

二维码视频厨房

凉菜 / 热菜 / 大菜 / 汤羹 / 主食 / 甜品

扫一扫,“码”上学做

甘智荣 / 主编



家宴

用精致的菜肴,打动亲朋好友的心!
在家宴客其实很简单



扫一扫二维码
跟视频同步学

“码”上扫一扫

体验烹饪真人秀!

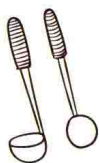
高清烹饪视频“码”上看



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

扫一扫,“码”上学做

甘智荣 / 主编



图书在版编目 (CIP) 数据

扫一扫, “码”上学做家宴 / 甘智荣主编. — 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2015. 11
ISBN 978-7-5388-8529-3

I. ①扫… II. ①甘… III. ①家宴—菜谱—中国
IV. ①TS972. 182

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第224688号

扫一扫, “码”上学做家宴

SAOYISAO, “MA” SHANG XUEZUO JIAYAN

主 编 甘智荣
责任编辑 马远洋
摄影摄像 深圳市金版文化发展股份有限公司
策划编辑 深圳市金版文化发展股份有限公司
封面设计 伍 丽
出 版 黑龙江科学技术出版社
地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 150001
电话: (0451)53642106 传真: (0451)53642143
网址: www.lkpbs.cn www.lkpub.cn
发 行 全国新华书店
印 刷 深圳市雅佳图印刷有限公司
开 本 723 mm × 1020 mm 1/16
印 张 15
字 数 220千字
版 次 2016年3月第1版 2016年3月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5388-8529-3/TS · 636
定 价 29.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

01

PART

让亲朋与美食幸福相约

- 002 ... 好食材，才能有好味道
- 004 ... “麻烦”食材怎么处理？
- 006 ... 花样切法，让菜肴更洋气、高端
- 008 ... 办好一桌家宴，你需要注意什么？
- 010 ... 家宴之礼



02

PART

凉菜，一碟清香一片凉

- 012 ... 姜汁拌菠菜
- 013 ... 黑蒜拌芹菜
- 014 ... 凉拌黄瓜条
- 015 ... 金针菇拌黄瓜
- 015 ... 黄瓜拌土豆丝
- 016 ... 凉拌爽口西红柿
- 017 ... 白菜梗拌胡萝卜丝
- 017 ... 西瓜翠衣拌胡萝卜
- 018 ... 芹菜拌白萝卜
- 019 ... 凉拌莴笋条
- 020 ... 炝拌手撕蒜薹
- 021 ... 红油魔芋结
- 022 ... 酸辣魔芋结
- 023 ... 腐乳凉拌鱼腥草
- 023 ... 凉拌秋葵
- 024 ... 亚麻籽油拌秋葵
- 025 ... 野山椒杏鲍菇
- 026 ... 清拌金针菇
- 027 ... 红油拌秀珍菇
- 028 ... 豆皮拌豆苗
- 029 ... 芹菜拌豆腐干
- 029 ... 香油拌豆腐皮
- 030 ... 醋香凉皮
- 031 ... 豆芽拌洋葱
- 031 ... 豆芽拌粉条
- 032 ... 凉拌粉丝
- 033 ... 玉米芥蓝拌巴旦木仁
- 033 ... 玉米拌洋葱
- 034 ... 如意白肉卷
- 035 ... 老醋泡肉
- 035 ... 香葱红油拌肚条
- 036 ... 绿豆芽拌猪肝
- 037 ... 葱油拌羊肚
- 038 ... 香辣鸡丝豆腐
- 039 ... 怪味鸡丝
- 039 ... 海蜇黄瓜拌鸡丝
- 040 ... 三油西芹鸡片
- 041 ... 椒麻鸡片
- 041 ... 魔芋鸡丝荷兰豆
- 042 ... 车前草拌鸭肠





