

吃在广东  
小丛书

梁昌 廖锡祥 编著

# 香浓菜



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

# 香浓菜

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

香浓菜/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 7-5359-3266-5

I. 香… II. (1)梁…(2)廖… III. 菜谱 —广东省  
IV. TS972.182.65

中国版本图书馆CIP数据核字 (2003) 第013896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.gd-tp.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

(广东省肇庆市鼎湖大道 邮编: 526060)

规 格: 850mm×1168mm 1/64 印张2.5 字数50千

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: 4.00元

---

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

# 

## 一、家禽类

|              |    |                    |    |
|--------------|----|--------------------|----|
| 玫瑰蔗香鸡 .....  | 1  | 葱油焗鸡 .....         | 19 |
| 传统香液鸡 .....  | 2  | 酱皇鸡翼球 .....        | 20 |
| 花雕香液鸡 .....  | 3  | 乳香炆鸡腿 .....        | 22 |
| 瓦罉葱油鸡 .....  | 4  | 豉汁蟹柳凤翼 .....       | 23 |
| 香麻手撕鸡 .....  | 6  | 姜葱爆鸡冠 .....        | 25 |
| 乳香脆皮鸡 .....  | 7  | 镬仔荷香盐焗<br>鸡子 ..... | 26 |
| 桑拿酒香鸡 .....  | 9  | 豉椒鸡生肠 .....        | 27 |
| 翡翠蚬蚧鸡 .....  | 10 | 八宝炖全鸭 .....        | 28 |
| 草菇焗鸡 .....   | 11 | 鲜荷陈皮鸭 .....        | 29 |
| 酱皇葱油焗鸡 ..... | 13 | 荔茸窝烧鸭 .....        | 31 |
| 香麻隔水鸡 .....  | 14 | 四宝扣大鸭 .....        | 33 |
| 香麻煎鸡脯 .....  | 15 | 香露炖鸭 .....         | 34 |
| 豉汁鸡翼球 .....  | 16 | 家乡柚皮扣鸭 .....       | 35 |
| 骨香鸡球 .....   | 17 | 香芋炆鸭 .....         | 37 |
| 咖喱炆鸡 .....   | 18 | 菜胆扒鸭 .....         | 38 |

|               |    |               |    |
|---------------|----|---------------|----|
| 荔芋酥扣鸭 .....   | 39 | 香橙贵妃鸽 .....   | 56 |
| 陈皮麒麟鸭 .....   | 41 | 红酒焗鸽脯 .....   | 57 |
| 凉瓜沙锅鸭 .....   | 42 |               |    |
| 冬瓜扣火鸭 .....   | 43 | <b>二、家畜类</b>  |    |
| 鱼香子鸭煲 .....   | 44 | 香蒸五花肉 .....   | 59 |
| 火鸭芥菜汤 .....   | 45 | 乳香焗肉饼 .....   | 60 |
| 咖喱火鸭件 .....   | 46 | 金沙瓜蒸排骨 .....  | 61 |
| 鲜菇炒鸭鼓片 .....  | 47 | 豉椒炒腰花 .....   | 62 |
| 豆苗银针伴火鸭 ..... | 48 | 烤桂花肠 .....    | 63 |
| 金银鸭羹 .....    | 49 | 蒜香牛柳卷 .....   | 65 |
| 桂林安鸭松 .....   | 50 | 香茅蛋煎牛饼 .....  | 66 |
| 椒盐鸭下巴 .....   | 51 | 椒盐牛腩 .....    | 67 |
| 乳香鸭下巴 .....   | 52 | 南瓜扣牛掌 .....   | 68 |
| 凉拌火鹅丝 .....   | 53 | 香煎美国牛仔骨 ..... | 69 |
| 冰镇鹅肫片 .....   | 54 | 香煎牛骨髓 .....   | 70 |
| 茶皇双鸽 .....    | 55 | 红炆干层肉 .....   | 72 |
|               |    | 红酒焗东山羊 .....  | 73 |

|         |    |         |     |
|---------|----|---------|-----|
| 沙嗲银丝羊腩煲 | 74 | 三桂焗鹌鹑   | 92  |
| 生炆狗肉    | 76 | 沙锅陈皮焗蜆鸭 | 93  |
| 蜆蚶炒狗片   | 77 | OK 炸沙锥  | 94  |
| 香茅炒狗片   | 78 | 瓦罉啫桂花雀  | 96  |
| 绿野飘香    | 79 | 桂花雀焗饭   | 97  |
| 酥香兔肉    | 81 | 乳香鹌鹑煲   | 98  |
| 黑椒焗兔肉   | 82 | 香茅可乐焗鹌鹑 | 99  |
| 豉椒炒兔丝   | 83 | 露酒焗鹌鹑   | 100 |

