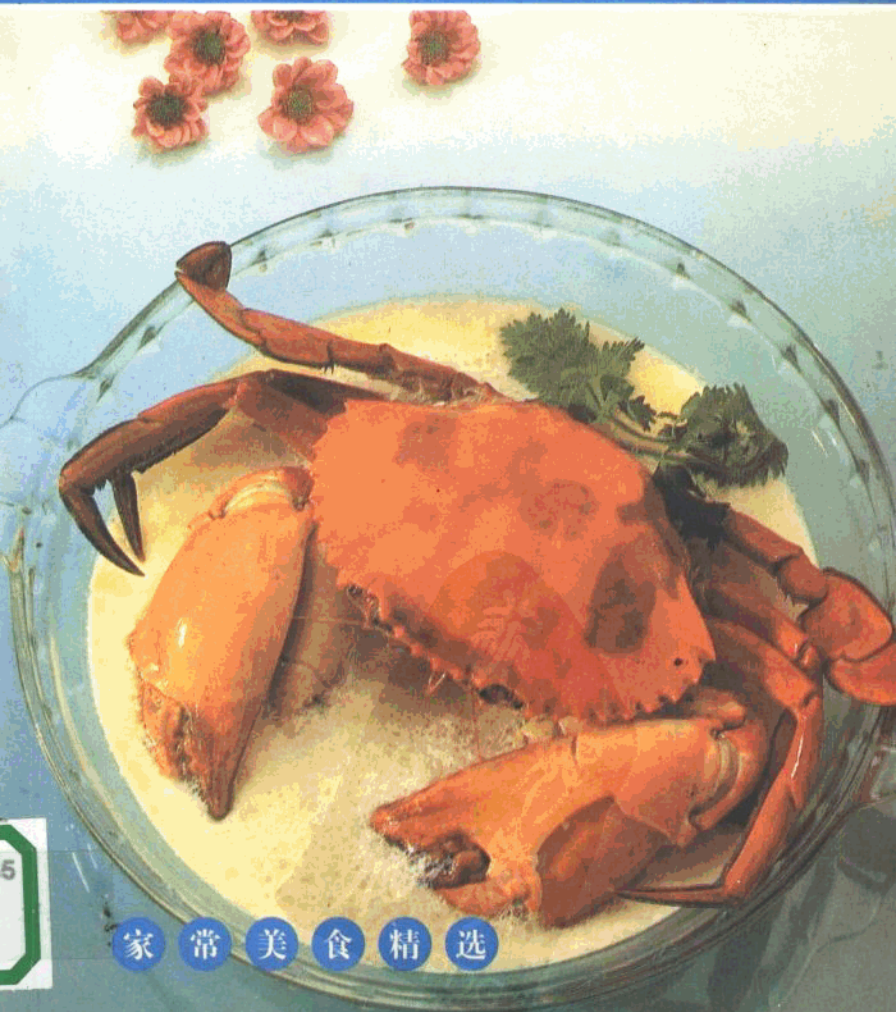


精选

广东菜



家常美食精选

目 录

第一章 广州菜精选

家畜类

酸甜咕噜肉	(1)
腩肉煲章鱼	(2)
果汁猪扒	(2)
翡翠肉丸	(3)
酸梅蒸排骨	(4)
纸包排骨	(4)
南乳煲猪手	(5)
白云猪手	(5)
七彩肉丁	(6)
叉烧	(7)
卤水猪蹄	(7)
香烧桂肠衣	(8)
冰肉烤蛋肝	(9)
虾片煮猪肝	(9)
脆皮猪肚	(10)
炒猪大肠	(11)

榄仁炒牛肉	(11)
鲜笋炒牛肉	(12)
韭黄牛肉	(12)
青豆牛肉	(13)
茄汁牛肉	(14)
咖喱牛肉	(14)
虾酱牛肉	(15)
葱榄牛百叶	(15)
鲜菇牛肉丸	(16)
生炒牛肚	(16)
酸菜牛三星	(17)
果汁牛柳	(18)
蛋煎牛脑	(18)
窝烧牛腩	(19)
酥炸牛脑	(19)
蛋浆牛肉	(20)
牛肉三丝卷	(20)
牛肉扒菜胆	(21)
牛肉扒节瓜	(21)
家禽类	
清远白切鸡	(22)
海南文昌鸡	(23)
香麻炸鸡	(24)
生炸手撕鸡	(24)
金华鸳鸯鸡	(25)
鲜菇扒鸭掌	(26)
葵花鸭肾球	(27)
香麻炸鹅脯	(28)

