

“最好的食材”系列

无鸡不成宴，传唱千年关于鸡的风俗你知多少？

鸡肉经典菜肴，道道都是吉利菜。

享受让你垂涎欲滴的鸡肉美馐。

鸡 香如意

格润生活
编著



鸡香如意

格润生活·编著

无鸡不成宴，传唱千年的关于鸡的风俗你知道多少？

鸡肉经典菜肴，道道都是吉利菜。

享受让你垂涎欲滴的鸡肉美饌。

图书在版编目 (C I P) 数据

鸡香如意 / 格润生活编著. — 青岛 : 青岛出版社, 2016.5

(最好的食材)

ISBN 978-7-5552-3588-0

I . ①鸡… II . ①格… III . ①鸡肉 - 菜谱 IV . ①TS972.125

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 040043 号

书 名	鸡香如意
全案策划	格润生活
编 著	格润生活
出版发行	青岛出版社
社 址	青岛市海尔路 182 号 (266061)
本社网址	http://www.qdpub.com
邮购电话	13335059110 0532-68068026
责任编辑	肖 雷
文稿编写	牛国平
摄 影	赵潍影像工作室
插 图	宋晓岩
制 版	青岛艺鑫制版印刷有限公司
印 刷	青岛海蓝印刷有限责任公司
出版日期	2016 年 6 月第 1 版 2016 年 6 月第 1 次印刷
开 本	16 开 (710 毫米 × 1010 毫米)
印 张	12
书 号	ISBN 978-7-5552-3588-0
定 价	32.80 元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068638

印刷厂服务电话 4006781235

建议陈列类别: 生活类 美食类

目录

调料量取说明

为了方便使用，增加可操作性，
本书统一使用大勺、小勺量取调料：

1大勺=15克



1小勺=5克



第一篇 不负宠爱鸡家族

- 爱鸡就是爱吉利 / 010
- 家鸡的祖先是谁？ / 012
- 品种繁多的鸡家族 / 014
- 鸡的全身都是宝 / 017
- 教你选到称心鸡 / 018
- 手把手教你初加工 / 019
- 脱骨取肉最炫刀工 / 020
- 烹鸡的 7 个小技巧 / 023

