

巧做家常菜300款



海潮出版社

巧做家常菜 300 款

禽

章 羽 孟 冀 主 编

海 潮 出 版 社

责任编辑：左祎功

封面设计：王建龙 徐建军

巧做家常菜 300 款——禽

章羽 孟冀 主编

海潮出版社出版

铁三局印刷厂印刷

1990年10月第1版 1991年10月第2次印刷

787×1092毫米 32开本 6.25印张 135千字

印：13501—33500册

ISBN 7-80054-088-X/Z·12 定价：3.15元

前 言

我国禽类资源丰富，品种繁多。随着养殖业的发展，鸡、鸭、鹅等禽类的产量不断增加，鉴于这种情况，我们特意编写了这本书。本书主要介绍了鸡、鸭、鹅、麻雀、鸽子、鹌鹑等的加工和烹调方法。这是一本制作禽类菜方法较全的实用性生活用书，适用于城乡广大家庭、饭店、餐馆和烹饪培训班。

参加本书编写的有黄敬、谢益骥、张宪彩、万家宝、程萍、章仁和同志。在编写过程中，得到了有关专家的指导，并参阅了一些报刊、图书资料，在此深表谢意。如有错误、不当之处，敬请读者指正。

编 者

目 录

(一) 鸡

葱炸鸡·····	(1)
樱桃鸡·····	(2)
囫囵鸡·····	(2)
麻辣鸡·····	(3)
软炸鸡·····	(4)
炸八块·····	(4)
炸芝麻鸡棒·····	(5)
酥炸生果鸡·····	(6)
油淋子鸡·····	(6)
油爆脆皮鸡·····	(7)
清炸胗肝·····	(8)
面包粉炸鸡肝·····	(9)
焦炸鸡肫花·····	(9)
锅烧鸡·····	(10)
烧鸡·····	(11)
吉庆烧鸡·····	(11)
蒜苗烧鸡·····	(12)
红烧鸡块·····	(13)
炒生鸡丝·····	(13)
炒辣子鸡·····	(14)
银芽炒鸡丝·····	(15)

栗子鸡·····	(15)
平安鸡·····	(16)
绿雪鸡丝·····	(17)
鸡骨酱·····	(17)
钢铁仔鸡·····	(18)
鸡丝胡豆·····	(19)
皇后鸡片·····	(19)
鱼香鸡丝·····	(20)
碎米鸡丁·····	(20)
辣子鸡丁·····	(21)
宫保鸡丁·····	(22)
鸡里爆·····	(23)
酱爆鸡丁·····	(23)
油爆鸡丁·····	(24)
盐爆鸡片·····	(25)
香梗爆鸡丝·····	(25)
炒什锦·····	(26)
酸辣鸡肫花·····	(27)
天椒炒腊鸡肫·····	(27)
咖喱鸡·····	(28)
溜鸡卷·····	(29)
蕃茄鸡片·····	(30)

迎春双柳····· (30)	胡椒鸡腿····· (48)
芙蓉鸡片····· (32)	怪味鸡块····· (49)
荠菜鸡丝····· (32)	葱油白切鸡····· (49)
蒜苔溜鸡丝····· (33)	酒蒸鸡····· (50)
鲜莲子鸡丁····· (34)	清蒸鸡····· (50)
红焖鸡····· (35)	蛋美鸡····· (51)
烩鸡糕····· (35)	贵妃鸡····· (52)
烩鸡丝····· (36)	菜包鸡····· (52)
口蘑烩鸡腿····· (37)	布袋鸡····· (53)
葱头烩鸡肝····· (37)	柴把鸡····· (54)
黄焖鸡····· (38)	葡汁鸡····· (55)
清焖鸡浮····· (38)	冬菇蒸鸡····· (56)
法式葱头焖鸡····· (39)	白鲞扣鸡····· (57)
法式鲜蘑焖鸡····· (40)	香露全鸡····· (57)
南瓜黄焖栗子鸡····· (40)	荷叶凤鸡····· (58)
出骨母油八宝鸡····· (41)	枇杷全鸡····· (58)
清煎鸡脯····· (42)	八宝全鸡····· (59)
煎鸡脯通心粉····· (43)	纸包糯米鸡····· (60)
明治鸡饼····· (43)	酸辣鸡三件····· (60)
俄式煎鸡饼····· (44)	家常粉蒸鸡····· (61)
醉鸡····· (45)	粮食丰收鸡····· (62)
椒麻鸡····· (45)	生蒸太极鸡····· (63)
棒棒鸡····· (46)	什锦西瓜鸡····· (64)
丝伴糟鸡····· (46)	拌鸡丝····· (65)
现做糟鸡····· (47)	拌鸡丝黄瓜····· (65)
金鸡报晓····· (47)	扣鸡····· (66)