03 PART

热菜， 热热闹闹的美味



- 043 ... 皮蛋拌魔芋
- 044 ... 老虎菜拌海蜇皮
- 045 ... 豉汁鱿鱼筒
- 046 ... 芥辣荷兰豆拌螺肉

- 048 ... 小炒上海青
- 049 ... 蟹味菇炒小白菜
- 050 ... 肉末蒸菜心
- 051 ... 辣白菜焖土豆片
- 051 ... 蘑菇藕片
- 052 ... 糖醋藕片
- 053 ... 川味烧萝卜
- 053 ... 翠玉烩珍珠
- 054 ... 素烧魔芋结
- 055 ... 黑蒜炒苦瓜
- 056 ... 松仁丝瓜
- 057 ... 酱汁黄瓜卷
- 058 ... 川味酸辣黄瓜条
- 059 ... 茄汁烧花菜
- 059 ... 香菇豌豆炒笋丁
- 060 ... 笋菇菜心
- 061 ... 红烧白灵菇
- 062 ... 鱼香白灵菇
- 063 ... 酱爆茶树菇
- 064 ... 肉末烧蟹味菇
- 065 ... 尖椒回锅肉
- 065 ... 芋仔烧五花肉
- 066 ... 鲜菇三杯猪排
- 067 ... 红烧肉炖粉条
- 067 ... 杏鲍菇炒腊肉
- 068 ... 芦笋炒腊肉
- 069 ... 豉汁蒸排骨
- 070 ... 四季豆烧排骨
- 071 ... 芝麻辣味炒排骨
- 071 ... 双椒排骨
- 072 ... 肉末尖椒烩猪血
- 073 ... 泡椒爆猪肝
- 073 ... 猪肝炒花菜
- 074 ... 小炒猪皮
- 075 ... 爆炒卤肥肠
- 076 ... 眉豆炒腊肠
- 077 ... 西蓝花炒火腿
- 077 ... 腊肉炒年糕
- 078 ... 香干蒸腊肉
- 079 ... 陈皮豆角炒牛肉
- 080 ... 金针菇蒸肥牛卷
- 081 ... 腊八豆炒牛肉
- 082 ... 花豆炖牛肉
- 083 ... 红烧牛肚
- 083 ... 豆豉牛百叶
- 084 ... 酱爆大葱羊肉
- 085 ... 鲜椒蒸羊排
- 086 ... 腰果炒鸡丁
- 087 ... 青椒炒鸡丝
- 087 ... 魔芋泡椒鸡
- 088 ... 榛蘑辣爆鸡
- 089 ... 重庆芋儿鸡
- 089 ... 胡萝卜豌豆炒鸭丁
- 090 ... 蒜香鸭块

- 091 ... 香芹炒腊鸭
- 092 ... 腊鸭腿炖黄瓜
- 093 ... 洋葱炒鸭胗
- 094 ... 豆豉荷包蛋
- 095 ... 黑蒜啤酒烧鱼块
- 095 ... 辣蒸鲫鱼
- 096 ... 剁椒武昌鱼
- 097 ... 酱烧武昌鱼
- 098 ... 满堂彩蒸鲈鱼
- 099 ... 白萝卜烧鲳鱼
- 100 ... 香煎酱汁银鳕鱼
- 101 ... 三文鱼炒时蔬
- 101 ... 剁椒蒸鱼头
- 102 ... 黑蒜烧墨鱼
- 103 ... 干烧鳝段
- 103 ... 绿豆芽炒鳝丝
- 104 ... 蚝油酱爆鱿鱼
- 105 ... 干煸鱿鱼丝
- 106 ... 美极什锦虾
- 107 ... 桂圆蟹块
- 108 ... 粉丝蒸蛭子



