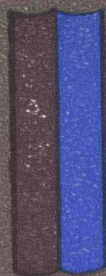


MING CAI XIAO SHI

名菜小史

周三金 著



YE
DU
CONG
SHU

夜读丛书

中国之佳肴美味，闻名于世。但许多名菜的来历，却鲜为人知。本书以讲故事形式，生动描述各个名菜的小史，并介绍烹调之术。

名 菜 小 史

周三金 编著

学 林 出 版 社

责任编辑：任祥熊

封面设计：沈蓉男

名菜小史

周三金 编著

学林出版社出版

上海绍兴路5号

新华书店上海发行所发行

上海市印十二厂印刷

开本787×960 1/32 印张7 插页2 字数128,000

1986年12月第1版 1986年12月第1次印刷 印数1—18,300册

书号：7259-048 定价：1.05 元

目 录

宫廷名菜	1	三不粘	30
八宝豆腐	2	炸佛手卷	31
百鸟朝凤	3	白煮肉	32
它似蜜	5	炒豆腐脑	34
荷包里脊	6	糟溜三白	35
清炖肥鸭	7	贵妃鸡	36
清炖鸭舌	9	山东名菜	37
西瓜盅	10	德州扒鸡	37
樱桃肉	11	九转大肠	39
万字扣肉	13	糖醋鲤鱼	40
菊花火锅	14	清余赤鳞鱼	41
口蘑肥鸡汤	16	三美豆腐	42
黄焖羊肉	17	八仙过海闹罗汉	44
游龙戏凤	18	黄焖甲鱼	45
蟠龙菜	19	四川名菜	47
烧羊肉	20	宫保鸡丁	48
洛阳假燕菜	22	麻婆豆腐	49
北京名菜	24	灯影牛肉	50
北京烤填鸭	25	夫妻肺片	51
北京涮羊肉	27	东坡墨鱼	52
烤肉	28	毛肚火锅	54
鳊鱼	29	太白鸭	55

清蒸江团	57	松江鲈鱼	99
广东名菜	59	三黄油鸡	100
烤乳猪	60	虾子大乌参	102
龙虎斗	62	青鱼秃肺	104
太爷鸡	64	竹笋鳝糊	106
杏元鸡脚炖海狗	65	炒蟹黄油	107
夜香冬瓜盅	66	青鱼下巴甩水	109
鼎湖上素	68	红烧圈子	110
东江盐焗鸡	71	枫泾丁蹄	112
护国菜	72	浙江名菜	114
猴脑汤	74	东坡肉	115
白云猪手	75	赛蟹羹	116
江苏名菜	77	西湖莼菜汤	117
金陵盐水鸭	78	砂锅鱼头豆腐	118
镇江肴肉	79	龙井虾仁	120
清炖蟹粉狮子头	81	薄片火腿	121
文思豆腐	82	西湖醋鱼	122
三套鸭	83	新风鳗鲞	123
扬州煮干丝	85	荷叶粉蒸肉	125
霸王别姬	86	清蒸鲥鱼	126
梁溪脆鳝	87	安徽名菜	129
天下第一菜	88	腌鲜桂鱼	129
无锡肉骨头	89	清炖马蹄鳖	131
松鼠桂鱼	91	符离集烧鸡	132
鲃肺汤	93	瓢豆腐	133
黄泥煨鸡	94	金雀舌	134
炖菜核	96	无为熏鸡	135
上海名菜	98	福建名菜	138

