

吃在广东
小丛书

梁昌 廖锡祥 编著

鸡120味



清纯的岭南风味 浓郁的珠江气息
精湛的广东厨艺 美味的粤菜佳肴



广东科技出版社

吃在广东小丛书

鸡120味

梁 昌 廖锡祥 编著



广东科技出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

鸡120味/梁昌, 廖锡祥编著. —广州: 广东科技出版社, 2003.6

(吃在广东小丛书)

ISBN 7-5359-3263-0

I. 鸡… II. ①梁…②廖… III. 鸡肉-菜谱-广东省 IV. TS972.125

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第013567号

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮编: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

http: //www.gdstp.com.cn

经 销: 广东新华发行集团

印 刷: 广东省肇庆市科建印刷有限公司

(广东省肇庆市星湖大道 邮编: 526060)

规 格: 850mm×1168mm 1/64 印张2.75 字数60千

版 次: 2003年6月第1版

2003年6月第1次印刷

印 数: 1~8 000册

定 价: 5.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

目录

爽滑白切鸡·····1	碧绿牡丹鸡·····22
碧绿上汤奶油鸡·····2	铁扒鸡·····23
金华玉树鸡·····3	葡萄香液鸡·····25
九制陈皮花雕鸡·····4	碧绿上汤鸡·····26
蜜软鸡·····5	啫啫鸡·····27
翡翠杏花软鸡·····7	香波手撕鸡·····29
香糟软鸡·····8	香荔贵妃鸡·····30
蒜香糯米鸡·····9	飘香贵妃鸡·····31
脆皮糯米鸡·····11	奶汁贵妃鸡·····32
沙律脆皮鸡·····12	枣茸蒸参茸鸡·····33
凤城脆皮鸡·····14	沙姜蒸鸡·····34
翡翠醉翁鸡·····15	隔水蒸鸡·····35
快捷三杯鸡·····16	家乡蒸鸡·····36
四杯鸡·····17	荷香蒸鸡·····38
酿百花鸡·····18	盐水浸白切鸡·····39
玫瑰豉皇鸡·····20	香酥炸子鸡·····40

杞子虫草蒸鸡	41	玉液炖鸡	59
话梅蒸滑鸡	42	蜜味豆酱鸡	60
香露炖鸡	43	桂圆乌鸡煲	61
新法盐焗鸡	44	盐水浸“二黄头”	62
红酒荔枝鸡	45	大椒浸乌鸡	63
鲜荷飘香鸡	46	原汤滑鸡煲	64
玫瑰路边鸡	48	柚皮滑鸡煲	65
秘制茶香鸡	49	锡纸焗滑鸡	66
回眸麻香鸡	50	划鸡火锅	67
鲜人参炖竹丝鸡	51	草菇炆鸡	68
鹿尾巴人参炖 了鸡	53	家乡焗鸡	69
高丽参炖竹丝鸡	54	脆皮雏凤	70
上汤姜葱鸡	55	咕嚕鸡球	71
酥炸香汁鸡	56	双冬炒鸡球	72
橘香鸡	57	金山汁会鸡球	73

鲜番茄扒鸡球	74	姜芽炒鸡片	92
杨梅汁会鸡球	75	鱼白汆鸡片	93
香滑鸡球	77	香菇火鸡片	94
碧绿烧云腿拼鸡球	78	土鱿炒鸡片	95
香糟滑鸡球	79	果汁煎鸡脯	97
镇江醋炒鸡球	80	锅贴牛油鸡柳	98
梅酱会鸡球	81	沙律香麻鸡柳	99
大肉鸡球	82	凉瓜炒鸡条	100
沙锅云吞鸡	83	骨香鸡条	102
西瓜炖鸡脯	85	凤巢三丝	103
酥香碎炸鸡	86	网油鸡丝卷	104
沙锅胜瓜浸滑鸡	87	酥脆鸡丝卷	106
芙蓉鸡片	88	蓑衣鸡丝	107
鲍鱼汆鸡片	89	鸡丝烩花胶	108
鸡片扒海参	90	鸡丝烩鱼唇	109
		鸡丝扒苋菜	111