04

PART

家有「明星」客自来



- 110 ... 剁椒腐竹蒸娃娃菜
- 111 ... 龙须四素
- 112 ... 蚝油蒸茄盒
- 113 ... 菊花茄子
- 113 ... 翠玉镶明珠
- 114 ... 干贝咸蛋黄蒸丝瓜
- 115 ... 金桂飘香
- 116 ... 红薯烧口蘑
- 117 ... 红烧双菇
- 117 ... 鲜菇烩湘莲
- 118 ... 蒸香菇西蓝花
- 119 ... 银耳素烩
- 120 ... 豆腐皮素菜卷
- 121 ... 铁板日本豆腐
- 121 ... 多彩豆腐
- 122 ... 蒸冬瓜酿油豆腐
- 123 ... 美味溜肉段
- 124 ... 扒肉条
- 125 ... 蒸冬瓜肉卷
- 126 ... 金黄猪肉三色卷
- 127 ... 梅干菜肉排
- 127 ... 香芋扣肉
- 128 ... 外婆红烧肉
- 129 ... 糖醋佛手卷
- 130 ... 红烧肘子
- 131 ... 扬州狮子头
- 131 ... 蒸糯米肉丸
- 132 ... 京都排骨
- 133 ... 干煸麻辣排骨
- 133 ... 红酒炖牛肉
- 134 ... 酱焖牛腩
- 135 ... 川辣红烧牛肉
- 135 ... 歌乐山辣子鸡
- 136 ... 珍珠蒸鸡翅
- 137 ... 红扒秋鸭
- 137 ... 永州血鸭

- 138 ... 椒香啤酒草鱼
- 139 ... 香辣水煮鱼
- 140 ... 蒜烧武昌鱼
- 141 ... 响油鳝丝
- 141 ... 腊肉鳅鱼钵
- 142 ... 鲜香蒸扇贝
- 143 ... 蒜香虾球
- 144 ... 蒜蓉粉丝蒸鲜虾
- 145 ... 清蒸蒜蓉开背虾
- 145 ... 白灼虾
- 146 ... 美味酱爆蟹
- 147 ... 鲜虾烧鲍鱼
- 147 ... 鲍汁海参
- 148 ... 珍珠鲍鱼



05

PART

暖心汤羹， 点点滴滴润心田



- 150 ... 双菇玉米菠菜汤
- 151 ... 南瓜西红柿土豆汤
- 152 ... 雪梨杏仁胡萝卜汤
- 153 ... 芸豆赤小豆鲜藕汤
- 154 ... 翠衣冬瓜葫芦汤
- 155 ... 香菇炖竹荪
- 155 ... 青菜香菇魔芋汤
- 156 ... 肉丝魔芋粉丝汤
- 157 ... 瘦肉莲子汤
- 157 ... 双瓜黄豆汤
- 158 ... 冬瓜银耳排骨汤
- 159 ... 核桃花生双豆汤
- 160 ... 冬菇玉米排骨汤
- 161 ... 响螺片猴头菇健脾汤
- 161 ... 杜仲枸杞骨头汤
- 162 ... 元蘑骨头汤
- 163 ... 花胶玉竹淮山美肤汤
- 164 ... 猪血蘑菇汤
- 165 ... 黄芪红枣牛肉汤
- 165 ... 萝卜淮山煲牛腩
- 166 ... 芸豆羊肉汤
- 167 ... 薏米羊元宝
- 168 ... 山药鸡肉煲汤
- 169 ... 玉米胡萝卜鸡肉汤
- 169 ... 何首乌黑豆煲鸡爪
- 170 ... 芡实苹果鸡爪汤
- 171 ... 玉米煲老鸭汤
- 172 ... 干贝冬瓜煲鸭汤
- 173 ... 鲜蔬腊鸭汤
- 173 ... 桂圆益智鸽肉汤
- 174 ... 红枣银耳炖鸡蛋
- 175 ... 凉薯胡萝卜鲫鱼汤
- 176 ... 葛根赤小豆黄鱼汤
- 177 ... 薏米鳝鱼汤
- 177 ... 花生瘦肉泥鳅汤
- 178 ... 干贝花蟹白菜汤
- 179 ... 佛手瓜扇贝鲜汤
- 179 ... 干贝冬瓜芡实汤
- 180 ... 海底椰炖雪蛤油
- 181 ... 麦冬银耳炖雪梨
- 181 ... 枸杞党参银耳汤
- 182 ... 木瓜银耳汤



