱼块	(114)
红油鱼丝	(113)	核桃鱼托	(115)



葱椒炆鱼片	(115)	棋子虾	(125)
芝麻鱼	(115)	爆炒河虾	(126)
豆豉鱼	(116)	香椿拌虾	(126)
风干鱼	(116)	油爆大虾	(126)
鱼鳞冻	(116)	灯笼大虾	(127)
酥 鱼	(117)	葱辣大虾	(127)
酱鲫鱼	(117)	糖炙油虾	(127)
熏 鱼	(117)	水晶虾球	(127)
五香鱼	(118)	水晶虾仁	(128)
麻辣泥鳅	(118)	椒盐虾仁	(128)
炆鳝片	(118)	虾仁蛋卷	(128)
红油墨鱼	(119)	芥末拌虾仁	(129)
五彩墨鱼丝	(119)	椒盐卤虾片	(129)
金针菇拌墨鱼丝	(119)	醉 蟹	(129)
拌群丝	(119)	姜汁蟹钳	(130)
水晶鱿鱼	(120)	黄瓜蟹肉丝	(130)
拌鱿鱼丝	(120)	西芹蟹棒	(130)
五彩鱿鱼丝	(120)	凉拌三片	(131)
香辣鱿鱼丝	(121)	川味海参	(131)
蒜酱拌鱿鱼	(121)	葱油拌海参	(131)
鲍鱼生菜	(121)	麻酱拌海参	(131)
梅花鲍鱼	(121)	红油二丝	(132)
醋拌鲍鱼	(122)	凉拌三丝	(132)
熏蒸鳗鱼	(122)	葱油海带	(132)
蜜汁熏鱼	(122)	拌海带丝	(132)
番茄鱼条	(122)	拌肉丝海带	(133)
京酱鱼条	(123)	香辣海带丝	(133)
蛋黄鱼片	(123)	凉拌海带丝	(133)
香糟带鱼	(123)	青椒海带丝	(133)
热炆鲈鱼	(124)	椒油炆海带丝	(134)
三色鱼卷	(124)	拌石花菜	(134)
煎银鱼	(124)	炆海螺	(134)
盐水虾	(125)	姜末拌海螺	(134)
炸虾排	(125)	凉拌海螺片	(135)

炆蛎黄	(135)	麻辣蜇皮	(138)
炆青蛤	(135)	海蜇金瓜丝	(138)
白蚬韭菜	(135)	香菜拌蜇头	(138)
姜汁蛤蜊	(136)	黄瓜拌海蜇	(139)
水晶蜇头	(136)	青蒜拌蜇丝	(139)
凉拌三丝	(136)	葱油蜇皮丝	(139)
芙蓉海蜇	(137)	石花菜拌海蜇	(139)
糖醋蜇皮	(137)	海蜇拌萝卜丝	(140)
佛手海蜇	(137)	海蜇丝拌海米	(140)
炆海蜇丝	(137)		

四、蔬菜类

辣白菜（一）	(141)	酱拌白菜帮	(146)
辣白菜（二）	(141)	酸白菜	(146)
三味白菜	(141)	三味酸菜	(146)
泡腌白菜	(142)	芥末酸菜	(146)
辣白菜心	(142)	梨丝白菜	(147)
糖醋三丝	(142)	泡菜（一）	(147)
咸拌菜心	(142)	泡菜（二）	(147)
拌白菜丁	(143)	酸辣菜	(147)
素拌三丁	(143)	什锦泡菜	(148)
拌腌白菜	(143)	拌卷心菜	(148)
香辣白菜	(143)	番茄菜卷	(148)
芥末菜墩	(143)	三丝菜卷	(149)
果酱菜心	(144)	姜汁菜卷	(149)
京糕菜心	(144)	辣炆白菜	(149)
三丝拌白菜	(144)	麻辣卷心菜	(150)
白菜海带丝	(144)	珊瑚卷心菜	(150)
麻酱拌菜心	(145)	海米卷心菜	(150)
酸辣白菜心	(145)	菠菜松	(150)
糖醋辣白菜	(145)	菠菜泥	(151)
酸辣白菜根	(145)	炸菠菜	(151)
暴腌白菜帮	(145)	四宝菠菜	(151)