鸡丝扒龙须 ·····	112	贵妃焗凤翅 ·····	132
鸡丝烩鱼肚 ·····	113	花雕鸡翼球 ·····	133
蟹黄扒鸡丝 ·····	115	玉簪凤翅 ·····	134
鸡丝鱼茸羹 ·····	116	美极焗鸡中翅 ·····	135
鸡丝煎薄饼 ·····	117	花菇炖凤爪 ·····	136
香蕉炒鸡丁 ·····	119	沙姜汤浸凤爪 ·····	137
杞子滑鸡丁 ·····	120	紫金泡凤爪 ·····	138
榄仁鸡粒盏 ·····	121	虾子扒凤爪 ·····	139
鲜肇实炒鸡粒 ·····	122	珧柱菜胆炖凤爪 ·····	140
百花鸡脯 ·····	123	蜜汁焗胗肝 ·····	141
富贵石榴鸡 ·····	125	柠汁炸胗肝 ·····	142
鸡茸燕窝 ·····	126	锡纸盐焗鸡肫 ·····	143
鸡烩生翅 ·····	127	菜蔬炒鸡冠 ·····	144
虫草蒸鸡脯 ·····	128	梅汁焗鸡腰 ·····	145
酥香荔茸鸡腿 ·····	130	椒盐爆鸡子 ·····	146
菊香鸡翼球 ·····	131	生焗鸡皮 ·····	148

XO 酱爆鸡脆骨	149	姜葱瓦罉鸡	152
珠宝仙杖汤	150	蜜汁梅子焗鸡	154
碧绿香液鸡	151	附录	155

爽滑白切鸡

用料：

光鸡 1 只重约 750 克，姜葱茸 2 小碟，花生油、调味料各适量。

制法：

1. 把光鸡烫过，去清毛绒、黄衣，去清鸡肺、屎包，洗净。

2. 烧滚开水，提住鸡头，放入汤镬内，把鸡提起，倒出鸡腹内温度较低的水，再浸入热水中，如是两次。然后把鸡全浸入微沸的水中约 15 分钟至刚熟，捞起，浸入冷开水（最好是冰水）中冷却。取起，抹干，在鸡身上扫上熟花生油，斩件，上碟，拼成鸡形。

3. 将姜茸、葱茸调味，用滚花生油溅香，同上佐吃。

特点：

皮爽肉滑，味道鲜美，色泽光亮。

碧绿上汤奶油鸡

用料：

光鸡 1 只约 750 克，鲜牛奶 100 克，上汤 50 克，菜蔬 150 克，绍酒 10 克，姜葱茸 2 小碟，湿生粉、花生油、调味料各适量。

制法：

1. 把光鸡用沸水烫过，去清绒毛、黄衣，洗净。烧滚汤水，把光鸡放入汤镬里，用慢火至微火之间的火力（其表现是汤水似滚不滚），把鸡浸熟（在浸的过程中，把鸡提起 3 次~4 次），随即过冷汤泡冻。取起，沥干水，起去骨，将肉切件，放在碟上，摆回五体，拼成鸡形。

2. 把菜蔬用沸水加花生油、盐焯熟，分伴鸡两侧。

3. 将镬洗净，加入上汤、鲜奶、绍酒，调味，待微滚，用湿生粉勾薄芡，加包尾油和匀，淋上鸡面，把姜葱茸用滚花生油溅香，同上佐吃。

特点：

清香鲜甜，嫩滑味美，奶香宜人。

金华玉树鸡

用料：

光鸡 1 只重约 750 克，瘦火腿 50 克，郊菜 300 克，上汤 200 克，二汤 500 克，绍酒 10 克，胡椒粉、湿生粉、味料各适量。

制法：

1. 把光鸡烫过，去清毛绒、黄衣，放进汤镬内，慢火浸至刚熟，其间取出鸡，过冷开水 2 次~3 次，然后起肉去骨，斜切成“日”字形小件共 24 件，分 3 行排放碟上。将火腿也切 24 件，与鸡肉等长，插入鸡肉件之间，摆回五体，拼成鸡形。

2. 烧镬下油，把郊菜用二汤焯熟，捞起，排在鸡肉两侧，排成 4 行。

3. 再烧镬下油，注入上汤，溅绍酒，调味，撒上胡椒粉，用湿生粉勾薄芡，加包尾油

和匀，淋上鸡面，

特点：

鲜香爽滑 美观艳丽。

九制陈皮花雕鸡

用料：

光鸡 1 只重约 750 克、花雕酒 100 克、上汤 150 克、蜜糖 25 克、蚝油 25 克、九制陈皮幼丝 5 克、姜 1 件、葱 2 条（姜、葱均拍裂）、花生油、调味料各适量、茼蒿叶数片。

制法：

1. 把光鸡用沸水烫过，去净绒毛、黄衣，洗净，飞水，晾干，在鸡身表皮上均匀地涂上蜜糖，再晾干。

2. 猛火烧镬下花生油，加热至五成滚，把鸡炸至呈红色。倒出，滤去油，在镬中下姜件、葱条爆香，加入鸡。先溅下花雕酒 75 克，下上汤、九制陈皮丝，调味、下蚝油，加盖，用中火焗至熟。