06 PART

花样主食， 姗姗来迟经典味



- 184 ... 番茄鸡肉浓情焗饭
- 185 ... 腰果鸡丁炒米饭
- 186 ... 腊肉南瓜盅
- 187 ... 腊肠煲仔饭
- 187 ... 牛油果虾仁炒饭
- 188 ... 洋葱烤饭
- 189 ... 脱脂牛奶什蔬粥
- 189 ... 红薯燕麦粥
- 190 ... 白果干贝大米粥
- 191 ... 鸡茸香菇蔬菜粥
- 192 ... 海鲜粥
- 193 ... 黑蒜香菇肉丝面
- 194 ... 什锦蝴蝶面
- 195 ... 黑椒培根炒乌冬面
- 195 ... 上汤银针粉
- 196 ... 刺猬包
- 197 ... 菊花包
- 198 ... 麦香莲蓉包
- 199 ... 玉米洋葱煎包
- 199 ... 甘笋馒头
- 200 ... 双色馒头
- 201 ... 火腿卷
- 201 ... 葱花肉卷
- 202 ... 八珍果饺
- 203 ... 清蒸鱼皮饺
- 203 ... 云吞面
- 204 ... 老婆饼
- 205 ... 红薯糙米饼
- 206 ... 鲮鱼饼
- 207 ... 肉松饭团
- 207 ... 香炸紫薯果
- 208 ... 开口酥
- 209 ... 莲子糯米糕
- 210 ... 糍粑



07

PART

美味甜品， 甜蜜浓情不谢幕



- 212 ... 芝士蛋糕
- 213 ... 奶油麦芬蛋糕
- 214 ... 妙芙
- 215 ... 丹麦樱桃面包
- 215 ... 牛奶面包
- 216 ... 全麦话梅吐司
- 217 ... 玛格丽特小饼干
- 218 ... 奶香苏打饼干
- 219 ... 芝麻苏打饼干
- 219 ... 酥脆花生饼干
- 220 ... 西瓜果冻
- 221 ... 提子果冻
- 221 ... 芒果果冻
- 222 ... 水晶玫瑰布丁
- 223 ... 香滑果冻布丁
- 223 ... 椰奶紫薯布丁
- 224 ... 蜜豆蛋挞
- 225 ... 葡式蛋挞
- 226 ... 黄桃派
- 227 ... 提子派
- 227 ... 酸奶冰激凌
- 228 ... 橙汁冰激凌
- 229 ... 冰镇盆栽奶茶
- 230 ... 美白养颜蔬果汁
- 231 ... 葡萄酒鲜果汁
- 232 ... 橙汁雪梨



PART

01

让亲朋与 美食幸福相约



逢年过节，将亲朋好友聚在一起，自己动手在家请客，穿梭在厨间灶台，看着这其乐融融的样子，忙得不亦乐乎！家宴，就是这么温暖，它不仅能省去在外聚餐的大笔费用，还能博得满堂喝彩，何乐而不为！假日到了，你是否准备好了为家人奉上一桌丰盛的家宴呢？本章将为一筹莫展的你奉上最实用的家宴攻略！

好食材，才能有好味道

俗话说“巧妇难为无米之炊”，说的是，如果家里没米，即使巧妇的厨艺再好，也做不出米饭。把这句俗语的意思延伸开来，可以说，如果没有好的做菜材料，就做不出美味的菜肴。一个烹调者，要想把菜做好，首先就要从选择好的原料做起。

