



家庭四川菜食谱



现代家庭美食丛书

现代家庭美食丛书（二）

家庭四川菜食谱

李宝国 编

延边人民出版社

【吉】新登字 08 号
责任编辑：许正勋

现代家庭美食丛书（二）
家庭四川菜食谱

出版 延边人民出版社
印刷 吉林市华美印刷有限公司印刷
787×1092 毫米 32 开
1999 年 8 月 第 1 版

发行 吉林省新华书店
印数 1—8.000 册
2 插页 55 印张 900 千字
1999 年 8 月 第 1 次印刷

ISBN7—80648—123—0/2·17

全套定价：76.00 元（册）7.60 元



龙眼烧白



宫宝鸡丁

AB6 62/10



蚝油牛肉



酥炸虾仁



酥烤大方



网油鸡卷



鱼香茄饼



冬菜碎末肉



鱼香虾仁



青菠柳叶面



灯影牛肉



大千炒樱桃

目 录

肉 类

家常臊子牛筋.....	1	银茸鹿肉丝	18
蚝油牛肉.....	2	水煮牛肉	18
龙眼牛头.....	2	辣味狗肉	19
灯影牛肉.....	3	麻辣肉片	21
原笼牛肉.....	4	鱼香腰花	22
荔枝腰花.....	5	鱼香茄饼	22
五更肠旺.....	6	麻辣牛肉丝	23
火爆肚头.....	7	麻辣羊蹄花	24
蚂蚁上树.....	8	野鸡红炒牛肉丝	25
酿冬瓜	8	白油肝片	26
糖醋茄饼.....	9	腐竹焖肉片	27
东坡金脚	10	绿豆肘	28
白云猪手	11	姜汁热肘子	29
焦皮肘子	12	荷叶排骨	29
玫瑰锅炸	13	粉蒸排骨	30
酥烤大方	14	龙眼烧白	31
青笋肉片	15	雪花里脊	32
锅巴肉片	16	蒜烧肚条	33
冬菜碎末肉	17	火爆腰花	33
		卤牛肉	34
		夫妻肺片	35

开水白菜	36	长寿果蒸鸡	57
回锅肉	37	香菇烧鸡	58
水煮牛肉	38	川式炒鸭掌	59
清蒸江团	39	红烧鸭卷	60

野味、蛋禽类

宫保鸡丁	41
鸡豆花	42
泸州烘蛋	43
网油鸡卷	43
鸡淖鱼翅	44
菠饺鸡糕	45
太白鸡	46
魔芋烧鸭	47
锅贴鸡片	48
白市驿板鸭	50
青豆烧鸭条	51
炒鸡什件	52
棒棒鸡丝	52
成都子鸡	53
贯耳全鸡	54
青笋烧兔	55
大千炒樱桃	55
怪味鸡丝	56

小吃类

鲜果西瓜盅	62
酸凉粉	63
油茶	63
青菠柳叶面	64
宋嫂面	65
红油抄手	66
钟水饺	67
麻辣饺子	68
珍珠圆子	69
牌坊面	69
口蘑红汤面	70
红油水饺	71
清汤白玉饺	72
酥皮鸡饺	73
龙抄手	74
三丝凉面	75
家常豆花	75
肉豆花	76

藕丝糕	77	砂锅头尾	96
八宝酿枇杷	78	南味四生片火锅	97
仔鸡豆花	79	鸡兔火锅	98
四川汤圆	80	三鲜冻豆腐火锅	99
四川凉面	81	白肉火锅.....	100
红烧川味牛肉面	81	青鱼头尾砂锅.....	101
担担面	82	砂锅元鱼.....	102
成都酸辣面	83	砂锅野鸡.....	103
三鲜烧麦	84	蜗牛肉片砂锅汤.....	104
口蘑小包	85	双菇炖南蛇.....	105
红油枣花	85	菊花龙凤羹.....	106
冬菜包子	86	砂锅鱼翅.....	107
奶汤菠菜饺子	87	菊花酒锅.....	108
冬菜辣饺	88	渍菜什锦酒锅.....	109
火锅类		海参鸽蛋.....	110
牛尾火锅	89	砂锅海烩.....	111
水饺鸭子	90	清汤广肚.....	112
豆腐鸭架汤	91	冰糖莲子.....	113
石耳炖鸽	92	清炖熊掌.....	114
飞龙砂锅	92	荤素暖锅.....	115
砂锅胖鱼头	93	腌余暖锅.....	115
天麻砂锅鱼头	94	萝卜肉火锅.....	116
砂锅鱼头	95	三鲜火锅.....	117
		一品锅.....	118

