

《中国名城大众菜点》丛书编委会

北京大众菜点

吴正和
编著



北京大众菜点

《中国名城大众菜点》丛书编委会

吴正和 编著

安徽科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

北京大众菜点/吴正和编著. —合肥:安徽科学技术出版社, 2000. 8

(中国名城大众菜点丛书)

ISBN 7-5337-2034-2

I. 北… II. 吴… III. 菜谱-北京
IV. TS972.182.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 43680 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)2825419

新华书店经销 合肥中德印刷培训中心印刷厂印刷

*

开本:850×1168 1/32 印张:2.5 插页:4 字数:67 千

2000 年 9 月第 1 版 2000 年 9 月第 1 次印刷

印数:5 000

ISBN 7-5337-2034-2/TS·74 定价:6.00 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)

吴正和	张康义	邹月明	曹成章
林世德	石柏林	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	何顺斌
季佳忠	万玉梅	蒋明刚	李志刚

前言

北京菜，简称“京菜”。其主要特点是取料广泛，花色繁多，调味精美，口味以脆、酥、香、鲜为特色。它的不少菜点颇具名气，如北京烤鸭、凤戏牡丹、仿膳饽饽、豌豆黄、荷花酥、艾窝窝、驴打滚、炒肝、灌肠等。它的烹调方法，有50余种，其中比较突出的有油爆、酱爆、汤爆、葱爆、水爆、锅塌、糟熘、醋椒、拔丝、高力等10多种。它的调味有咸、甜、酸、辣、香糟、五香、黄酱、麻酱、邪（指香菜、蓬蒿、茴香等特别的调味）等9种。

北京是中国的著名古都，相应地京菜沿袭了宫廷菜的许多特点。中国历代封建王朝都设有御膳机构，专门管理帝王和后妃的膳食。以清王朝来说，它的光禄寺实际上是个“国家大厨房”，其下设有寿膳房、寿茶房、御膳房、野筵房等；御膳房内还设有荤局、素局、点心局、饭局、包哈局（专做烤猪、烤鸭和咸菜）等。宫廷菜的特点是选料严格、制作精细、形色美观，口味以清、鲜、酥、嫩见长。最为著名的是满汉全席，它属宫廷菜，是满菜与汉菜相结合而形成的精华，也是中国宴席菜的集大成者。宫廷菜所用的原料，大部分是贡品，珍贵异常，讲究华丽；其制作者都是在全国精选来的，技艺精湛，融会了百家之长，其菜名一般都具有吉祥富贵的象征意味。宫廷菜在中国烹饪史上作用显著，例如：使烹饪技术得到了充分的发挥；把零散的中国烹饪技术精华汇集到了一起，使中国烹饪技术得到了极大的发展，赢得了国内外的赞誉，等等。

北京菜颇具特点，北京小吃也值得总结。但是，目前尚无专门介绍北京大众菜点的书籍。因此，作者查阅了大量的书籍资料，走访了许多京城著名厨师和有名气的食所，经提炼总结写出了这本《北京大众菜点》。本书力求精练，尝试探索和总结京菜的特点。

书中不妥之处，恳请各界人士批评指正。

作 者

目 录

第一篇 北京菜肴

冷 菜

凤凰展翅	(2)	五丝菜卷	(9)
冻鸡	(3)	姜汁扁豆	(10)
炆玉龙片	(4)	鹦鹉莴笋	(10)
芥末鸡丝	(4)	蝴蝶大虾	(11)
二龙戏珠	(5)	龙凤呈祥	(11)
盐水肫	(6)	糟鸭肝	(12)
熊猫蟹肉	(6)	糟肉	(12)
檀扇鸭掌	(7)	珊瑚鱼	(12)
金银鸭	(7)	水晶明虾	(13)
兰花豆干	(8)	卷尖	(14)
葵花麻鱼	(8)	羊糕	(14)

素 菜

糟煨冬笋	(15)	草菇油菜心	(18)
龙井竹荪	(15)	白扒猴头蘑	(18)
干贝菜心	(16)	豆苗龙须菜	(19)
蟹黄芥菜	(17)	鲜蘑扁豆	(20)
干贝冬瓜	(17)	干贝瓢菜	(20)

炒熘爆煨菜

鸭丝掐菜	(21)	宫保兔肉	(24)
糟熘鸭肝	(22)	芫爆鸡肫	(25)
油爆鸭舌	(22)	汤爆肚片	(26)
芫爆鸭胰	(22)	葱炮羊肉	(26)
炒鸭肠	(23)	全爆	(27)
桃仁鸡丁	(24)	醋熘腰花	(27)