「豆芽要选有根的」

用尿素等添加剂泡发的豆芽一般又短又粗，没有根须，加热后有明显的尿骚味。选购豆芽一定要选有根的，芽茎不要太粗壮。没打过农药的绿豆芽，豆芽皮是绿色的；打过农药的，豆芽皮呈棕黑色。

「西红柿别买顶部带尖的」

购买西红柿要看形状和色泽，个头大的质量未必可靠，尤其一些有棱有角、奇形怪状或中间有乳头状凸起的畸形西红柿，一定不要买，因为这样的西红柿可能使用了过量激素。



「黄瓜要买打弯的」

很多市民买黄瓜时选顶花带刺的，其实一些菜农为了满足市场对黄瓜新鲜度的需求，在黄瓜上涂抹激素，让黄瓜看上去更新鲜，所以顶花带刺的黄瓜不一定就好。其次，打弯黄瓜比直黄瓜更令人放心，因为出于卖相好看的考虑，一些菜农会使用药物让黄瓜长得笔直顺滑，打弯黄瓜就让人放心一些。

「萝卜不选带黑斑的」

新鲜的萝卜外表光滑，色泽清丽，水分饱满，如果表皮松弛或出现黑斑，则表示已经不新鲜了。

「绿土豆不能吃」

买回的土豆放几天就容易变绿，绿色的皮中龙葵碱含量很高，人食用后易中毒，因此，发芽和表皮发绿的土豆不能食用。

「猪肉鉴别两法宝」

猪肉是否新鲜，有两个鉴别标准——气味香，手感不黏。

①鲜香无异味：新鲜的猪肉带着固有的鲜香气味，不新鲜的猪肉通常稍有氨味

或酸味。经过冷冻的猪肉，解冻后肌肉色泽、气味、含水量等均正常无异味；过期冷冻肉脂肪暗黄，肌肉干枯发黑，表面有风干氧化斑点，就近闻会有淡臭味，解冻后臭味更浓。

②**表面不黏，弹性好**：触摸新鲜的猪肉表面，感觉为干或稍湿，但不黏手、弹性好，指压凹陷后能立即复原；不新鲜的肉，摸起来会感觉表面干燥或有些黏手，新切面湿润，指压后不能立即复原。

「猪肝最好选粉肝、面肝」

猪肝有粉肝、面肝、麻肝、石肝、灌水猪肝、病死猪肝之分。粉肝和面肝为上乘，中间两种次之，后两种是劣质品。

①**粉肝、面肝**：质均软且嫩，手指稍用力，可插入切开处，做熟后味鲜、柔嫩。两者不同点是，前者色如鸡肝，后者色赭红。

②**麻肝、石肝**：麻肝表面有明显的白色络网，手摸切开处不如粉肝、面肝嫩软，做熟后质韧，嚼不烂；石肝色暗红，质地比上列三种都要硬一些，手指稍用力亦不易插入，食时要多嚼才会烂。

③**灌水猪肝**：色赭红显白，比未灌水的猪肝饱满，手指压迫处会下沉，做熟后鲜味差。

④**病死猪肝**：色紫红，切开后有余血外溢，少数生有浓水泡，食后有碍健康。

「鱼类选购有诀窍」

新鲜的鱼眼球应当凸起、透明，黑白分明；鱼鳃鲜红整洁；鱼体颜色有光泽，

并且没有变色；鱼鳞应完整无缺，紧贴鱼身；肉身有弹性；除鱼腥味外，不应有其他气味。

「虾类选购看外观」

新鲜虾的虾头与虾身要紧密连接，色泽透明，外壳光滑；虾肉应坚实富有弹性；如外观看不出异状，但虾身已全变黑或头腹断裂，表明含有防腐剂，不可购买。

新鲜和质量上乘的冻虾仁应是无色透明，手感饱满并富有弹性的，而那些看上去个大、色红的则应谨慎购买。

「蟹类选购看“活力”」

蟹类当然要挑生猛活泼的。按压蟹盖，轻捏蟹肚，可分辨肉质的结实度，比较坚硬者，较重身的话，肉质亦较结实肥美。膏蟹则应选蟹盖边缘是黑色及无空隙的，才是顶尖膏蟹。

「贝壳类选购听声音」

单靠肉眼很难分辨新鲜与否，可将贝类互相碰撞，声音听起来像金属般清脆，即表示是鲜活的；若是声响空洞，则为死贝。并且活贝类，体内的肉会吐出来，用手指一碰，贝肉就会缩回去。