椒麻鸡片…… (66)
 怪味鸡片…… (67)
 翡翠鸡片…… (67)
 红油鸡丁…… (68)
 麻辣鸡块…… (68)
 扒鸡腿…… (69)
 铁扒鸡…… (69)
 铁扒童鸡…… (70)
 锅贴鸡…… (70)
 锅贴鸡片…… (71)
 潮州烟鸡…… (73)
 巧熏太爷鸡…… (73)
 葱焗童鸡…… (74)
 芝麻酱焗鸡…… (74)
 叉烧鸡…… (75)
 烤苹果鸡…… (77)
 黄泥煨鸡…… (78)
 火烧泥抱鸡…… (79)
 软酥双童鸡…… (80)
 豆渣全鸡…… (81)
 西瓜鸡…… (81)
 川鸡卷…… (82)
 奶油烩鸡…… (83)
 奶油鸡王…… (84)
 奶油鸡肘心…… (84)
 奶油鸡茸汤…… (85)

游龙戏凤…… (85)
 鸡肘心汤…… (86)
 五彩鸡片…… (86)
 鸡蒙小白菜…… (87)
 鸡茸三圆肉…… (88)
 龟鹤延年汤…… (89)
 茉莉花氽鸡片…… (90)
 鸡丝汤豌豆…… (90)
 鸡杂汤…… (91)
 鸡杂黄瓜汤…… (91)

(二) 鸭

香酥鸭…… (92)
 板栗酥鸡…… (92)
 夹炸鸭片…… (93)
 炸鸭肝酥…… (94)
 烫油鸭子…… (95)
 锅巴填鸭…… (96)
 炸肥嫩鸭…… (97)
 糖醋焦酥鸭…… (97)
 脆皮糯米鸭…… (98)
 烧填鸭…… (100)
 青豆烧鸭…… (100)
 锅烧鸭块…… (101)
 烧鸭脚包…… (101)
 烩鸭掌…… (102)
 烩鸭四宝…… (103)

烩鸭条……………(103)
沉香焖鸭……………(104)
黄焖葫芦鸭……………(105)
品锅鸭……………(106)
水晶鸭……………(107)
糟片鸭……………(107)
蟠桃鸭……………(108)
滑炒鸭丝……………(109)
姜爆鸭丝……………(110)
盐爆鸭肠……………(110)
生炒肫片……………(111)
太白鸭子……………(112)
带丝全鸭……………(112)
樟茶鸭子……………(113)
时菜全鸭……………(114)
五香鸭子……………(115)
穿心鸭翼……………(116)
葵花鸭子……………(116)
荤素鸭……………(117)
宏图鸭……………(118)
清蒸鸭子……………(119)
旱蒸鸭子……………(120)
八宝鸭子……………(120)
清蒸烧鸭块……………(121)
柴把肥鸭……………(122)
葫芦鸭……………(122)

茄汁煎鸭腿……………(123)
生煎鸭脯……………(124)
酱鸭……………(124)
卤鸭……………(125)
辣味卤鸭……………(126)
芥茉鸭掌……………(126)
桔汁云南鸭……………(127)
白扒鸭条……………(128)
冬菜扒鸭……………(128)
干贝扒鸭块……………(129)
雪冬燻鸭……………(130)
祁红熏鸭……………(130)
烟熏鸭子……………(131)
腊鸭肠……………(132)
烤填鸭……………(132)
叉烤肥鸭……………(133)
盖蓝炉鸭片……………(134)
沙茶酱烤鸭……………(134)
开乌炖全鸭……………(135)
红烧腐皮鸭……………(136)
生煨鸭块……………(137)
烩什锦鸭羹……………(137)
柴把鸭汤……………(138)
馄饨鸭汤……………(139)
翡翠清汤鸭……………(139)
醋椒鸭架汤……………(140)

