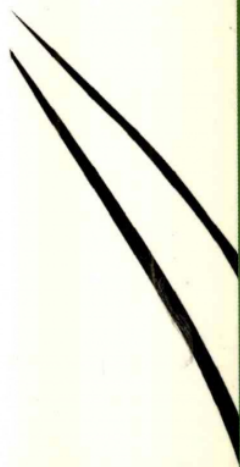


《中国名城大众菜点》丛书编委会

杭州大众菜点



徐步荣
编著



杭州大众菜点

《中国名城大众菜点》丛书

徐步荣 编著

安徽科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

杭州大众菜点/徐步荣编著. -合肥:安徽科学技术出版社,2000

(中国名城大众菜点丛书)

ISBN 7-5337-1758-9

I. 杭… II. 徐… III. 菜谱-杭州 IV. TS972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 48619 号

*

安徽科学技术出版社出版

(合肥市跃进路 1 号新闻出版大厦)

邮政编码:230063

电话号码:(0551)2825119

新华书店经销 合肥晓星印刷厂印刷

*

开本:850×1168 1/32 印张:4.5 彩页:6 字数:120 千

2000 年 8 月第 2 次印刷

印数:4 000

ISBN 7-5337-1758-9/TS·53 定价:10.00 元

(本书如有倒装、缺页等问题请向本社发行科调换)

《中国名城大众菜点》丛书编委会

(排名不分先后)

林世德	石柏林	张康义	邹月明
徐焕昌	封长虎	张富儒	苏树生
汤志信	周孜孚	徐步荣	王子辉
樊淑贤	曹成章	何顺斌	

前 言

杭州是一个风景秀丽的国际旅游城市，它素以“人间天堂”著称而吸引着海内外广大旅游者。杭州自南宋建都以来，各路名厨云集杭州，使杭州菜从萌芽状态进入了发展状态，以杭菜为主的浙江菜系，从此立于全国菜系之列。

改革开放以来，特别是到九二年底，杭州的餐饮业发展迅速，仅私营个体餐饮就有四千余家。杭菜在“南风”的影响下，保持特色并不断吸取其他菜系的长处，使传统菜发挥了新的活力。面向“百姓”的小吃和家常菜，更富有特色，适应于大众消费的河鲜菜和海鲜菜，用料广泛、加工精细、口味独特，深受国内外旅游者的欢迎。

为了服务于读者，我们在继承传统的基础上，吸收了很多有益的东西，结合自己 and 前辈们的实践经验，编写了这本《杭州大众菜点》。菜肴按素菜、凉菜、荤炒菜、荤烧菜、煎炸菜、汤菜、河鲜及海鲜菜分类，点心按甜、咸分类。其中相当一部分是在杭州风行已久的传统菜点，例如：杭州的泥烤菜“杭州煨鸡”；用茶菜作配料的“龙井虾仁”；用酒、酱油调制的“东坡肉”；用水煮后加调料的“西湖醋鱼”等等，都有其独特的烹调技术。有些是改革开放以来的“新潮菜”，如农家原料干菜与海鲜合制而成的“干菜基围虾”，盛器别致的“石锅甲鱼”，包装精致的“纸包银雪鱼”等等。也有一些是我们自己试制的创新品种，如：八仙过海，海鲜冬茸盅，竹笋糯米饭，南瓜套点等等。每一个品种都介绍了原料、制法、特点，便于广大读者制作时参考。

作 者

目 录

第一篇 杭州菜肴

冷 菜

企 (鹰)	(2)	素烧鹅	(5)
相思芭蕉下	(2)	糯米素烧鹅	(6)
彩蝶双飞	(3)	杭州卤鸭	(6)
糯米藕	(3)	糟鸡	(7)
拌笋尖	(4)	三丝拌蜆皮	(7)
兰花豆腐干	(4)	虎跑素火腿	(8)
香干蒿菜	(4)	叉烧云腿	(8)
酸黄瓜	(5)		

素 菜

十里飘香	(9)	凤尾笋	(16)
镜箱豆腐	(9)	兰花春笋	(16)
蟹粉豆腐	(10)	火焖鞭笋	(17)
蘑菇炖豆腐	(11)	糟烩鞭笋	(17)
八宝豆腐	(11)	火腿蒸鞭笋	(18)
三虾煎豆腐	(12)	虾子冬笋	(18)
三丝冬瓜卷	(12)	冬菇炒冬笋	(19)
鸡茸菜心	(13)	栗子炒冬菇	(19)
火腿蚕豆	(13)	樱桃冬菇	(20)
雪梨素鱼片	(14)	冬菇面筋	(20)
红烧卷鸡	(14)	冬菇托儿	(21)
干炸黄雀	(15)	蜜汁火方	(21)
油焖春笋	(15)		