「鱿鱼选购看颜色」

优质鱿鱼体形完整坚实，呈粉红色，有光泽，体表面略现白霜，肉肥厚，半透明，背部不红。劣质鱿鱼体形瘦小残缺，颜色赤黄略带黑，无光泽，表面白霜过厚，背部呈黑红色或玫红色。

“麻烦”食材怎么处理？

虾蟹等水产非常营养美味，做菜肴的时候不仅要求干净卫生，而且漂亮的外观也是十分必要的。但是由于日常工作繁忙，人们为了方便，往往在买的时候就让人帮忙处理好了，结果当自己处理的时候就不知道如何下手了。下面就教你如何处理“麻烦”食材。

“小鱼吃虾米”——虾怎么处理呢？

从市场上买回来的虾，如果未经店铺处理，可自己采取牙签去肠清洗法处理。



① 用剪刀剪去虾须和虾脚。



② 剪去虾尾尖。



③ 在处理好的虾背部开一刀。



④ 用备好的牙签挑出虾线。



⑤ 直至将虾线完全挑干净。



⑥ 把虾放在流水下冲洗一阵，沥干水分即可。

④ “秋风起蟹脚黄” ——如何完美处理螃蟹？

从市场上买回来的蟹，如果未经店铺处理，可自己采取开壳清洗法处理。



① 用软毛刷在流水下刷洗蟹壳。



② 用刀将蟹壳打开，备用。



③ 刮除蟹壳里面的脏物。



④ 将蟹肉上的脏物清理掉。



⑤ 把去除脏物的蟹放在水中泡一下。



⑥ 用清水清洗干净，捞出，沥干水分即可。



④ 爱恨交织的“炒鱿鱼” ——如何处理鱿鱼？

从市场上买回来的新鲜鱿鱼，要处理干净以便烹饪，可按以下步骤进行清理：



① 将鱿鱼放入备好的盆中，注入清水清洗一遍。



② 取出鱿鱼中的软骨。



③ 轻轻剥开鱿鱼的外皮。



④ 将鱿鱼肉取出，冲洗干净。



⑤ 用剪刀剪去鱿鱼的内脏。



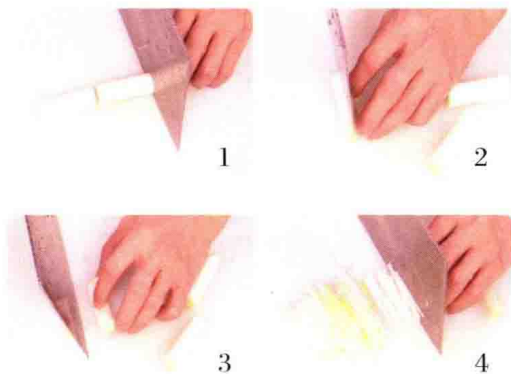
⑥ 去掉鱿鱼的眼睛及外皮，洗净即可。

花样切法，让菜肴更洋气、高端

吃是一件很美妙的事儿，如果吃的时候，还能一饱眼福，看见圣女果雕刻的小兔子，黄瓜的别样造型，抑或是香菇“开花”的样子……那就更令人愉悦了。下面，我们就传授一下菜肴锦上添花的秘诀——食材的花样切法，简单有趣，更可以让你在招待客人的时候显得别出心裁。