第二篇 经典鸡肉肴 盛装亮相



宫廷名菜
贵妃鸡翅 / 026



新疆名菜
大盘鸡 / 029



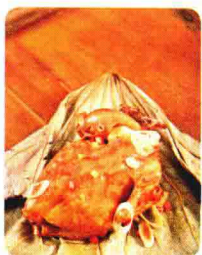
山东名菜
德州扒鸡 / 032



山东名菜
香酥鸡 / 035



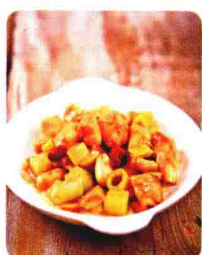
河南名菜
道口烧鸡 / 038



河南名菜
开封桶子鸡 / 041



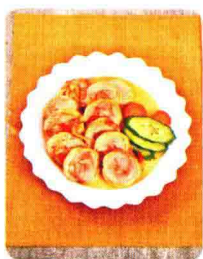
四川名菜
口水鸡 / 044



四川名菜
宫保鸡丁 / 047



重庆名菜
辣子鸡 / 050



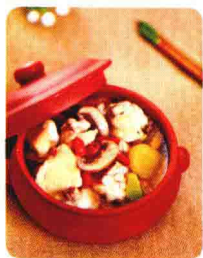
浙江名菜
绍兴醉鸡 / 053



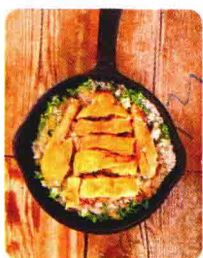
湖南名菜
东安仔鸡 / 056



江西名菜
三杯鸡 / 059



云南名菜
三七汽锅鸡 / 062



广东名菜
东江盐焗鸡 / 065



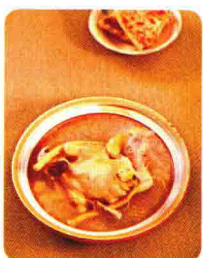
广东名菜
太爷鸡 / 068



海南名菜
白切文昌鸡 / 071



韩国名菜
辣炒鸡排 / 074

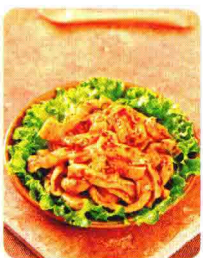


韩国名菜
参鸡汤 / 077



墨西哥名菜
鸡肉卷 / 080

第三篇 家常鸡肉肴 味道鲜美



麻辣鸡皮 / 085



煎鸡肉沙拉 / 087



鱼腥草拌鸡 / 089



飘香花生鸡 / 091



盐水白鸡 / 093



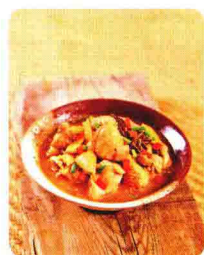
蘸水手撕鸡 / 095



蒜香翡翠鸡 / 097



香糟卤鸡 / 099



虾酱卤仔鸡 / 101



卤汁红油鸡 / 103



咖喱香叶鸡 / 105



水煮珍珠鸡 / 107



印度咖喱鸡 / 109



粉条炖土鸡 / 111



莲藕烧鸡腿 / 113



玉米炖鸡腿 / 115



木瓜贵妃鸡翅 / 117



菠萝焖鸡翅 / 119



红卤蘑菇翅 / 121



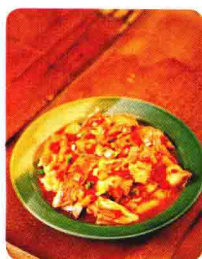
腐乳鸡翅中 / 123



酱香脱骨翅 / 125



麻辣鸡脖 / 127



辣味芽菜鸡 / 129



XO 糯米鸡 / 131



粉蒸榆钱鸡 / 133



冰梅酱红糟鸡 / 135



炸蒸笨鸡皮扎 / 137



OK 铁板鸡 / 139



茶香烤卤鸡 / 141



日式唐扬鸡块 / 143



孜辣鸡排 / 145



海鲜酱爆鸡 / 147