### 三、野味类

|         |    |       |     |
|---------|----|-------|-----|
| 双冬瓦罉果子狸 | 84 | 瓦罉焗水鱼 | 102 |
| 红烧黄猯    | 85 | 蜗牛煎蛋饼 | 103 |
| 陈皮野兔煲   | 86 | 淮杞蜗牛汤 | 104 |
| 奇香斑鹧片   | 87 |       |     |
| 鱼香炒鹧丝   | 88 |       |     |
| 香茅虾酱蒸鹌鹑 | 90 |       |     |
| 陈皮焗鹌鹑   | 91 |       |     |

### 四、水产类

|         |     |
|---------|-----|
| 金珧风鳝柳   | 106 |
| 黑椒泡鳝球   | 107 |
| 梅子磨豉蒸白鳝 | 108 |

|              |     |
|--------------|-----|
| 脆皮吊烧鳝·····   | 109 |
| 香煎顶骨鳝·····   | 110 |
| 鲜栗扣大鳝·····   | 111 |
| 芙蓉鳝饼·····    | 112 |
| 瓦罉焗大鳝·····   | 113 |
| 鲜冬菇炒鱼云·····  | 114 |
| 豉椒炒塘利球·····  | 115 |
| 陈皮焗明虾·····   | 116 |
| 五香盐焗河虾·····  | 117 |
| 蒜茸开边虾·····   | 118 |
| 黑椒啫焗花虾·····  | 119 |
| 吉列沙律虾·····   | 120 |
| 黑椒蒜茸焗肉蟹····· | 121 |
| 治味鲜鱿煲·····   | 122 |
| XO 酱墨鱼片····· | 123 |

## 五、蔬菜类

|              |     |
|--------------|-----|
| 味鱼煎酿凉瓜·····  | 125 |
| 茶腿三瓜·····    | 126 |
| 香糟煎酿茄子·····  | 127 |
| 桂林麻辣烧茄·····  | 128 |
| 银丝鱼香秋茄煲····· | 129 |
| <b>六、干货类</b> |     |
| 金马章鱼煲猪腩····· | 131 |
| 一品海参·····    | 132 |
| 蚝豉腐皮卷·····   | 133 |
| 鲍汁京葱燻鹿筋····· | 134 |
| 雪蛤膏炒鲜奶·····  | 135 |
| 北菇炖三脚·····   | 136 |
| 酥杏百花球·····   | 137 |
| 甫鱼肉粒豆腐煲····· | 138 |
| 凤凰荔茸卷·····   | 139 |
| 附录·····      | 141 |

## 一、家禽类

### 玫瑰蔗香鸡

#### 用料：

光鸡顶 1 只重约 750 克 玫瑰露酒 35 克、玫瑰糖 10 克、上汤 50 克、玫瑰花 2 朵、姜 1 件、葱 2 条、八角 1 小粒（三者均拍松）、竹蔗 1 500 克、黄糖粉 25 克、花生油、生抽、调味料各适量。