翠柳凤丝	(28)	胡萝卜酱	(29)
凤眼秋波	(29)		

烧焖煨菜

红烧鸭膀	(30)	红烧元鱼	(33)
黄焖鸭腰管筴	(31)	红烧驼掌	(34)
香菇焖鸡肫	(31)	口蘑鹿肉	(35)
口蘑焖豆腐	(32)	云片鸽蛋	(36)
锅烧鸭子	(32)	凤戏牡丹	(37)
黄酒焖鸭	(33)		

炸煎蒸炖烤菜

软炸鸡	(37)	酒蒸鸡	(40)
鸭油蒸蛋糕	(38)	母子相会	(40)
炸烹晃虾	(38)	糟鸭头炖鲫鱼	(42)
干煎黄鱼	(39)	北京烤鸭	(42)
糟蒸鸭肝	(39)	菠萝烤鸭	(45)

汤 菜

仿膳饽饽	(46)	清蒸哈士蟆	(49)
口蘑黄耳汤	(46)	清汤燕菜	(50)
竹荪豆苗汤	(47)	鸽蛋鸭舌汤	(50)
杏仁蒸鸡	(47)	清炖仔鸽	(50)
沙锅鱼块	(48)	沙锅炖鸭	(51)
清汤银耳	(49)		

海 鲜 菜

油焖小虾	(52)	红烧鱼唇	(55)
干烧海参	(52)	黄袍加身	(55)
鸡茸干贝	(53)	抓炒大虾	(56)
清炒虾仁	(53)	清炒鳝丝	(56)
油爆鱿鱼	(54)		

第二篇 北京小吃

甜 品	
豌豆黄	(58)
芙蓉糕	(58)
金糕	(59)
三不粘	(59)
荷花酥	(60)
打泡豆沙	(60)
炒三泥	(61)
萨其马	(61)
艾窝窝	(62)
驴打滚	(62)
咸 品	
春卷	(63)
大卤面	(63)
炸酱面	(64)
萝卜丝饼	(65)
蒲鱼茸烧卖	(65)
四喜饺	(66)
炒肝	(66)
灌肠	(67)
肉末烧饼	(67)

第一篇 北京菜肴



冷 菜

凤凰展翅

主料 北京填鸭 1 只

配料 鸡蛋 8 个 黄瓜 500 克 金糕 50 克 胡萝卜
250 克 鸽蛋 12 个 黄油 40 克 面包 50 克 樱桃 2 粒
调料 料酒 5 克 精盐 1 克 卤汤 1500 克 葱 50
克 姜 25 克 桂皮 15 克 大料 10 克 香油 15 克 白
糖 5 克

制法

1. 把鸡蛋黄、鸡蛋清分别磕入 2 个碗中并打散，再加入料酒、精盐、清水各少许并拌匀，再分别倒入 2 个放油纸的平底四方铁模子中，上屉蒸熟取出；除去铁模子和油纸，晾凉后即成蛋黄糕和蛋白糕。

2. 用水将 3 条黄瓜冲洗干净，用刀切成 6.6 厘米长的段，然后片下黄瓜皮。将黄瓜皮放入盆中，加少许精盐拌腌 5 分钟，滗出汤汁，再加少许香油拌匀。

3. 将胡萝卜刮去外皮，用清水冲洗干净，顺长切成两半，放入盆中，加入少许精盐拌腌 10 分钟，滗出汤汁，加少许香油拌匀。

4. 用清水将 1 条黄瓜洗净，顺长切成两半，放入盆中，加少许精盐拌腌 5 分钟，滗出汤汁，加少许香油拌匀。

5. 将填鸭从尾部开膛，掏出五脏，剁去鸭掌，用水冲去血污。锅中注入清水，放入填鸭，煮五成烂时捞出。另取锅，注入卤汤和葱、姜段、桂皮、大料，上火烧开后

放入填鸭，在微火上卤 30 分钟左右捞出，在鸭皮上涂抹一层香油，即成酱鸭子。

6. 用刀从酱鸭子背部竖劈开，拆去鸭骨，留出一部分鸭皮，其余的鸭皮、鸭肉均切成 4 厘米长的丝。

7. 取 12 个羹匙，分别抹上一层香油，并分别磕入一个鸽蛋，上屉蒸熟取出；用小刀从羹匙边上划开，取出熟鸽蛋。

8. 将蛋黄糕、蛋白糕、炆黄瓜皮、酱鸭皮均切成长 8 厘米，一头宽 1 厘米、一头尖的长条。用小刀将炆黄瓜条切成凤凰的嘴、爪子，将金糕刻成凤冠形，樱桃刻成眼睛。将剩余的黄瓜条、胡萝卜条分别切成宽 1.7 厘米的梳子块，将剩余的黄瓜皮切成 4 条 3.3 厘米长的细丝。