鸭掌汤泡肚……(141)

(三) 鹅

红烧鹅……(142)

斋烧鹅……(142)

巧烧雁鹅……(143)

四宝烧雁鹅……(144)

花椒子鹅……(144)

甑鹅……(145)

拆鹅腿片……(146)

卤水鹅……(146)

卤鹅掌翼……(147)

烤鹅……(147)

挂炉子鹅……(148)

清炖鹅酥……(148)

(四) 麻雀

酥麻雀……(150)

清炸麻雀……(150)

炸禾花雀……(151)

炸麻雀丸子……(152)

炸酥禾花雀……(152)

酸辣禾花雀……(153)

五香生炸花雀……(154)

烧煮麻雀……(155)

生炒麻雀……(155)

辣味雀丁……(156)

莼菜禾花雀……(157)

溜麻雀……(157)

溜麻雀脯……(158)

软硬麻雀……(159)

红焖麻雀……(160)

栗子焖黄雀……(160)

五香禾花雀……(161)

卤水禾花雀……(162)

铁扒禾花雀……(162)

蚝油焗麻雀……(163)

雀落莲池……(163)

荔枝炖麻雀……(164)

清炖肉酿禾花雀……(165)

(五) 鸽子

干炸鸽块……(166)

炸五香鸽……(166)

炖五香鸽……(167)

烧乳鸽……(167)

炒鸽片……(168)

芙蓉鸽松……(168)

杏仁溜鸽丁……(169)

菊花溜鸽片……(170)

银芽溜鸽脯……(171)

卤乳鸽……(171)

香芋鸽片……(172)

五元蒸鸽……(172)

海参原蒸三鸽……(173)

油淋香酥鸽……(174)

焗川椒白鸽……(174)

板栗红煨鸽……(175)

香瓜鸽盅……(176)

(六) 鹌鹑

炸鹌排……(178)

炸鹌鹑……(178)

香酥鹌鹑……(179)

脆皮鹌鹑……(179)

八宝鹌鹑……(180)

炒鹌鹑丁……(181)

溜鹌鹑……(182)

荷叶鹌鹑片……(183)

鲍鱼鹌脯……(183)

烹鹌鹑……(184)

箸头春……(185)

卤鹌鹑……(185)

扒莲蓉鹌鹑……(186)

果汁焗鹌鹑……(187)

鲜柠檬焗鹌鹑……(187)

红油鹌鹑……(188)

口磨炖鹌鹑……(189)

鹌脯桂圆羹……(190)

(一) 鸡

包炸鸡

原料：

熟嫩公鸡肉400克，猪网油500克，鸡蛋清3个，净青笋100克，干豆粉750克，川盐1克，料酒50克，白酱油40克，香料10克、姜5克、葱节25克，白糖5克，香油0.5克，熟清油1500克（耗60克）。

做法：

1、熟嫩公鸡肉去骨，切成6.6厘米长、0.5厘米粗的丝，盛于碗中，加入白酱油、川盐（少许）、料酒、香料、姜（拍破）、葱节，搅拌均匀，码半小时以上。鸡蛋清加干豆粉、川盐0.5克调成蛋清豆粉。

2、网油洗净，开水烫一下铺伸，辗干水分，把油梗片平切成6张。用1张把鸡肉丝粘在上面，铺成13.3厘米长、1厘米厚、6.6厘米宽包好。另用1张网油，抹上蛋清豆粉，再包1层。包完之后，交口处多抹一点蛋清豆粉。

3、炒锅洗净，下熟油烧至六成热时，把网油包放入锅内慢慢浸炸，炸到金黄色时，捞起剖开，把鸡肉放入盘中装半边。网油斜切成3.3厘米宽的菱角块，再放入油锅内炸酥脆，全部成金黄色时捞起装另半边。青笋切成10厘米长的薄片，用冷水漂洗一下，甩干水分，加入鸡蛋黄（1个）、白酱油（少许）、白糖、香油，搅拌均匀，抓在盘的中间，上桌即成。