梅子蒸鹅	(28)
香麻拌火鹅	(29)
奶油鹅丁	(30)
竹笙穿鸡片	(30)
脆皮糯米鸡	(31)
脆皮炸鸡腿	(32)
纸包鸡丝	(33)
火腿穿凤翼	(33)
果汁煎鸡脯	(34)
杏脯烧鸭	(35)
菜胆莲黄鸭	(35)
月映圆鸭	(36)
东坡香菇鸭	(37)
葵花红梅大鸭	(38)
芝麻炸鸭脯	(39)
糖醋鸭块	(39)
菜胆扒大鸭	(40)
柱侯蒸鸭	(41)
香骨鸭片	(41)
菠萝炒鸭片	(42)
牡丹西施鸭	(43)
威化香酥鸭	(43)
凤果煲鸭脯	(44)
竹笙柴把鸭	(45)
鱼唇烩火鸭丝	(46)
花雕肥鸡	(46)
葱油香液鸡	(47)
碧绿骨香鸡	(48)

蒜子瓦罐鸡	(49)
香麻卷菜鸡片	(50)
果汁煮鸡件	(50)
菜远酿鸭掌	(51)
南乳蒸鹅	(52)
绿叶炒鹅片	(52)
糖醋火鹅	(53)
梅酱火鹅	(53)
蚝油鹅脚	(54)
肥嫩珠圆鸡	(54)
酸姜炒鸡片	(55)
豉汁鸡翼球	(56)
五彩金凤鸡	(56)
葵花丹凤鸡	(57)
雪耳扒鸡腰	(58)
海鲜类	
翡翠烧鲍脯	(59)
鲍鱼煲鸡	(59)
虾胶酿鲍鱼	(60)
鲍鱼冬菇烩鸡丝	(60)
油泡土魷	(61)
发菜蚝豉	(62)
鱼肉酿浮皮	(62)
野味类	
三蛇龙虎烩	(63)
双冬炒蛇丝	(65)
红烧果子狸	(66)
蚝油焗花雀	(67)

酥炸禾花雀	(68)
红焖山猪	(68)
圆肉炖芒鼠	(69)
冬菇煲雉鸡	(70)
凉瓜田鸡	(71)
冬瓜焖田鸡	(72)
鸡茸雪蛤膏	(73)
焗酿禾花雀	(74)
炒鹤鹑松	(75)
腰果炒蛇丁	(76)
煎焗田鼠	(77)
油爆鼠脯	(77)
五香兔脯	(78)
红烧兔肉	(79)
炒鹿肉片	(80)
红烧鹿筋	(81)
脆皮乳鸽	(82)
菠萝煮乳鸽	(82)
菜胆莲蓉鸽	(83)
云腿拼鸽片	(84)
上汤煮花雀	(85)
冬菇花胶烩鹧鸪	(85)
炸榄仁鹧鸪丁	(86)
油烧田鸡腿	(87)
山瑞鹧鸪蛋	(87)
菊花烩三蛇	(89)
香肉满坛	(90)
蔬菜类	

凉拌海带	(91)
凉拌四喜	(92)
凉拌矮瓜	(92)
蒜茸苋菜	(93)
糖醋莴笋头	(93)
烧拌春笋	(94)
火腿发菜卷	(94)
红油素鸡丝	(95)
红炒罗汉斋	(95)
三花斗艳	(96)
芙蓉素鸡片	(96)
素火腿炒三丝	(97)
炒三鲜	(97)
洋芋番茄泥	(98)
萝卜芹菜炒素肉丝	(98)
蒜白素鸡丝	(99)
脆炸素鸡丁	(99)
青豆素虾仁	(100)
炒素蟹糊	(100)
鱼香素肉丝	(101)
翡翠素虾球	(101)
番茄素虾仁	(102)
煎素肉	(102)
洋菜四宝	(103)
香菇炒腐皮	(103)
奶油扒菜胆	(104)
鼎湖上素	(104)
金菇罗汉斋	(105)

六耳烩银针·····	(106)
煲仔菜类	
姜葱咸鱼鸡翼煲·····	(107)
咖喱鸡煲·····	(108)
香菇笋鸡煲·····	(108)
栗肉子鸡煲·····	(109)
鲍鱼鸡煲·····	(109)
香菇鲍鱼鸡煲·····	(110)
柱候鲜鹅掌翼煲·····	(110)
冬菇鹅掌翼煲·····	(111)
荔甫肥鹅煲·····	(111)
津菜大鸭煲·····	(112)
陈皮鸭煲·····	(112)
鲜栗肥鸭煲·····	(113)
黄花鱼煲·····	(114)
乌豆鲩鱼煲·····	(114)
风鳝冬笋煲·····	(115)
枝竹黑鲩煲·····	(115)
蒜子鲮鱼煲·····	(116)
豆腐鲫鱼煲·····	(116)
鲤鱼红豆煲·····	(117)
枝竹海鲤煲·····	(117)
鲤鱼糯米煲·····	(118)
粉丝鱼球煲·····	(118)
生菜鲮鱼球煲·····	(119)
咸鱼石斑煲·····	(119)
斑腩云腿煲·····	(120)
沙爹鱼腩煲·····	(120)