3. 把鸡取出，斩件，用瓦罉盛载，拼成鸡形。在鸡的原汁中去掉姜、葱，加入剩下的花雕酒，煮沸，淋于鸡面上，放上芫荽叶，加盖，重新加热后，原煲上席。

特点：

肉质鲜嫩，保持原味，有花雕酒、陈皮特殊芳香。

说明：

花雕鸡是广东传统名肴之一，系以肥嫩母鸡、肥猪肉和花雕酒等调料烹制而成，鸡肉鲜嫩，酒香诱人。此菜从饮食保健的原则出发，扬弃了臃滞的肥猪肉，加入有消食开胃、顺气提神功效的“绿色保健食品”九制陈皮（潮州庵埠出品），成菜酒香、果香交融，肥而不腻，令人回味无穷。

蜜 软 鸡

用料：

光鸡项 1 只约 750 克，蜜糖 50 克，上汤 50

克。猪油、味精、精盐各适量。另姜葱茸2小碟。红萝卜改成的花1朵，花生油适量，芫荽叶数片。

制法：

1. 用碗盛载蜜糖、猪油、味精、精盐，加入上汤、和匀。

2. 把鸡洗净、用开水烫过，去清毛绒黄衣，去脚，提着鸡头放入烧着开水的锅内来回烫几次，使鸡腔内受热均匀。然后放入滚水中，慢火浸约15分钟（锅不加盖，水不大滚）至刚熟，取起，随即放入冷开水中泡冻，取出，滤干，起出肉和骨，并留五体。

3. 把鸡骨和鸡颈斩件，用碗盛载，碗中加入1/4蜜糖、味料，和匀后，放在碟上。将肉斩件，铺在鸡骨上，摆上五体，拼回鸡形。把碗中剩下的蜜糖、味料均匀地浇在鸡肉上，将红萝卜花1朵放在鸡头之前，以芫荽叶伴花衬托。

4. 把姜、葱茸调味和匀，用滚花生油溅香，随鸡跟上为佐。

特点：

皮爽肉滑，味鲜香甜，蜜味芬芳，色泽清雅，造型美观，是夏季佳肴之一。

翡翠杏花软鸡

用料：

光鸡 1 只重约 750 克，南杏 50 克，杏仁油 1 滴（不可过多），上汤 100 克，红萝卜汁 50 克，菜菔 150 克，绍酒 10 克，姜米、葱米、胡椒粉、湿生粉、花生油、调味料各适量。

制法：

1. 把光鸡用沸水烫过，去清绒毛、黄衣，洗净。烧滚上汤，注入汤镬内，用慢火至微火之间的火力使汤保持似滚不滚的状态，把鸡浸熟（在浸的过程中把鸡提起 3 次~4 次，使鸡熟度均匀），随即用冷开水泡冻。把鸡起肉，将鸡骨斩件后放在碟上，把鸡肉切件，盖在鸡骨上，拼成鸡形。

2. 把菜菔炒熟，分伴鸡两边。

3. 把南杏用沸水加盐浸过，去衣洗净，用

六成油温慢火加热浸炸至脆、取起，待凉剁碎候用。

4. 烧镬下花生油，下姜米、葱米爆香，加入上汤、红萝卜汁、杏仁油，溅酒，调味，撒上胡椒粉，用湿生粉勾芡，加包尾油和匀，淋上鸡面，撒上杏仁碎便成。

特点：

甘香爽滑，味道鲜美，色泽艳丽。

说明：

此菜因用南杏碎入饌，用杏仁油调味，故称“杏花鸡”。

香糟软鸡

用料：

光鸡 1 只约重 750 克，靚腐乳 2 小件，绍酒 25 克，上汤 150 克，姜葱茸各 25 克，八角 1 小粒，猪油、胡椒粉、湿生粉、调味料各适量，芫荽 2 条。

制法：

1. 将腐乳加上汤拌匀搅散，用洁净布隔渣取汁待用。

2. 把光鸡治净，用绍酒、调味料擦匀鸡身内外，把姜葱茸、八角放进鸡膛内，将鸡放在碟上，入笼中火蒸熟，取出，倾出原汁留用。将姜葱茸放在碟上，弃掉八角。将鸡起肉切件，将骨斩件，放上姜葱面，肉放骨上，砌成鸡形。

3. 烧镬下猪油，把鸡的原汁与腐乳汁倾落镬，调好味道，撒上胡椒粉，用湿生粉勾稀薄芡，淋上鸡面，放上芫荽设色。

特点：

味鲜嫩滑，芳香馥郁。

蒜香糯米鸡

用料：

宰好鸡项 1 只，熟糯米饭 400 克，熟腊肠粒、腊肉粒、北菇粒、虾米各 25 克，鸡蛋 1 只，蒜香粉、干生粉、花生油、调味料各适量。

制法：