炒熘爆煊菜

虾爆鳝	(22)	香菇里脊	(32)
生爆鳝片	(23)	水菱炒里脊	(33)
油爆大虾	(23)	酱爆兔肉丁	(33)
豌豆炒虾仁	(24)	葱爆兔肉片	(34)
苔菜炒虾仁	(24)	芹菜炒牛肉丝	(34)
韭菜炒螺蛳肉	(25)	雅梨炒腰花	(35)
炒弹涂片	(25)	银鱼炒蛋	(35)
春笋炒鲈鱼	(26)	蛎黄炮蛋	(36)
雪梨鸡丝	(27)	龙井虾仁	(36)
栗子炒嫩鸡	(27)	醋熘鹅块	(37)
西湖醋鱼	(28)	五色鳝糊	(37)
芙蓉鱼片	(29)	彩色虾仁	(38)
龙井鱼片	(29)	兰花鸡茸蛋	(39)
五色鱼丝	(30)	钱江肉丝	(39)
糟青鱼干	(30)	杨梅丸子	(40)
糟熘鱼白	(31)		

烧焖煨烩菜

豇豆干千层肉	(40)	三片广肚	(48)
香酥焖肉	(41)	鸡火扒广肚	(48)
南肉春笋	(41)	墨鱼烤腿肉	(49)
火烩蹄筋	(42)	葱烤肉	(49)
蟹粉蹄筋	(42)	淡菜嵌肉	(50)
稀卤蹄筋	(43)	酥牛肉	(50)
酒焖全鱼	(43)	栗子红焖羊肉	(51)
余蛤蜊鲫鱼	(44)	彩色鱼丸	(51)
头肚醋鱼	(45)	三色鱼丸	(52)
鲈鱼烧豆腐	(45)	斩鱼丸	(52)
豆豉烧鱼段	(46)	清汤鱼丸	(53)
烩虾肉鲈鱼卷	(46)	蟹酿橙	(54)
八仙过海	(47)	红烧鳝段	(54)

红烧河鳗	(55)
三片敲虾	(55)
虾仁鱼皮	(56)
鸡火鱼唇	(57)
奶油鱼唇	(57)
百鸟朝凤	(58)
杭州煨鸡 (叫化童鸡)	(58)
荷叶焗鸡	(60)
黄焖鸡块	(60)

酱鸡	(61)
火腿炖鸭	(61)
芋艿全鸭	(62)
水饺鸭子	(62)
花椒盐水野鸭	(63)
红焖麻雀	(63)
杭三鲜	(64)
扒八珍	(65)

炸煎蒸炖菜

烤鳗	(66)
干炸响铃	(66)
番茄虾仁锅巴	(67)
生煎虾饼	(68)
芝麻虾球	(68)
松炸虾球	(69)
三层鱼片	(69)
鸳鸯鱼枣	(70)
鱼肉夹火腿	(71)
葱柄肉丸	(72)
洋葱煎猪排	(72)
脆皮嫩鸡	(73)
脆皮葫芦鸭腿	(74)
荷叶粉蒸肉	(74)
东坡肉	(75)
蛋蒸三层肉	(75)
荷叶粉蒸羊肉	(76)
清蒸河鳗	(77)
火腿拆骨甲鱼	(77)

鸡包元菜	(78)
荷香蟹腿	(78)
蛋皮鱼卷	(79)
蛋煎蛭子	(79)
生煎肉饼	(80)
银丝肉丸	(81)
葱花肉	(81)
花椒鹅块	(81)
玛瑙野鸭片	(82)
烹鹤鹑	(83)
蟹粉狮子头	(83)
新风鸡	(84)
苹果鸡脯	(85)
红乳卤蒸笋鸡	(85)
菊花鸡翅	(86)
火腿炖蹄膀	(86)
芝麻牛排	(87)
炸香脆肉	(88)

海 鲜 菜

蒜茸龙虾仔	(88)	纸包银雪鱼	(89)
-------------	------	-------------	------

干菜基围虾	(89)
八宝全鱼	(90)
软熘鲈鱼	(90)
苔菜鱼片	(91)
清蒸鲳鱼	(92)
腐皮包黄鱼	(92)
蛋清黄鱼条	(93)
丝瓜卤蒸黄鱼	(94)
糖醋酥鱼	(94)
松花板鱼	(94)
糖醋鲳鱼	(95)
菜蔬鲨鱼	(95)
清蒸带鱼	(96)