9. 将面包切成 2 个椭圆形片。用少许开水将黄油化开后，放入白糖，搅拌上劲，分别抹在 2 个面包托上。又分别在黄油上面放半个樱桃，再分别在樱桃两侧码上 2 条黄瓜皮细条。

10. 在大鱼盘中间放酱鸭丝，码成凤凰展翅的造型，再用 5 种颜色的条交错码成羽毛形，然后再码上嘴、爪子、眼睛和凤冠。用黄瓜和胡萝卜切成的梳子块码成 2 条尾巴，上面顺长摆上熟鸽蛋，在尾尖处各放上一个黄油面托即可。

冻 鸡

原料 光母鸡 1000 克 猪肉皮 250 克

调料 京葱段 35 克 姜片 30 克 黄酒 5 克 精盐 2 克 清汤 1000 克

制法

1. 母鸡煮透，取出，拆去大小骨头，只取其腿肉、胸脯肉和翅膀，一起放在盛器里，其他留作别用。

2. 刮净猪肉皮上的肥肉，煮透，盖在鸡肉上，加清汤（淹没鸡肉）、京葱段、姜片、盐、酒，上笼蒸烂。然后将肉皮、葱、姜取出不要，将鸡放入冰箱，使之冻结。

3. 上席时，取出鸡肉切成长约 3.3 厘米、宽约 1 厘米的长条，装在盘里，上面放鸡冻即可。

特点 色白而明亮，清凉滑润，适宜于夏季。

炆玉龙片

原料 净草鱼肉 250 克

调料 精盐 1 克 料酒 10 克 香油 10 克 姜少许

制法

1. 用刀将草鱼切成长、宽均 3.3 厘米，厚 0.3 厘米的片。姜用水洗干净，切成细丝。

2. 锅中注入清水，上火烧开，放入切好的鱼片，余熟捞出，放入盆中，加入精盐、料酒、香油和姜丝，搅拌均匀晾凉。

3. 将拌匀的炆鱼片整齐地码入圆盘中，上面码上用燕窝做成的“祥”字即可。

芥末鸡丝

原料 鸡脯肉 250 克 鸡蛋 2 个

调料 芥末 15 克 酱油少许 精盐 3 克 香醋、味精、菱粉、麻油各少许 生油 250 克

制法

1. 鸡脯肉去皮去筋，切成细丝，放入用蛋清、水、菱粉调和的糊浆内喂拌一下。

2. 用滑过油的锅，下生油用中火烧热后，再将鸡丝放入，用筷子慢慢地划熟（油的热度要适当，太热了鸡丝容易结块；热度不够，糊浆又裹不上鸡丝）。再将划熟的鸡丝倒入漏勺，滤去油，放在盆里。

3. 把酱油、醋、麻油、味精、精盐和芥末调好，浇在鸡丝上面即可。

特点 黄中带白，味清而嫩，辣而刺鼻，有通气开胃的作用。

二龙戏珠

原料 小香肠 500 克 掐菜 400 克 粗胡萝卜 2 根
黄瓜 3 条 小水萝卜 1 个 干莲子 4 个

调料 精盐 1 克 香油 10 克

制法

1. 把小香肠放入平盘，上屉蒸熟，取出晾凉，放在熟菜墩上，顺刀斜切成圆薄片。

2. 锅中注入清水，上火烧开，下入洗净的掐菜余一遍捞出，倒入清水中过凉，滗净水，放入盘中，加入精盐、香油拌匀。

3. 用水将黄瓜、胡萝卜洗净泥沙，放入消毒水中浸泡 5 分钟，再用清水冲洗 2 遍。将黄瓜顺长切成 3 条，取中间的 1 条，用小刀在上面刻出锯齿状的龙脊形，共刻 2 个。用小刀将胡萝卜刻成 2 个龙头、龙爪和龙尾。将干莲子削去根部，刮去外皮，用水洗净，镶在 2 个龙头上做眼睛。用刀将水萝卜削去皮，刻成 1 个绣球。