五彩菠菜	(151)	赛香瓜	(159)
芥末菠菜	(151)	泡瓜皮	(160)
姜汁菠菜	(152)	拌黄瓜条	(160)
拌菠菜松	(152)	拌黄瓜丝	(160)
芝麻菠菜	(152)	炆黄瓜条	(160)
麻酱拌菠菜	(152)	金丝瓜卷	(161)
炆海米菠菜	(153)	姜汁黄瓜	(161)
腰花拌菠菜	(153)	辣黄瓜条	(161)
口条海米菠菜	(153)	蒜泥黄瓜	(162)
菠菜拌粉丝	(153)	酸辣黄瓜	(162)
拌生菜	(154)	香辣黄瓜	(162)
三丝生菜	(154)	脆皮黄瓜	(162)
蚝油生菜	(154)	蓑衣黄瓜	(163)
麻酱拌生菜	(154)	拌丝瓜	(163)
炆油菜	(154)	虾皮拌菜瓜	(163)
油菜酥	(155)	海米炆三样	(163)
芝麻油菜	(155)	海米黄瓜条	(163)
拌辣油菜	(155)	拌粉丝黄瓜	(164)
海米拌油菜	(155)	双丝黄瓜卷	(164)
双丁拌香椿	(156)	五丝黄瓜卷	(164)
油浇香椿	(156)	葱姜黄瓜卷	(165)
酥皮香椿	(156)	糖醋黄瓜皮	(165)
凉拌茼蒿	(156)	肉丝拌黄瓜	(165)
什锦时令菜	(157)	番茄花拼盘(荤)	(165)
干贝荠菜	(157)	番茄花拼盘(素)	(166)
拌茄子	(157)	红油瓜丁花生仁	(166)
拌茄泥	(157)	番茄冻	(166)
炸茄排	(158)	凉拌番茄	(166)
油淋茄子	(158)	糖汁番茄	(167)
清拌茄子	(158)	番茄拌黄瓜	(167)
椒泥茄子	(158)	糖拌番茄	(167)
多味茄泥	(159)	番茄碗蛋沙拉	(167)
鱼香茄丁	(159)	番茄黄瓜沙拉	(167)
拍黄瓜	(159)	拌甜椒	(168)

- | | | | |
|--------------|-------|---------------|-------|
| 拌柿子椒 | (168) | 酸辣芹菜 | (176) |
| 炆青柿子椒 | (168) | 香芹拌干丝 | (176) |
| 糖醋红椒 | (168) | 海米炆芹菜 | (176) |
| 香菜拌辣椒 | (168) | 虾子炆芹菜 | (176) |
| 海米拌柿子椒 | (169) | 椒油炆芹菜 | (177) |
| 拌苦瓜 | (169) | 拌芹菜黄豆 | (177) |
| 怪味苦瓜 | (169) | 芹菜拌红肠 | (177) |
| 海米拌苦瓜 | (169) | 凉拌什锦菜 | (177) |
| 鱼香苦瓜丝 | (170) | 花生仁拌芹菜 | (178) |
| 姜汁扁豆 | (170) | 香辣芹丁花生仁 | (178) |
| 凉拌扁豆 | (170) | 海米蒜薹 | (178) |
| 五色扁豆 | (170) | 芝麻蒜薹 | (178) |
| 清拌扁豆 | (171) | 酸辣蒜薹 | (178) |
| 腐乳扁豆 | (171) | 蒜薹五香豆 | (179) |
| 辣酱豇豆 | (171) | 椒油炆蒜薹 | (179) |
| 酸辣扁豆 | (171) | 兰花笋 | (179) |
| 蒜泥扁豆 | (171) | 炆莴笋 | (179) |
| 炆海米扁豆 | (172) | 清拌莴笋 | (179) |
| 麻辣豇豆 | (172) | 麻酱莴笋 | (180) |
| 麻酱拌豇豆 | (172) | 酸辣青笋 | (180) |
| 腌菜花 | (172) | 糖醋莴苣 | (180) |
| 炆菜花 | (173) | 香辣莴笋 | (180) |
| 拌双花菜 | (173) | 辣拌莴笋 | (181) |
| 盐水菜花 | (173) | 海米拌莴笋 | (181) |
| 番茄菜花 | (173) | 炆麻辣莴笋 | (181) |
| 海米菜花 | (174) | 凉拌海蜇莴笋丝 | (181) |
| 珊瑚菜花 | (174) | 醉笋 | (182) |
| 山楂拌菜花 | (174) | 炆笋 | (182) |
| 盐水西兰花 | (174) | 炆冬笋 | (182) |
| 拌芹菜 | (174) | 素什锦 | (182) |
| 芹菜捆 | (175) | 拌双笋 | (183) |
| 三丝芹菜 | (175) | 辣味春笋 | (183) |
| 凉拌三丝 | (175) | 荠菜春笋 | (183) |
| 海米芹菜 | (175) | 海米炆竹笋 | (183) |