带扎鱼筒	(97)
黄鱼烩鱼肚	(97)
双色鱼丸	(98)
珍珠蟹黄翅	(99)
金鼎蟹鲜	(99)
熘黄青蟹	(100)
炸蟹卷	(100)
蟹粉鱼翅	(101)
蹄筋鱼翅	(101)
黄鱼煨翅	(102)
红烧海鳗	(102)
两虾扒海参	(103)
蛭肉糊	(104)

汤羹菜

赛蟹羹	(104)
莼菜黄鱼羹	(105)
蛤蜊黄鱼羹	(106)
雪花鱼丝羹	(107)
虾米豆腐羹	(107)
三丁豆腐羹	(108)
海鲜冬茸羹	(108)

鸭血豆腐羹	(109)
珍珠海鲜盅	(109)
三鲜冬瓜盅	(110)
西湖莼菜汤	(111)
鱼头浓汤	(111)
沙锅鱼头豆腐	(112)
田螺嵌肉煲	(112)

第二篇 杭州小吃

甜品

南瓜套点	(115)
绿豆糕	(115)
百果糕	(116)
细沙羊尾	(116)
蜜麻花(蜜雪儿)	(116)
吴山酥油饼	(117)

冰糖鱼骨	(118)
桂花鲜莲羹	(118)
桂花鲜栗羹	(119)
金丝蜜枣羹	(119)
芙蓉果羹	(120)
杏仁豆腐	(120)

蛋白夹沙	(121)
百果细沙藏枇杷	(122)
拔丝酥饼肉	(122)

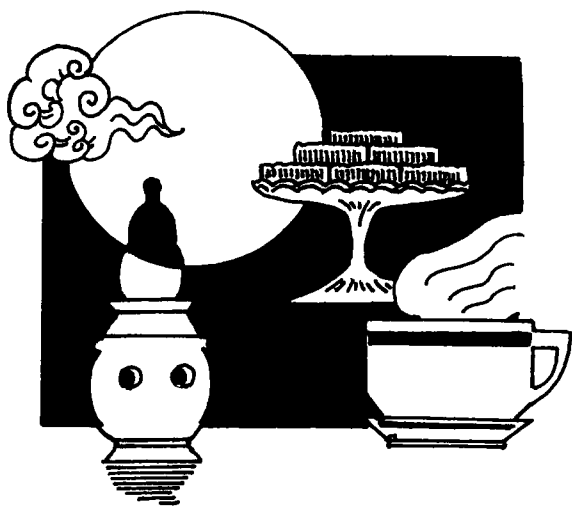
鲜果银耳	(123)
酒酿火腿片	(123)

咸 品

玉米野兔粽	(124)
翡翠鸡粥	(124)
燕皮鱼圆	(125)
猫耳朵	(125)
牛肉粉丝	(126)
三丝炒米线	(126)
脆皮糯米肠	(127)
素菜包	(127)

海鲜烧麦	(128)
南瓜煎饼	(128)
芋艿煎饼	(128)
鸡蛋煎饼	(129)
玉米饼	(129)
小葱芝麻饼	(129)
萝卜丝麦饼	(130)

第一篇 杭州菜肴



冷 菜

企 (鹰)

原料 琼脂 100 克 牛奶 250 克 火腿 500 克 鲜香菇 1 000 克 土豆泥 750 克 火腿 250 克 盐水大虾 200 克 蛋黄糕 50 克 西兰花少许 猪耳朵卷 100 克

制法

1. 琼脂用温水浸涨后，用小火熬稠，加入牛奶，盛入盘中待用。
2. 待琼脂冷却后在盘中用土豆泥摆出鹰的轮廓。
3. 用火腿柳叶片和鲜香菇摆成鹰的羽毛。
4. 用蛋黄糕雕成鹰爪和鹰嘴，并装上眼睛。
5. 在该形状下面用火腿、虾、猪耳朵卷捏出岩石形状，用西兰花点缀即成。

特点 形态逼真，气势非凡。

相思芭蕉下

原料 熟火腿 150 克 可口糕 100 克 蛋白糕 100 克 蛋黄糕 125 克 黄瓜 100 克 胡萝卜 150 克 莴笋 150 克 土豆泥 750 克 琼脂 100 克 牛奶 250 克 西芹 75 克 心里美萝卜 200 克

制法

1. 将琼脂用温水浸透后，用小火熬稠，加入牛奶盛入盘中待用。
2. 等琼脂冷却后，用土豆泥打底，摆出芭蕉叶的轮廓。
3. 在土豆泥上（第一层）摆出可口糕、火腿、蛋白糕、黄瓜