锣槌鸡

原料:

笋鸡腿6只, 麻仁25克, 红绿三角纸12张(直径7厘米), 花生油400克(耗60克), 酱油10克, 料酒8克, 味精1.5克, 盐0.5克, 水团粉12克, 鸡蛋1个。

做法:

1、将6只笋鸡腿, 从关节处剥开, 变为12只, 顺着骨头拉一刀, 把鸡肉剔开, 一头连着, 一头剔断, 留骨棒长5厘米, 过长的可剥去不要, 然后放入盆内, 加点酱油、料酒、盐、味精抓匀, 腌其入味。

2、鸡蛋、水团粉和成稀鸡蛋糊。

3、勺内加花生油, 上旺水烧至五、六成热, 把腌过的鸡腿沾一层蛋糊, 再沾一层麻仁, 下入油锅浸炸, 油温升高时, 可端离火口一会, 再上大火一炸, 成金黄色, 外酥里嫩, 捞出, 每个锣槌鸡腿上包1层彩纸即可。

囡囡鸡

原料:

肥仔母鸡1只, 蛋清2个, 酱油、味精、料酒、葱姜、桂皮、丁香、苹果、花椒、椒盐、味精、八角各适量。

做法:

1、母鸡宰杀去毛洗净, 用清水氽透, 用线捆住(以免

蒸时掉腿脱翅)放盆中。

2、汤锅坐火上添清汤(以淹没鸡为准)放入酱油、精盐、料酒、葱姜、八角、丁香等调料,烧沸撇去浮沫捞入炖盆。上笼蒸1.5小时至烂。

3、蛋清入碗加淀粉拌匀。

4、炒锅置火上,下植物油烧五成热,将蒸熟仔鸡拌匀蛋清糊入油锅内炸1分钟取出,待油烧至八成热时再下鸡炸一下,即可起锅装盘。上桌时带椒盐。

麻辣鸡

原料:

宰好的雏鸡1只约重500克,精盐5克,酱油30克,料酒20克,清汤500克,葱段30克,姜块10克,生花椒面5克,香油30克,花生油1000克(约耗80克)。

做法:

1、将宰好的雏鸡洗净,剥去嘴、爪、翅尖,从脊背中间劈成2片,再剥成2厘米见方的块放入碗内,加入酱油15克渍匀。

2、炒锅放旺火上,加入花生油,烧至八成热时,放入鸡块,炸呈淡红色捞出。炒锅再放火上,加入香油、白糖,炒至鸡血红色时,放入清汤、酱油、精盐、料酒、葱姜烧沸,撇去浮沫,倒入炸过的鸡块移至小火上煨燻,待鸡块八成熟时,撒上花椒面,颠翻均匀,继续用小火煨燻,在汤汁将尽时,淋上香油,颠匀出锅。

软炸鸡

原料：

净鸡2000克，炸土豆条1000克，盐10克，胡椒粉少许，
面条200克，鸡蛋100克，牛奶100克，奶油50克，油150克，
煮胡萝卜条250克，煮扁豆250克。

做法：

1、将鸡用水煮熟（煮时加切碎的胡萝卜、芹菜、葱头、香叶、盐）。剔去骨切每份2块，撒盐、胡椒粉。

2、面粉、牛奶、鸡蛋黄合匀成面糊，把鸡蛋清用蛋抽子成泡沫体，轻轻合入面糊内，然后将鸡块放入滚匀，用热油炸上黄色并熟透。起菜时配炸土豆条、煮胡萝卜条、煮扁豆。

炸八块

原料：

宰好的雏鸡1只约400克，精盐30克，酱油30克，湿淀粉50克，料酒20克，葱丝10克，姜丝10克，花椒盐面5克，花生油1000克（约耗70克）。

做法：

1、将鸡洗净，剥去嘴、爪、翅尖，再剥成八块（脖、臀各1块，腿、翅、脯各2块），然后逐块用刀面拍一拍，刀背砸一砸，剔去两条大腿骨，放入盆内，用精盐、酱油、料酒、葱姜丝腌渍片刻。