佛跳墙	139	奶汤锅子鱼	178
炒西施舌	143	三皮丝	180
东壁龙珠	144	带把肘子	181
鸡茸金丝笋	145	枸杞炖银耳	183
沙茶焖鸭块	146	商芝肉	184
太极芋泥	148	酿金钱发菜	186
冰糖燕窝	149	金边白菜	187
河南名菜	152	东北名菜	189
溜鱼焙面	152	红扒熊掌	190
扒猴头	154	红烧猴头蘑	191
烧臆子	155	青蛙麒面	193
道口烧鸡	156	三鲜鹿茸羹	194
麻腐海参	158	飞龙汤	195
湖南名菜	160	白松大马哈鱼	196
东安子鸡	161	清汤哈士蟆	198
组庵鱼翅	162	沟帮熏鸡	198
冰糖湘莲	163	清炖鲟鱼	200
五元神仙鸡	165	美味人参汤	202
湖北名菜	167	其他各地名菜	204
清蒸武昌鱼	168	汽锅鸡	204
红菜苔炒腊肉	169	过桥米线	205
鸡泥桃花鱼	170	特味“地羊”	207
烧春菇	172	山西过油肉	209
瓦罐鸡汤	173	太原头脑	210
冬瓜鳖裙羹	174	蒙古“烤全羊”	212
陕西名菜	176	清炖荷包红鲤鱼	213
葫芦鸡	177		

宫 廷 名 菜

宫廷菜，是中国菜的一个重要组成部分。它始于商朝和周朝。据史书记载，商朝奴隶主为了满足自己的食欲，宫中食前方丈，罗致珍饈，陈簋八簋，味列九鼎。这种奢侈盛宴，一直延续至清代。从周朝开始，宫中便设有专门为王室服务的膳食机构。周朝还规定诸侯约请下大夫吃饭，需用四十五只食饌，约请上大夫吃饭需用五十四只食饌。帝王在宫中设宴，更是珍饈杂陈，作长夜之饮。从此以后，历代封建皇帝为了满足他们生活上的享受，都设有机构庞大的“御膳房”。有大批名厨掌灶，制作菜肴，其品种和口味四季有别，用料非常精细。特别是唐宋和明清时期，随着经济和文化日益发展，烹调技术的不断提高，宫中设宴甚多，名菜云集，珍饈齐全，筵席规模巨大。到了清朝更出现了由一百二十八道茶点和菜肴组成的“满汉全席”。在清朝三百多年历史过程中，宫廷菜发展到高峰，超过历代。

宫廷菜在中国名菜中占有很重要的地位。它在我国各地的名菜中占有一定的比例，其花色品种之多、制作之精、形状之美、口味之佳，均胜过一般地方名菜。这些宫廷名菜，多数是宫廷御厨所创制，也有

相当一部分是由民间传到宫中。经过几千年的演变，有许多已有名无实，有些已成为各地的地方名菜。这里介绍清朝和其他朝代的部分既可欣赏，又可制作实用的宫廷名菜。

八 宝 豆 腐

“八宝豆腐”是清朝康熙时代的宫廷名菜。据说，康熙在位时十分喜欢食用质地软熟，口味鲜美的菜肴。清宫御厨便经常用鸡、鸭、鱼、肉去骨制成菜肴，满足康熙皇帝的需要。有一次，膳房御厨取用优质黄豆制成的嫩豆腐，加鸡肉末、火腿末、香菇末、蘑菇末、瓜子仁末、松子仁末，用鸡汤烩煮成羹状形的豆腐菜肴。康熙皇帝品尝以后，感到豆腐绝嫩，口味鲜美异常，极为满意。他认为此菜，具有二大特点：一是取用豆腐、香菇、鸡肉等长寿之物为原料，可使人延年益寿；二是豆腐烹调得法，鲜美绝嫩，胜于燕窝。因它用八种优质原料制成，故赐名为“八宝豆腐”。将它列为自己最心爱的御膳和宫廷宝菜。还请宫中著名文人，将“八宝豆腐”的用料及烹调方法，写成御方。曾多次将它作为金银财宝一样重要的礼物，赐予江苏巡抚宋牧仲等宠臣。后来，康熙又将“八宝豆腐”之方，赐给尚书徐乾学（号健庵），徐在取方时，给御膳房银一千两。不久，徐将此方又传给门生楼村，楼村又传给自己的后人。乾隆时代时，其法已传到楼的姓王的外甥孟亭太守，故称为王太守“八宝豆