长片；第二层上摆上莴笋、胡萝卜、蛋黄糕长片；用工具对摆出的形状进行整理；用西芹做成叶柄和叶子边。

4. 将心里美萝卜雕成饰品，装饰在“芭蕉”叶的周围。

特点 形态逼真，构思巧妙，色彩鲜艳。

彩蝶双飞

原料 胡萝卜 2 只约 200 克 鱼茸 100 克 菜叶 5 张约 30 克 紫菜 10 克 蛋黄 3 只 蛋白 8 只 青豆泥 100 克 虾茸 100 克 黄瓜 200 克 熟火腿 200 克 猪耳朵 150 克 咖啡冻糕 300 克 熟明虾 100 克 白萝卜 30 克 香菇约 5 克

调料 小葱 1 根 盐 5 克 味精 6 克 麻油 50 克

制法

1. 将胡萝卜批成极薄片状包入鱼茸，再将菜叶、紫菜、蛋黄分别包入鱼茸、青豆泥、虾茸，卷好后蒸熟，呈椭圆形。

2. 把胡萝卜与蛋白糕片、黄瓜与蛋白糕片摆成蝴蝶的身子，将以上的卷摆成蝴蝶的翅膀，然后点上眼睛、足、须，形成彩蝶双飞的姿态。下方用火腿、猪耳朵、咖啡冻糕、明虾、白萝卜等摆成山坡和花草予以衬托。

特点 色彩鲜艳，形象逼真，利用自然色素达到观之悦目、食之可口的效果。

糯米藕

原料 藕 500 克 糯米 100 克

调料 白糖 250 克 饴糖 50 克

制法

1. 先将糯米用温水浸透，沥干待用。

2. 藕剥皮，切去一头，在中间孔中灌入糯米，盖上头，用牙签固定。

3. 锅中放藕、水、糖、饴糖，旺火上烧开，小火上烧 4 小时，熟即可。

特点 色泽红润，香甜软糯。

拌 笋 尖

原料 天目山笋尖 150 克

调料 盐 1 克 味精 2 克 麻油 5 克

制法

1. 先将笋尖浸泡，撕成长条，切成 2 厘米长的段，洗净，再下沸水锅氽一下，捞起，过凉。

2. 把笋尖放碗中，放入盐、味精、麻油，拌匀装盘即成。

特点 笋尖脆嫩，清香。

兰花豆腐干

原料 香干 10 块 （牙签若干）

调料 酱油 75 克 糖 50 克 五香料 10 克 干辣椒 2 只

葱结、姜块各 10 克 黄酒 10 克 芝麻油 10 克 色拉油 700 克
（约耗 150 克） 汤 200 克

制法

1. 将香干洗净，每块先切成均匀的 4 块，再用兰花刀法切成拉网状，串上牙签待用。

2. 炒锅置旺火上，下色拉油烧至六成热，下兰花干炸至色泽淡黄，外表结壳取出。

3. 另起炒锅置旺火上，下色拉油 50 克，下葱结、姜块煸香，加入黄酒、汤、酱油、糖、五香料、干辣椒，下兰花干，沸起；转小火烧至汤汁收浓，取出葱姜，淋上芝麻油即成。

特点 色泽红亮，形状美观；口味微辣，咸中带甜。

香干蒿菜

原料 蒿菜 100 克 天竺香干 50 克

调料 盐 2 克 味精 3 克 麻油 5 克

制法

1. 先将香干在沸水中煮一下，捞起切成末，待用。
2. 蒿菜在沸水中焯一下，捞起，滤水过凉，沥干水分，切成末。
3. 将蒿菜末放在碗中，放入香干末，加盐、味精、麻油拌匀，装盘即成。

特点 口味咸鲜，清香鲜美。

酸 黄 瓜

原料 黄瓜 150 克

调料 白糖 30 克 盐 5 克 白醋 5 克 洋葱 5 克 红椒 5 克 大蒜 5 克 香味 1 片 八角、桂皮各 2 克 色拉油 10 克

制法

1. 将黄瓜洗净，切厚片，洋葱、红椒、大蒜切片。
2. 将黄瓜片焯水，捞起，滤水过凉。
3. 炒锅烧热，下色拉油，加入洋葱片、红椒片、大蒜片略煸，加香料、水，烧开后加糖、盐，出锅晾凉后倒入黄瓜，再加白醋，1~2 天即可食用。