#### 制法：

1. 把鸡治净、吊起风干、用玫瑰露酒 25 克、适量调味料擦匀鸡身内外、将姜件、葱条、八角放入鸡腔内、入笼用中火蒸熟、取出。

2. 把竹蔗斩为小段、然后破为碎屑、将玫瑰花瓣撕开、

3. 烧镬下花生油、加入竹蔗碎屑、炒至起

白烟，撒入黄糖粉、玫瑰花瓣，炒匀。将鸡放于蔗面上，加盖，用慢火至微火之间的火力加热熏 10 分钟，把鸡取出，弃掉姜、葱、八角，斩件上碟，拼成鸡形。

4. 在滚上汤中加入玫瑰露酒 10 克、玫瑰糖，调味拌匀，淋于鸡面上。

**特点：**

嫩滑鲜美，香醇馥郁。

## 传统香液鸡

**用料：**

光鸡项：小母鸡 1 只重约 750 克，姜茸 25 克，葱白丝 25 克，汾酒 15 克，上汤 10 克，麻油、湿生粉、花生油、调味料各适量，芫荽叶数片。

**制法：**

1. 将光鸡洗净、抹干，用汾酒和适量调味料、麻油涂匀鸡身内外，把姜茸、葱丝放入鸡腹内，把鸡放在碟上，入笼中火蒸 15 分钟左右

(具体时间视鸡的老嫩而定)至刚熟,取出,倒出原汁,取出姜、葱放碟上,将鸡斩件上碟,拼回鸡形。

**2.** 烧镬下花生油,把鸡的原汁倾入镬中,加入上汤、麻油、胡椒粉,调好味道,用湿生粉勾稀薄芡,淋上鸡面,放上芫荽叶设色。

**特点:**

原汁原味,芳香可口 肉质鲜嫩,芡色明亮,色调清雅,并有姜葱的香味。

## 花雕香液鸡

**用料:**

宰好草鸡项 1 只重约 750 克,花雕酒 100 克,肥肉 1 块重约 100 克,上汤 150 克,蜜糖 25 克,蚝油 50 克,姜 2 片,葱(拍裂) 2 条,调味料各适量。

**制法:**

**1.** 把光鸡用沸水烫过,去清毛绒、黄衣,洗净,然后飞水,滤干,在鸡身上涂上蜜糖,

晾干

**2.** 用猛火烧沙锅，下肥肉煎油，将鸡放在肉面上，煎至两面呈金黄色，加入姜片、葱条，溅入花雕酒，下上汤，调味，下蚝油，加盖，用中火焗（焗时要把鸡两面翻转，并将沙锅端离火位2次~3次）至熟。

**3.** 取出鸡，斩件，上碟，拼成鸡形，弃掉姜片、葱条、肉渣，淋上原汁。

**特点：**

鲜香嫩滑 气味芬芳，原汁原味。

## 瓦罏葱油鸡

**用料：**

光鸡1只重约750克，冬菇50克，葱150克，姜2片，绍酒15克，上汤200克，八角1小粒，老抽、花生油、调味料各适量。

**制法：**

**1.** 把冬菇水发，去蒂，洗净。将葱去根、须、尾（末梢），洗净，切段。把鸡治净，在鸡

皮上涂上老抽。

**2.** 烧镬下花生油，把鸡拉油至呈金黄色，取起。将镬去油，下姜、葱爆香。加入二汤、冬菇，把八角放进鸡腹腔内。将鸡放入镬中，同滚片刻。改换瓦罉，溅酒调味，用老抽调色，加盖，用中火焗熟。取起，弃掉八角。将姜片、葱段放在罉里垫底，冬菇放在罉四周边缘。把鸡斩件，拼成鸡形，淋上原汁，加热，原煲上席。

**特点：**

味鲜嫩滑，馥郁芳香，色泽金黄。

**说明：**

葱因含硫化丙烯与葱油，故具有一种特有的辣味和特殊的葱香。此菜用大量葱段与鸡共焗于瓦罉之中，高温使葱中的呈香物质迅速挥发出来，与鸡香形成浓郁的复合香气，诱人食欲。

## 香麻手撕鸡

### 用料：

光鸡1只重约750克，白芝麻25克，麻油5克，猪油40克，冰糖、盐、味精各适量，红萝卜改成的花1朵，芫荽叶数片。

### 制法：

1. 将冰糖放入碗内，加少许沸水，蒸溶，然后与麻油、猪油、盐、味精拌成味料。另将白芝麻炒香。

2. 用沸水把光鸡烫过，去清毛绒，放入烧沸的汤镬（锅）内，片刻提起，倒出鸡腔内汤水，如此来回烫几次，使鸡腔受热均匀，然后放入汤内，不加镬盖，用慢火煮水，使之保持微滚，把鸡浸至恰熟，取起，随即用冷开水泡冻，取出斩去鸡头、翼、尾留用。取皮切件，取肉切条，将骨斩件，然后分别用调味料拌匀，把鸡骨先放在碟上垫底，将鸡肉盖在骨上，最后把鸡皮铺在肉上，加上鸡头、鸡翼、鸡尾，