砂锅大鱼头煲·····	(121)
鱼头茄子煲·····	(122)
豉汁白鳝煲·····	(122)
火腩扣鳝煲·····	(123)

第二章 客家菜精选

家畜类

东坡大肉·····	(124)
梅菜扣肉·····	(125)
八宝炸猪脑·····	(126)
东江酿豆腐·····	(127)
蚝油三鲜·····	(128)
上汤爽口肉丸·····	(129)
原煲腐皮卷·····	(129)
清汤春卷·····	(130)
雪花丸·····	(131)
香炸肝卷·····	(132)
香柠焗肉排·····	(133)
将军啄石·····	(133)
汤泡肚尖·····	(134)
白果猪肚·····	(135)
清煲蹄筋·····	(135)
黄蜂刁蝉·····	(136)
清汤牛丸·····	(137)

家禽类

东江盐焗鸡·····	(138)
麻辣拌鸡·····	(139)

梅菜焖鸡·····	(139)
豉油王浸鸡·····	(140)
草菇水蒸鸡·····	(141)
月儿鸡·····	(142)
凤凰投胎·····	(142)
雪映鸡球·····	(143)
碧绿酥鸡条·····	(144)
黄道大鸭·····	(145)
八珍扒鸭·····	(146)
惹莲大鸭·····	(147)
陈皮炖鸭·····	(147)
火鸭芥菜·····	(148)
光卤鸭·····	(149)
石花煲老鸭·····	(150)
鸭甫绍菜·····	(151)
鸭粒烩冬茸·····	(151)
棉花炖双鸽·····	(152)
银杏泡炒鸽·····	(153)
海鲜类	
原炖杏元水鱼·····	(154)
三脚炖水鱼·····	(155)
凤凰鳝羹·····	(156)
四珍炒鳝丝·····	(156)
杏元炖大鳝·····	(157)
酸菜焖白鳝·····	(158)
清蒸肉蟹·····	(159)
炸溜金钱蟹·····	(159)
芙蓉蟹仁·····	(160)

清汤蟹球·····	(161)
滑蛋鲜虾仁·····	(162)
酥炸虾卷·····	(163)
香糟生鱼球·····	(164)
香肠炒片·····	(164)
素汁生鱼·····	(165)
芙蓉生鱼·····	(166)
网油焖鲥鱼·····	(167)
清蒸鲥鱼腩·····	(168)
香糟焗鲤鱼·····	(168)
炸甜酸酥鲤·····	(169)
清炖鲥鱼头·····	(170)
清汤鱼丸·····	(170)
云腿百合球·····	(171)
异香煎封鲛鱼·····	(172)
红烧酿鲩鱼·····	(173)
干货类	
桂花鱼翅·····	(174)
蝴蝶参羹·····	(175)
婆参炖双鸽·····	(176)
蚝油苏鲍片·····	(177)
鲍鱼扒猪脰·····	(177)
鲍鱼炖老鸭·····	(178)
大虾鱼肚·····	(179)
三丝烩鱼肚·····	(180)
蟹钳烩鱼肚·····	(180)
燕盏莲蓬蛋·····	(181)
杏露燕窝·····	(182)

鸡蓉燕窝·····	(183)
枣蓉燕窝·····	(184)
凤凰瑶柱羹·····	(184)
发菜蚝豉·····	(185)
蚝豉烧腩·····	(186)
蚝豉炖猪脷·····	(186)
腰花本港·····	(187)
大虾炖本港·····	(188)
大虾蒸鱿鱼·····	(188)
大虾冬瓜·····	(189)
婆参白鸽蛋·····	(190)
凤片烧趸片·····	(191)
碧绿鲜带子·····	(192)
生烧带子·····	(193)
盐水虾·····	(194)
清蒸明虾·····	(194)
生蒸龙虾·····	(195)
野味类	
鲜蘑菇炒蛇片·····	(196)
凤爪淮杞炖穿山甲·····	(197)
芪党炖野鸭·····	(198)
虫草炖鹧鸪·····	(199)
杏花鹧鸪松·····	(199)
青豆鹧鸪丁·····	(200)
党芪炖斑鸠·····	(201)
凤肝斑雀片·····	(202)
合桃鹧鸪松·····	(203)
窝烧鹧鸪·····	(204)