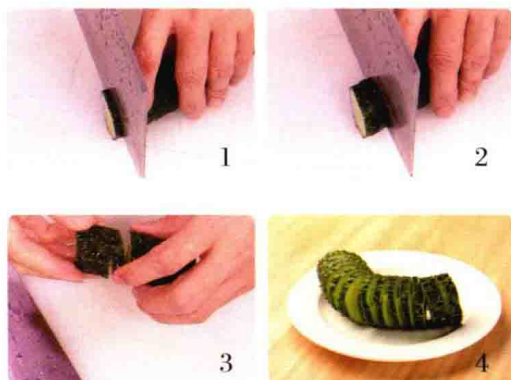
① 葱切鱼骨葱

大葱切成5~6厘米长的段，将葱白段纵向切开，一分为二，切开的葱白段切面朝上，直刀切成细丝状即可。



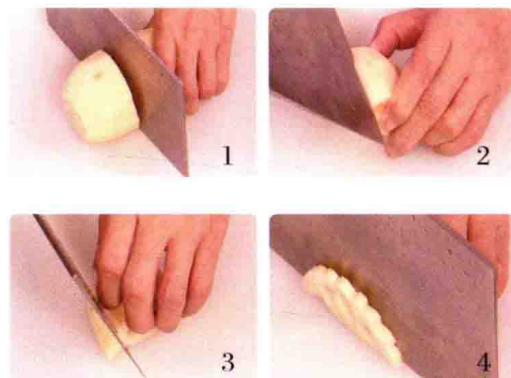
① 切蓑衣黄瓜

取黄瓜段，用刀垂直切，但不要切断，直到切完整段黄瓜，反过来，用同样的方法切，再用手轻轻拉开即可。



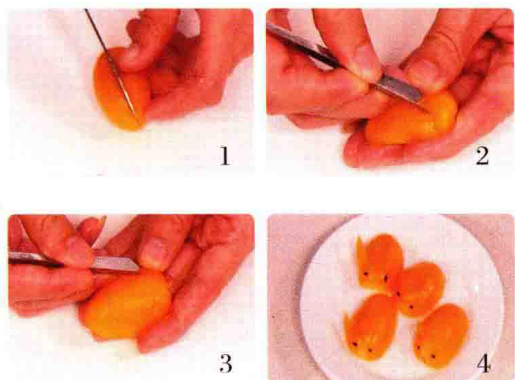
① 莲藕切锯齿片

先将莲藕切成段，取一段竖放，从中间一分为二，再平放，在莲藕的边缘先切一道小口，将刀反过来，与前一刀的刀口成V型，再切一刀，去除切出的小条，用此方法将整个莲藕段都切成锯齿状，再顶刀切片即可。