2、炒锅内倒入花生油，在中火上烧至五成熟时，将鸡逐块挂上1层薄薄的湿淀粉糊，下入油内稍炸，将锅移至小火上慢炸，至呈金黄色时捞出。油锅移至旺火，烧至八成熟时，再把鸡块重投入油内一炸，随即捞出，沥净油，原样摆入盘内（成伏鸡状）。上桌时外带花椒盐面、辣酱油佐食。

炸芝麻鸡棒

原料：

公鸡腿10只，肥瘦猪肉200克，芝麻50克，花生油750克（实用100克），料酒20克，精盐10克，味精2.5克，白糖2.5克，酱油10克，水团粉50克，葱姜末30克，鸡蛋3个，花椒盐15克。

做法：

1、将公鸡腿用刀分别竖划一刀口，剔出腿骨，截下小腿骨备用。鸡腿肉剔去筋皮后与肥瘦猪肉分别放在木墩上分别剁成细末，放入大碗内加入鸡蛋2个、料酒、精盐、味精、白糖、酱油、水团粉、葱姜细末调成肉馅。再均匀地用手挤成10个丸子，中间插上鸡小腿骨，呈锤形。每个上面刷层鸡蛋，再均匀地撒上芝麻粘牢。

2、煸锅上旺火烧热，倒入花生油，待油烧至六、七成熟时下入做好的鸡棒炸透，捞出，待油热后再复炸一次，呈金黄色时捞出整齐地码放在盘内，走菜时带一手碟花椒盐即可。

酥炸生果鸡

原料：

光嫩鸡 1 只约 1000 克，虾仁 200 克，白膘 200 克，地力 100 克，蛋清 2 只，花生米 200 克，黄酒 25 克，精盐 6 克，味精 3.5 克，葱姜 15 克，菱粉 15 克，香菜 20 克，猪油 1000 克（耗 50 克）。

做法：

1、将鸡除去内脏后洗净，放在盆中，加入葱姜、黄酒、盐，上笼蒸至七、八成烂时取出，拆去骨头，将鸡肉分成 4 大块。

2、把白膘、虾仁、地力分别斩细，放在一起，加入盐、味精拌匀后，再放入 1 只蛋清拌匀分成 4 份。花生米碾碎待用。

3、将蛋清 1 只同菱粉调成蛋糊后，在每块鸡肉上浆 1 遍，蘸上 1 份抹匀的白膘、虾仁等，用手抹平后，再分别撒上花生米。

4、烧热锅放入猪油，待油温达七、八成热时，放入鸡块炸至金黄色（约 5 分钟左右）时取出，切斜刀片装盆。四周围上香菜即可。

油淋子鸡

原料：

童子鸡一只约 750 克，花生油 250 克，白糖、黄酒各 25

克，姜片、葱节各3、4个。

做法：

1、将鸡去毛洗净，破肚，不要肠杂，挂起晾干。
2、以黄酒遍擦肚内，以白糖遍抹四面，随将铁叉叉起。

3、热锅内注入酱油，待沸倾入花生油，加姜片、葱节再煮沸。

4、左手执叉叉鸡朝天，右手执汤瓢舀沸油淋入鸡肚，遍及周身，连续淋浇数10次，见鸡肉由黄色转变为酱色，透出香味为止。剥成8大块，用手撕食，其味甘脆、芬芳可口。

油爆脆皮鸡

原料：

肥嫩母鸡1只约1000克，精盐5克，葱条250克，饴糖200克，芝麻油50克，花椒盐20克，熟猪油750克（耗100克）。

做法：

1、鸡宰杀后退毛，由翼下直刀切开3厘米长小口，掏出内脏洗净，打破鸡眼（以防油炸时发爆），剔除胸骨、腿骨。然后将葱条、花椒盐填入腹内，开口处用针线缝合，放入开水锅稍余取出，吊起晾干。

2、炒锅放在微火上，倒进清水500克，加入饴糖、精盐搅匀煮化成饴糖液（不必煮沸），然后放入晾干的鸡不断翻滚10分钟，使鸡皮渗透饴糖液后捞起，鸡头向上吊在三成热