炖龟苓汤·····	(205)
鲜笋黄猄片·····	(206)
元肉炖芒鼠·····	(207)
香荷田鸡腿·····	(208)
白果田鸡·····	(208)
云腿冬瓜炖田鸡·····	(209)
蔬菜类	
原炖冬瓜盅·····	(210)
蚝油冬菇·····	(211)
冬菇扒绍菜胆·····	(213)
冬菇扒苋菜·····	(213)
冬菇炖白果·····	(214)
清酿百花菇·····	(215)
红焖三冬·····	(216)
清鲜陈菇·····	(217)
清花菇虾扇·····	(217)
口蘑鸭掌·····	(218)
口蘑肾丁·····	(219)
蟹肉烧蘑菇·····	(220)
蘑菇鸡球·····	(221)
蟹扒鲜菇·····	(221)
鲜菇烩虾扇·····	(222)
雪耳酥鸡·····	(223)

第三章 潮州菜精选

家禽类

普宁豆酱焗鸡·····	(225)
-------------	-------

方鱼蒸鸡·····	(226)
披螺鸡·····	(226)
原盅鸡脚翼·····	(227)
凉冻金钟鸡·····	(228)
笋尖炖鸡翼汤·····	(229)
美味烟香鸡·····	(230)
焖结玉鸡·····	(231)
荷包鸡·····	(232)
咸柠檬煲鸭汤·····	(233)
八宝姜米鸭·····	(233)
鸭掌包·····	(234)
家畜类	
酸甜果肉·····	(235)
烧方肉·····	(236)
千层肉·····	(237)
猪脚冻(潮州冻肉)·····	(238)
乌榄菜蒸肉饼·····	(238)
沙爹牛肉锅·····	(239)
沙爹煎牛肋骨·····	(240)
普宁豆酱焖牛腩·····	(240)
北葱焖羊肉·····	(241)
海鲜类	
生炊鲈鱼·····	(242)
生炊鲳鱼·····	(243)
清蒸蝴蝶鱼·····	(243)
潮州生淋鱼·····	(244)
生炊麒麟鱼·····	(245)
炊柳王鱼·····	(246)

煎煮乌头鱼·····	(247)
西湖菊花鱼·····	(247)
潮州红烧松鱼头·····	(248)
鱼饭·····	(249)
清炖白鳝·····	(250)
蒸盘龙鳝·····	(251)
红焖白膳·····	(251)
酸菜白膳·····	(252)
焖金钱黄鳝·····	(253)
韩江海鲜拼盘·····	(254)
椒盐爆中虾·····	(255)
生菜大明虾·····	(255)
炸凤尾虾·····	(256)
鲜炸虾枣·····	(257)
炸腰果虾球·····	(258)
百花琵琶虾·····	(258)
生炒明虾松·····	(259)
生炊龙虾·····	(260)
生菜龙虾·····	(261)
凉冻蟹钳·····	(262)
生炊蟹肉·····	(262)
芙蓉蒸膏蟹·····	(263)
芙蓉菊蟹·····	(263)
鲜炸蟹塔·····	(264)
清汤蟹羹·····	(265)
清蒸大蟹钳·····	(265)
干货类	
潮州翅·····	(266)

清鱼翅丸·····	(267)
炒桂花翅·····	(268)
冬菇鸡脚鲍·····	(269)
清汤鲍鱼丸·····	(269)
清宫炖水鱼·····	(270)
红焖水鱼·····	(271)
红炖龟裙·····	(272)
什锦海参羹·····	(272)
鸡茸海参·····	(273)
煨响螺·····	(274)
白灼明螺·····	(275)
红炖大海螺·····	(275)
厚剪川螺汤·····	(276)
上汤清螺丸·····	(277)
芙蓉元贝·····	(278)
清干贝丸·····	(278)
蔬菜类	
卤豆腐·····	(279)
清莲花豆腐·····	(280)
碧绿豆腐盏·····	(281)
玻璃白菜·····	(281)
绣球白菜·····	(282)
焖白菜鸡包·····	(283)
厚菇芥菜·····	(284)
云腿护国菜·····	(285)
焖三仙菜胆·····	(286)
萝卜素卷·····	(286)
百花白玉卷·····	(287)

原盅萝卜丸·····	(288)
原盅醉花菇·····	(288)
原盅醉鲜菇·····	(289)
金瓜银杏·····	(290)
开胃酸菜·····	(290)
点心甜品类	
粉包·····	(291)
水晶包·····	(292)
五果姜薯桃·····	(293)
糯米团·····	(293)
云腿伊府面·····	(294)
高丽肉·····	(295)
白果芋泥·····	(296)
绉纱芋泥·····	(297)
甜糕烧白果·····	(298)
马蹄片绿豆爽·····	(298)
银杏姜薯·····	(299)
凉冻什果西瓜盅·····	(300)
蚝烙·····	(300)
新兴牛肉丸·····	(301)
潮汕鱼丸·····	(302)