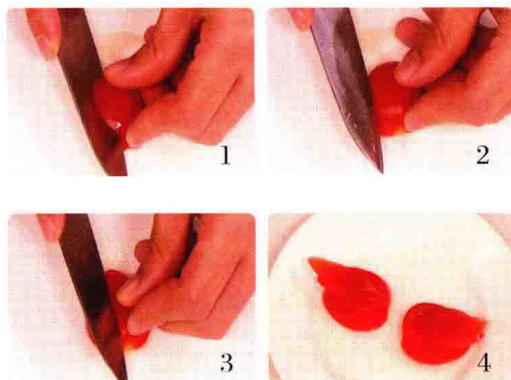
圣女果切兔子形

洗净的圣女果对半切开，取其中一半，在蒂部的一侧雕出兔子耳朵形状，将兔子耳朵定型，在另一侧雕出同样的兔子耳朵形状，整理好即可。



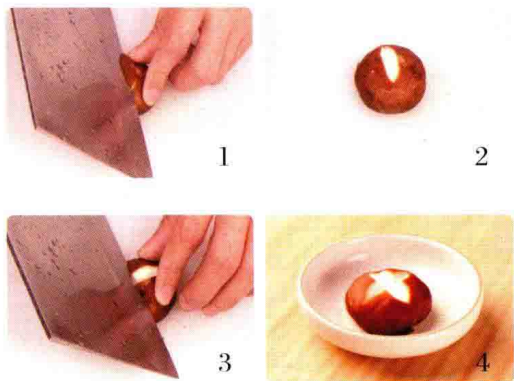
圣女果切花

取圣女果的一半，用刀在一侧斜切一个刀口至中部，旋转，斜切另一侧至中部，再在上层的一侧斜切刀口至中部，旋转，斜切另一侧至中部，整理成花形即可。



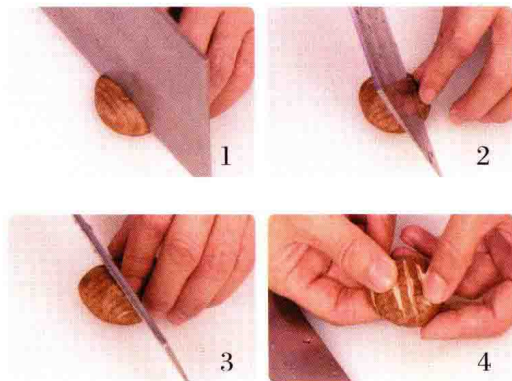
香菇切花

在香菇顶上斜切一个小口，另一边再斜切一个相对的小口，将切出的小块去除，使其形成“V”字刀口，再换一个方向，重复上述操作，将切出来的小块去除，花形就切好了。



香菇切菊花刀

在香菇背上切一小刀，但不要切断，依次在整个香菇的背上切连刀片，换一个方向，在香菇的背上斜切连刀片，要与原刀口垂直，用同样的刀法切菊花刀即可。



办好一桌家宴，你需要注意什么？

家宴，代表的是家的温暖，这个时候如果自己亲手下厨，更加能表达出诚意与亲近。看着家人朋友在情意浓浓的家庭氛围中浅斟慢酌，是何等的温馨！也许自己做的饭菜没有餐馆的可口，但却有最隆重的心意。那么，想要办好一桌家宴，你需要了解些什么呢？

「了解宾客忌讳」

宴请和款待亲朋好友的时候，要对其饮食爱好和忌讳有所了解。如有的人不吃鱼等腥味食物，有的人不吃洋葱等辣味较重的蔬菜，有的人不吃葱姜蒜、芫荽、芹菜、香菜、茴香这类气味特殊的食材。在列菜单的时候就要加以注意。另外，如果客人中有回族、满族的，更应该注意饮食风俗，不然的话，整个宴会就可能办“砸”了。

「根据人数确定菜单」

在确定好家宴时间后，最好提前两天列好菜单。列菜单的时候，菜品数量至少要比出席人数多2道，也就是说有6人出席，那么至少应准备8道菜，8人出席至少应准备10道菜。

在菜色的搭配上，以10个人为例，准备3~4道大菜，以排骨、鸡翅、肘子、鱼为佳；4样凉菜，荤素搭配；2~4个精致热菜，选料应以鲜嫩原料为主；1份煲汤；主食、时令水果、甜品若干。

「准备食材」

菜单列好之后，可以存放的食材最好

提前一天采购，而肉类及海鲜最好当天早上准备，新鲜最要紧。

需要时间来泡发的干货，譬如各种菌类、海带、黄花菜、海参，要提前泡发。若有需要腌渍长达一天一夜的食材，需要提前购置，并腌渍好放冰箱冷藏备用。同样，需要提前准备的酱料，也要准备好。

「上菜顺序」

一般的上菜顺序是先上凉菜，后上热菜，然后再上比较吸引人的大菜；先上酒菜，后上饭菜；先上咸味菜，后上甜味菜；先上浓味菜，后上淡味菜；先上小碗汤菜，后上大碗汤菜。