狗肉火锅	119
延边狗肉火锅	120
海味火锅	121
鱿鱼火锅	122
四喜火锅	123
香肉火锅	124
毛肚火锅	125
牡丹火锅	126
鲢鱼头火锅	127
四生片梅花火锅	128
八宝汽锅甲鱼	129
黄花汽锅乳鸽	130
参芪汽锅鸭	131
贝母汽锅鸡	131
黄芪汽锅鸡	132
姜附汽锅狗肉	133
洋芋白菜火锅	134
冬料锅	135
蝴蝶火锅	136
罗汉火锅	136
双圆火锅	137
海味火锅	138
四生锅子	139
飞龙玉液锅	140

砂锅煨脐门	141
砂锅牙片鱼	142

海鲜鱼类

嫩炒虾仁	144
蝴蝶海参	145
干炸银鱼	146
红烧带鱼	147
煎烧黄鱼	147
酱焖鲤鱼	148
爆煎鲤鱼	149
软酥鲫鱼	149
焦熘鲫鱼	150
酱汁鱼	150
糖醋鱼	151
五香鱼	152
干烧鱼	153
鱼香虾仁	154
酥炸虾仁	154
家常鲫鱼	155
炒蕃茄虾仁	156
红烧甲鱼	156
水煮鳝鱼	157
滑炒鱼丝	158

干烹偏口鱼.....	159	干煸鳝鱼丝.....	163
煎焖偏口鱼.....	159	鱼子佛手.....	164
氽鱼丸.....	160	炸泥鳅.....	165
辣味姜汁鱼.....	161	溜鱼片.....	166
辣味粉丝胖头鱼.....	162	炸虾排.....	167
蒜豉烧泥鳅.....	163	炸虾段.....	168

肉 类

家常臊子牛筋

主料

水发牛蹄筋 500 克，瘦猪肉 150 克，黄瓜 100 克。

调料：

郫县豆瓣酱 1 汤匙，酱油 0.5 汤匙，精盐 2 茶匙，味精 1 茶匙，料酒 2 茶匙，姜 1 块，葱段 5 段，湿淀粉 0.5 汤匙。

制作：

①将牛蹄筋洗净泡软，下锅加水，用微火煨至烂熟，取出在温水中浸泡，去掉杂质洗净，切成粗条，用开水氽透。

②将猪肉切成绿豆大的颗粒。黄瓜切成条状，开水焯熟，泡凉。

③将锅内油烧五成热，下肉粒煸干水分，烹料酒后装碗。

④将锅内油烧六成热，下豆瓣酱炒出红色，加汤稍煮，然后捞去豆瓣渣，放入肉粒、牛筋、酱油、精盐、料酒、整姜、葱段，用微火烧至烂熟入味，捡去姜、葱，放味精，用湿淀粉勾欠。将汁收浓后淋入麻油，装盘。

⑤将黄瓜条加热加味，镶在碟边四周即成。

蚝油牛肉

主料

腌牛肉片 300 克，蚝油 0.5 汤匙。

调料：

蒜泥 1.5 茶匙，姜片 2 茶匙，葱段 3 茶匙，味精、胡椒粉、酱油、绍酒 2 茶匙，湿淀粉 0.5 汤匙，麻油 3 茶匙，高汤半杯。

制作：

①将蚝油、味精、酱油、麻油、胡椒粉、湿淀粉、高汤调成芡汁。

②将炒锅内的油烧热，放入牛肉片过油，至九成熟时捞出控油。

③将蒜、葱、姜在炒锅内爆出香味，再放牛肉片，烹绍酒、勾芡、淋麻油炒匀即成。

龙眼牛头

主料

牛头皮肉 600 克，鹌鹑蛋 20 个，鸡翅 300 克，带皮猪肉

300 克，干辣椒 10 个。

调料：

酱油 1 汤匙，精盐 2 茶匙，料酒 0.5 汤匙，胡椒粉 1 茶匙，姜 1 块，葱节、湿淀粉、麻油各 0.5 汤匙，花椒 20 粒，糖 3 茶匙，高汤 3 杯。

制作：

①将牛头皮肉用刀削尽粗皮和毛根，切成拇指条状放入开水锅中，用姜、葱、花椒水氽透。

②将鸡翅、猪肉洗净切大块，用姜、葱、花椒水氽透，除法血水。

③锅内先放竹筷垫底，再放猪肉块，牛头用纱布包好放在肉块上，鸡翅盖在上面，放进姜、葱、干辣椒，加高汤淹过原料，下精盐、料酒、酱油、胡椒粉、化猪油、糖色，盖上盖子，用微火煨至烂熟。煨熟后取出，皮朝下整齐地摆放碗内，将其他配料盖在上面。上笼蒸熟，端出翻扣盘中，把锅内煨牛头的原汁烧热，下湿淀粉勾芡，淋上麻油，浇在牛头上。

④将鹌鹑蛋煮熟去壳，将大的一头切平，加热码味，摆在牛头周围即成。

灯影牛肉

主料