拼回鸡形，撒上炒芝麻，鸡头上放红萝卜花1朵装饰，再以芫荽叶伴花衬托。

**特点：**

香滑鲜嫩，美味可口，形态美观 色泽明亮。

**说明：**

过去用手撕鸡肉条，今改用刀切 以确保卫生。

## 乳香脆皮鸡

**用料：**

光鸡项 1 只重约 750 克，南乳 1 件，露酒 25 克，脆皮浆、生抽、姜米、葱米、蒜蓉、花生油、调味料各适量。

**制法：**

1. 把鸡用沸水烫过，去清绒毛、黄衣，去脚，戳穿眼珠，抹干。将姜米、葱米、蒜蓉、南乳、露酒、生抽调味和匀，成为腌料。

2. 用腌料把鸡身内外涂匀，腌 1 小时后取

出、用洁净布抹干表面，晾干，均匀地涂上脆皮浆，挂在通风处晾干。

**3. 猛火烧镬。**下花生油加热至六成滚时，把鸡放入热油里，改用中火浸炸至呈红色（炸时用笊篱托住，胸向上，边炸边摇动，并从鸡腹开口处向内淋入滚油，使熟得均匀），熟后，斩件上碟。

**特点：**

香浓皮脆，甘而鲜美。

**说明：**

此菜先用南乳、露酒等将鸡腌至入味，然后才上浆油炸。这样炸出来的鸡，皮脆而带有浓郁的南乳香味。炸时油温不宜过高，以免脆皮浆抢火而变焦黑；油温也不宜过低，否则不着色。另有几个细节不容忽视：一是要把鸡的黄衣去掉，才上脆皮浆，不然就不着色；二是要向鸡腹腔内淋入滚油，使内外熟得均匀；三是斩件时要用干洁砧板，鸡皮向上，以免脆皮鸡受潮而皮不脆。

## 桑拿酒香鸡

### 用料：

光鸡项 1 只重约 750 克，啤酒 250 克，蜜糖 20 克，玫瑰露酒 25 克，姜 1 件，葱 2 条，八角 1 小粒（二者均拍松），花生油、调味料各适量。

### 制法：

1. 把鸡治净，抹干水分，将蜜糖加入玫瑰露酒中，调味拌匀，然后涂匀鸡身内外，吊起风干。八角先用少许沸水浸透。

2. 中火烧镬下花生油，加入姜件、葱条爆香，下鸡，煎至两面呈微金黄色，加入八角（连水），加盖，从盖边缝隙处溅入啤酒，改用慢焗 15 分钟至熟。取出鸡，斩件上碟，砌回鸡形，跟姜葱蓉佐食。

### 特点：

鲜嫩肉滑，酒香扑鼻，别有风味。

## 翡翠蚬蚧鸡

### 用料：

光鸡 1 只重约 750 克，蚬蚧酱 100 克，改好西兰花 150 克，姜茸、葱茸各 25 克，上汤 50 克，绍酒、湿生粉、花生油、调味料各适量。

### 制法：

1. 把光鸡用开水烫过，去清毛绒，洗净，去脚，手提鸡头，放入汤镬来回烫几遍（使鸡腔内受热均匀），然后放入镬内，不加盖，以慢火使水保持微滚状态，将鸡浸熟，随即取出，过冷开水泡冻，斩件上碟，拼回鸡形。

2. 中火烧镬下花生油，下姜、葱茸爆香，注入上汤 25 克，调味，加入蚬蚧酱和匀，淋上鸡面。用沸水加油、盐将西兰花滚熟，随即过冷水泡冻，捞起滤干。

3. 烧镬下花生油，注入上汤 25 克，下西兰花，溅酒调味，用湿生粉勾芡，取起，分伴鸡两侧。