4. 用炆好的掐菜在长鱼盘中码成 2 条大小相等的飞腾的龙身形胎，在每条龙胎的两头各放上用胡萝卜刻成

的龙头、龙尾。用香肠片由龙头部开始，交错地码至龙尾，呈龙鳞状。在龙身上面镶上刻好的黄瓜龙脊，然后再镶上龙爪。在2条龙中间放上绣球即可。

盐 水 肫

原料 鸡肫 12 只

调料 整花椒 2 克 京葱段 5 克 姜片 4 克 黄酒 1 克 精盐 2 克 猪油 75 克 鸡汤 25 克

制法

1. 剥净鸡肫里外的皮后，先单面打菊花刀，放入开水里氽一下。

2. 锅烧热，放猪油，加京葱段、姜片、酒、花椒、盐和鸡汤，再将鸡肫放入，用小火煮 3 分钟。至鸡肫呈红色，汤收干，即取去葱和花椒，将鸡肫和卤汁一起盛入盆里即可。

特点 本色，鲜、香、爽口。

熊猫蟹肉

原料 上等蟹肉 250 克 发菜 15 克 蛋白糕 2.5 克 黄瓜 50 克

调料 精盐 1 克 香油 5 克 清汤 100 克 花生油 250 克

制法

1. 将蟹肉中的皮骨挑出，用手搓成丝。加上精盐上锅蒸 10 分钟。

2. 将发菜放碗中，注入温水，浸泡 10 分钟，捞出，洗净，去杂质，控净水。坐煊锅，注入花生油，烧至六成热，放入发菜略炸一下，捞出，控净油。

3. 将清汤注入汤锅，放入发菜，加少许精盐，在火上煨5分钟，捞出，控净水，撕成小段，放入碗中，加入香油、精盐拌匀。

4. 将蟹肉放入圆盘中，码成熊猫胎形，再将发菜码在熊猫身上做成黑毛，将蛋白糕做成小圆片，码在熊猫头部做成眼睛。用刀片下黄瓜皮，刻成竹叶形，码在熊猫周围即可。

檀扇鸭掌

原料 鸭掌 25 个

调料 芥末粉 10 克 精盐 0.5 克 醋 5 克 香油 5 克

制法

1. 用水洗净鸭掌，剪去脚垫。将清水注入锅中，放入鸭掌，煮15分钟，捞出，放入凉水中过凉，用手将鸭掌的筋骨从背面拆净，剪去毛边，放入盘中，用沸水烫一下捞出。先将1个鸭掌放在圆盘边上（掌面朝上），再将其余鸭掌的跟部同第一个鸭掌的跟部叠起，呈打开的扇面形。

2. 将芥末粉放入碗中，注入适量开水，冲熟，用盘子盖严，放入冰箱中。待凉后打开盘子，加入醋、精盐、香油，调和均匀，浇在鸭掌上即可。

金 银 鸭

原料 光北京鸭 1 只 熟火腿 125 克

调料 黄酒 1 克 精盐 1 克 肉皮冻 30 克 清汤 250 克

制法

1. 光鸭放入冷水锅，煮至八成烂后捞出，拆去大小骨头，取胸脯肉 300 克，批成 3.3 厘米长、1.6 厘米宽的薄片。火腿片成同样大小的薄片。

2. 将鸭片和火腿片一片隔一片地平排在盘里，共 12 行，形如盆口，再加清汤、酒、盐和肉皮冻，上笼蒸透后取出，放入冰箱，使之冻结，上席时，将它翻扣在另一只盘里即可。

特点 红、白二色，味鲜嫩，入口清凉，为夏令佳肴。

兰花豆干

原料 白豆腐干 250 克

调料 葱、姜、大料、糖、绍酒、精盐各适量 上汤 1000 克

制法

1. 将豆腐干用温油炸一下，再将豆腐干开 0.3 厘米宽的蓑衣花刀。葱切段。姜拍破。

2. 坐炒锅，加油，下入豆腐干炸成金黄色，捞出控油。

3. 炒锅留底油，煸炒葱、姜、大料至出香味，下汤、精盐、糖、绍酒和豆腐干，大火烧开后小火煨透，收干汤汁，淋上香油，出锅晾凉，改刀装盘即可。

葵花麻鱼

原料 净草鱼肉 200 克 芝麻 50 克

调料 料酒 10 克 精盐 0.5 克 鸡蛋清 3 个 干玉米粉 15 克 葱姜段 25 克 花生油 500 克

制法

1. 用刀将草鱼肉片成长 8 厘米、宽 6.5 厘米、厚 0.7 厘米的大薄片，放入碗中，加入葱姜段、料酒、精盐，腌