奥尔良烤翅 / 149



沙茶烤鸡翅 / 151



麻辣辣子鸡 / 153



剁椒小滑鸡 / 155



子姜嫩鸡 / 157



杭椒鸡柳 / 159



红薯荷兰豆鸡柳 / 161



青笋滑鸡腿 / 163



猕猴桃核桃鸡丁 / 165



红枣银芽鸡丝 / 167



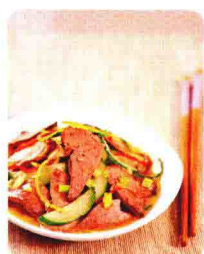
泰式番茄蜜瓜鸡柳 / 169



枸杞龙眼鸡片 / 171



葱辣鸡杂 / 173



黄瓜炒鸡肝 / 175



蚕豆爆鸡胗 / 177



孜然爆鸡心 / 179



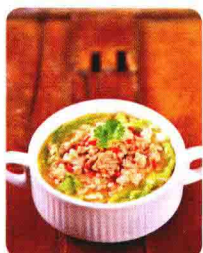
鸡肉酥汤 / 181



酸辣鸡丝汤 / 183



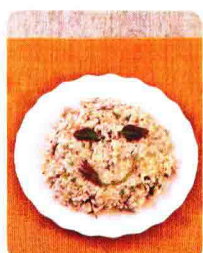
双豆鸡翅汤 / 185



麻香豆花鸡 / 187



香菜鸡肉羹 / 189



熘香椿鸡蓉 / 191

鸡香如意

格润生活·编著

无鸡不成宴，传唱千年的关于鸡的风俗你知道多少？
鸡肉经典菜肴，道道都是吉利菜。
享受让你垂涎欲滴的鸡肉美饌。





美味的旅行

“宫保鸡丁”作为川菜头牌，家喻户晓；“白斩鸡”作为上海菜的代表，俘获了一大批吃货的胃；“盐焗鸡”则是粤菜中的必点佳肴。“棒棒鸡”“布袋鸡”“大盘鸡”“三杯鸡”“啤酒鸡”“麻油鸡”……拥有层出不穷的鸡肉菜肴，成为中华美食一大特色！吃鸡肉，既可豪爽又可斯文；吃鸡肉，既可感受其形又可感受其味。因此，作为老饕，我们是难以抗拒美味的鸡肉菜肴的。

无鸡不成宴席。自古以来，民间就流传着鸡为“吉利”之意，逢年过节、宴请亲朋，鸡肉是必不可少的一道菜肴。中国地域广大，饮食习惯各不相同，在富有创新精神的厨师手里，鸡肉的烹饪方法也千差万别。

一只鸡在重庆厨师手里，就会变化出麻辣鲜香的“重庆辣子鸡”。将鸡斩成小块，加调料腌制，放入油中炸至外表变干呈深黄色，再将葱、姜、蒜、干辣椒和花椒翻炒至呛鼻，倒入炸好的鸡块，炒匀即成重庆江湖菜的“老大”——重庆辣子鸡。

将这只鸡交到浙江厨师手中，就变成了著名的“叫化童子鸡”。古时杭州一个乞丐弄到一只鸡，可又缺锅少灶，饥饿难忍之际，他便效仿烤红薯的方法，用黄泥将鸡包起来，放在石块垒成的“灶”上用于柴熏烤，待泥干鸡熟，剥开后顿时香气四溢。后来，此技法被厨师不断改进，除了在泥巴中加入黄酒之外，还使用荷叶包鸡，使荷叶的清香和鸡肉的鲜香融为一体，“叫化童子鸡”更是声名远播。

如果再将这只鸡传到山东德州贾建才手中，就变成了著名的“德州扒鸡”。相传，德州贾建才开了一家烧鸡店，一次由于店伙计的疏忽，烧鸡烹煮过火，结果却变成了五香透骨、味美诱人的五香脱骨扒鸡。此后“德州扒鸡”传遍中华大地，被誉为“天下第一鸡”。作为“德州扒鸡”忠实的拥趸，直到现在，我还是不能忘怀第一次吃“德州扒鸡”时的心情！