拌茭白	(184)	沙 拉	(190)
油泼茭白	(184)	素沙拉	(191)
糖醋茭白	(184)	拌双丝	(191)
番茄茭白	(184)	拌土豆丝	(191)
凉拌茭白	(185)	凉拌五丝	(191)
油焖茭白	(185)	炸土豆丝	(192)
红油茭白	(185)	什锦沙拉	(192)
炆虾子茭白	(185)	鸡丁沙拉	(192)
拌蕨菜玉米笋	(186)	咖喱土豆丝	(192)
糖醋萝卜	(186)	红油土豆丁	(193)
胡萝卜干	(186)	姜汁土豆丝	(193)
芥味辣菜	(186)	泡莲藕	(193)
灯影萝卜	(187)	炆藕片	(193)
凉拌胡萝卜	(187)	炆莲藕	(193)
麻酱水萝卜	(187)	三丝莲藕	(194)
拌胡萝卜丝	(187)	五子戏莲	(194)
麻辣萝卜丝	(188)	凉拌藕片	(194)
酸辣萝卜丝	(188)	八宝坐莲	(194)
糖醋萝卜丝	(188)	糖拌藕片	(195)
糖醋胡萝卜丝	(188)	糖醋嫩藕	(195)
糖醋心里美	(188)	糖醋藕片	(195)
花生萝卜干	(188)	糖醋藕丝	(195)
红白萝卜卷	(189)	酸辣莲藕	(195)
红白萝卜丝	(189)	莲藕扇面	(196)
蓑衣水萝卜	(189)	芝麻拌藕片	(196)
拌什锦小菜	(189)	藕夹山楂糕	(196)
拌苕蓝丝	(190)	生拌荸荠	(196)
麻辣苕蓝	(190)	甜酸马蹄	(197)
椒油炆苕蓝	(190)	炸荸荠夹	(197)

五、豆、豆制品类

糖豆	(198)	椿芽拌豆腐	(205)
油酥豆	(198)	荠菜拌豆腐	(205)
麻辣豆	(198)	芹菜拌豆腐	(205)
焖五香豆	(198)	炆菜花豆腐	(205)
香椿炆豆	(198)	炆豆腐豆角	(205)
拌豆瓣沙	(199)	肉末拌豆腐	(206)
麻辣蚕豆	(199)	肉丝拌豆腐	(206)
葱香蚕豆	(199)	鸡丝拌豆腐	(206)
酸甜蚕豆	(199)	口条拌豆腐	(206)
火腿蚕豆	(200)	炆口条豆腐	(207)
油炸开花豆	(200)	虾仁拌豆腐	(207)
蒜泥拌蚕豆	(200)	海米拌豆腐	(207)
香油拌蚕豆	(200)	虾皮拌豆腐	(207)
松子蚕豆沙	(200)	海米炆豆腐	(208)
五香毛豆	(201)	虾油拌豆腐	(208)
虾油豌豆	(201)	鲜蘑拌豆腐	(208)
鱼香豌豆	(201)	炸豆腐丸子	(208)
糖醋酥豌豆	(201)	咸蛋拌豆腐	(208)
芥末豆腐	(201)	松花拌豆腐	(209)
红油豆腐	(202)	枸杞拌豆腐	(209)
珊瑚豆腐	(202)	炆什锦豆腐	(209)
酱拌豆腐	(202)	炆翡翠豆腐	(209)
锅贴豆腐	(202)	白菜丝拌豆腐	(210)
翡翠豆腐	(203)	韭菜花拌豆腐	(210)
炆三丁	(203)	豆芽菜拌豆腐	(210)
炆三白	(203)	炆豆腐花生仁	(210)
炆豆腐	(203)	竹叶青拌豆腐	(210)
豆腐盒	(204)	豆腐生菜沙拉	(211)
小葱拌豆腐	(204)	拌三丝	(211)
尖椒拌豆腐	(204)	五彩干丝	(211)
黄瓜拌豆腐	(205)	葱拌干丝	(211)