特点 酸甜可口，开胃下食。

素 烧 鹅

原料 豆腐皮 30 张

调料 酱油 25 克 白糖 5 克 味精 2 克 芝麻油 10 克 色拉油 750 克（约耗 50 克）

制法

1. 将味精、酱油、糖放入大碗内，加热水 200 克，调成汤汁。豆腐皮润潮后，撕去边筋。
2. 取豆腐皮 2 帖（1 帖 3 张），将弧形的一端互相重叠 1/3，平摊在砧板上铺底；然后将余下的 8 帖一一对折（横折），在汤汁中浸软后，逐一放在铺底腐皮的下端也互相重叠 1/3；再将撕下的边筋放入汤汁中浸软后，平铺在对折的腐皮上面；然后从下而上

折向另一端（分2次折，第一次折1/3，第二次再折1/3），即成扁条，上笼用旺火蒸3分钟左右，取出冷却。

3. 将炒锅置旺火上烧热，下色拉油，烧至六成热时，放入腐皮卷，待两面均呈金黄色时捞起，抹上芝麻油，切成1.3厘米宽的条装盘即成。

特点 色泽金黄，外脆里软，鲜甜香浓。

糯米素烧鹅

原料 豆腐皮3帖 糯米150克 瓜仁50克 葡萄干50克 黑芝麻50克

调料 白糖50克 色拉油750克（约耗50克）

制法

1. 将糯米洗净、蒸熟，拌入白糖和色拉油，再将瓜仁、葡萄干、黑芝麻一起拌成馅。

2. 把豆腐皮摊好，把拌好的糯米铺在豆腐皮上，糯米中间放入拌好的馅，再卷成长方条。

3. 炒锅至火上，放入色拉油至七成热，下包好的素烧鹅。炸成金黄色，切成块即成。

特点 外脆内糯，香甜可口。

杭州卤鸭

原料 宰净肥鸭1只（约2千克）

调料 葱15克 姜5克 八角0.5克 桂皮1克 绍酒50克 酱油350克 白糖250克

制法

将糖125克，酱油、酒、桂皮、八角、姜、葱入锅，加清水750克，烧沸。将鸭入锅，在中火上卤煮40分钟即熟，（如老鸭约需卤煮1小时）。将鸭起锅，冷却后斩成约1.7厘米宽的条块装盘。把白糖125克放在原汁锅中继续煮至稠浓。食前将1/10的卤汁浇在鸭块上，其余卤汁留待下次再用。

特点 色泽红润光亮，卤汁稠浓醇厚，鸭肉鲜嫩香甜，为夏令时菜。

糟 鸡

原料 越鸡 1 只约 2.5 千克 曲酒（50°糟烧酒 150 克）

调料 绍酒 250 克 精盐 125 克 酒糟 1 千克 味精 5 克

制法

1. 选用宰净的肥嫩越鸡（阉过的公鸡最好）1 只，放入沸水锅中氽 2 分钟取出，洗净血沫，再入锅，加水浸没，在旺火上烧沸。小火焖 30 分钟，冷却。将鸡取出，沥干水，先斩下颈项（连头），用刀从尾部沿背脊骨对剖开，剔出背脊骨（对斩断）和鸡翅，再取下鸡腿，并在腿内侧厚肉处剖一刀。将鸡身每片对切成 2 片（共切 4 片），用盐 75 克、味精拌匀，擦遍鸡肉的各个部分。

2. 将酒糟、盐 50 克、曲酒、绍酒放入瓦钵，搅匀待用。

3. 取瓦罐 1 只，将搅匀的酒糟一半放入罐底。用一块消毒过的纱布盖住罐底酒糟，再将鸡放入罐内。另取纱布袋 1 只，装入余下的酒糟，覆盖在鸡上面，密封罐口存放 2 天，即可食用。

特点 鸡肉鲜嫩，香气扑鼻，别有风味，是冬令时菜。

三丝拌蜆皮

原料 陈海蜆皮 300 克 熟火腿 25 克 熟鸡丝 25 克 黄瓜 200 克 青椒 15 克 蒜头 10 克

调料 酱油 25 克 白糖 15 克 精盐 50 克 味精 1.5 克 醋 20 克 芝麻油 25 克

制法

1. 蜆皮剥去红膜，用凉水洗净，切成长约 5 厘米的细丝，加盐 45 克，浸在凉水中用手捏出涩腥，然后洗涤 3 次，去掉咸味，再在凉开水中浸漂 1 小时后，捞出沥干。

2. 黄瓜去皮、籽，切成细丝，用盐 5 克搅拌滗去水分。火腿切成和蜆丝同样大小的丝。青椒洗净去籽和蒂，切成丝，盛入漏