好吃的鸡肉菜肴不仅要满足人的口腹之欲，更是人情感的催化剂。从这个层面来讲，面对一道精美的鸡肉美食，食客会变得无比虔诚与崇敬！

目录

调料量取说明

为了方便使用，增加可操作性，
本书统一使用大勺、小勺量取调料：

1大勺=15克



1小勺=5克



第一篇 不负宠爱鸡家族

爱鸡就是爱吉利 / 010

家鸡的祖先是谁？ / 012

品种繁多的鸡家族 / 014

鸡的全身都是宝 / 017

教你选到称心鸡 / 018

手把手教你初加工 / 019

脱骨取肉最炫刀工 / 020

烹鸡的 7 个小技巧 / 023

第二篇 经典鸡肉肴 盛装亮相



宫廷名菜
贵妃鸡翅 / 026



新疆名菜
大盘鸡 / 029



山东名菜
德州扒鸡 / 032



山东名菜
香酥鸡 / 035



河南名菜
道口烧鸡 / 038



河南名菜
开封桶子鸡 / 041



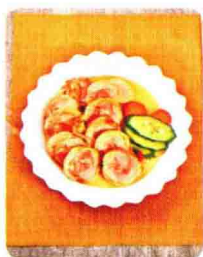
四川名菜
口水鸡 / 044



四川名菜
宫保鸡丁 / 047



重庆名菜
辣子鸡 / 050



浙江名菜
绍兴醉鸡 / 053



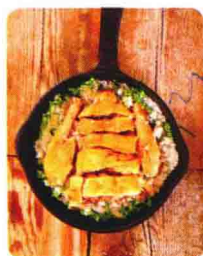
湖南名菜
东安仔鸡 / 056



江西名菜
三杯鸡 / 059



云南名菜
三七汽锅鸡 / 062



广东名菜
东江盐焗鸡 / 065



广东名菜
太爷鸡 / 068



海南名菜
白切文昌鸡 / 071



韩国名菜
辣炒鸡排 / 074



韩国名菜
参鸡汤 / 077



墨西哥名菜
鸡肉卷 / 080

第三篇 家常鸡肉肴 味道鲜美



麻辣鸡皮 / 085



煎鸡肉沙拉 / 087



鱼腥草拌鸡 / 089



飘香花生鸡 / 091



盐水白鸡 / 093



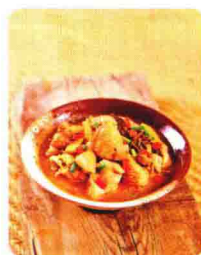
蘸水手撕鸡 / 095



蒜香翡翠鸡 / 097



香糟卤鸡 / 099



虾酱卤仔鸡 / 101



卤汁红油鸡 / 103



咖喱香叶鸡 / 105



水煮珍珠鸡 / 107



印度咖喱鸡 / 109



粉条炖土鸡 / 111



莲藕烧鸡腿 / 113



玉米炖鸡腿 / 115



木瓜贵妃鸡翅 / 117



菠萝焖鸡翅 / 119



红卤蘑菇翅 / 121



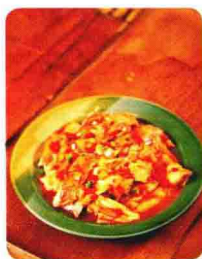
腐乳鸡翅中 / 123



酱香脱骨翅 / 125



麻辣鸡脖 / 127



辣味芽菜鸡 / 129



XO 糯米鸡 / 131



粉蒸榆钱鸡 / 133



冰梅酱红糟鸡 / 135



炸蒸笨鸡皮扎 / 137



OK 铁板鸡 / 139



茶香烤卤鸡 / 141



日式唐扬鸡块 / 143



孜辣鸡排 / 145



海鲜酱爆鸡 / 147



奥尔良烤翅 / 149



沙茶烤鸡翅 / 151



麻花辣子鸡 / 153



剁椒小滑鸡 / 155



子姜嫩鸡 / 157



杭椒鸡柳 / 159



红薯荷兰豆鸡柳 / 161



青笋滑鸡腿 / 163



猕猴桃核桃鸡丁 / 165



红枣银芽鸡丝 / 167



泰式番茄蜜瓜鸡柳 / 169



枸杞龙眼鸡片 / 171



葱辣鸡杂 / 173



黄瓜炒鸡肝 / 175



蚕豆爆鸡胗 / 177



孜然爆鸡心 / 179



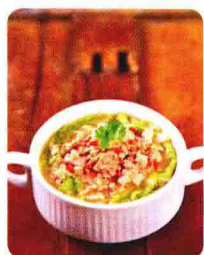
鸡肉酥汤 / 181



酸辣鸡丝汤 / 183



双豆鸡翅汤 / 185



麻香豆花鸡 / 187



香菜鸡肉羹 / 189



熘香椿鸡蓉 / 191

第一篇

不负宠爱鸡家族

鸡肉好吃又营养，但是如何吃鸡肉也有学问。本篇是关于吃鸡肉的那些事儿，介绍了鸡的文化典故、种类，鸡肉的保健功效，详细解析鸡的选购、加工以及烹调技巧等。