腐”。并在北京和江浙地区首先出名。清代著名的文人袁枚在《随园食单》中记载说：“王太守八宝豆腐，用嫩片切粉碎，加香蕈屑、蘑菇屑、松子仁屑、瓜子仁屑、鸡屑、火腿屑、同入浓鸡汤中炒滚起锅。用腐脑亦可。用瓢不用箸。孟亨太守云：‘此圣祖赐徐健庵尚书方也。尚书取方时，御膳房费一千两。太守之祖楼村先生为尚书门生，故得之’。”“八宝豆腐”就广泛流传各地。现江浙地区仍保持着这只菜的特色。

原料：嫩豆腐一块六两左右、熟鸡肉五钱、熟火腿五钱、油余松仁末、水发香菇末、蘑菇末、虾米末各三钱、瓜子仁末五分、鸡汤三两、盐、味精少许、猪油一两、熟鸡油、酒少许、湿淀粉一两。

制法：一、先将豆腐清水过净，去边，切成小方放入碗内，虾米末加酒稍浸。

二、炒锅烧热，用油滑锅后，下猪油，将鸡汤和豆腐丁同时倒入锅内，用勺炒和，加虾米、盐烧开后，加鸡肉末、香菇末、蘑菇末、瓜子仁末，小火稍烩后，旺火收紧汤汁，加湿淀粉勾芡，出锅装汤碗内，撒上熟火腿末，淋上熟鸡油少许即成。

特点：豆腐洁白绝嫩，润滑如脂，滋味鲜美。

百 鸟 朝 凤

“百鸟朝凤”是清代乾隆年间的宫廷名菜。乾隆皇帝为了给太后钮祜禄氏做六十大寿，在大报恩延寿寺内举行隆重的祝寿仪式，当乾隆皇后、宫妃、大臣

等为皇太后祝寿之后，再到院中，将关在笼子里一百只不同种小鸟，一齐放出，百鸟在寺院上空来回飞翔，并喳喳地叫声不停，好象在朝拜皇太后一样。皇太后看到这一情景极为快乐。于是宫廷御厨在制作庆寿宴会菜肴时，便取用母鸡、鸽蛋、蟹黄等原料，做成了形如百鸟朝凤，色泽美观，口味鲜美的菜肴，取名“百鸟朝凤”，皇太后观后异常高兴，连声称赞，并重赏厨师。后来，宫中后妃及皇亲国戚做寿都用此菜。随着朝廷的军政要员出巡各地，逢到做寿也用此菜。于是，“百鸟朝凤”就传于各地。北京、江浙、广州等地都曾经流行过，不过菜肴名称及其用料略有变化，在广州曾经改为“百鸟朝凤凰”，现在各地仍称“百鸟朝凤”，但用料与旧时不同，有的取用公鸡头、鸡脯肉和鸡蛋、鸡皮制成凤凰，再取用凤尾虾、鲜虾肉制成小鸟形，制成百鸟朝凤形状。这里仍介绍传统的制法：

原料：活嫩母鸡一只（重二斤左右）、鸽蛋十只、熟火腿一两、蟹黄二两、菜心十棵、水发香菇五只、鸭肫五只、绍酒一两、猪油二两、精盐二钱、白糖二钱、味精一钱、大葱半根、姜三片、胡椒粉少许、淀粉三钱。

制作：一，将鸡宰杀、褪毛、开膛取出内脏后，取干净抹布垫在砧板上，把鸡胸朝下，用刀将鸡背骨拍平，鸡胸处龙骨也拍平，再把鸡翅膀别起来，并把鸡腿盘起来，使鸡变成卧趴形，放入开水锅中稍焯，取出清水洗净。取半张新荷叶，垫入砂锅底里，将鸡和洗净的鸭肫放入砂锅，加入酒、葱段、姜片、加水没过鸡面，先中火烧开，后移小火煨煮二小时。

二、炒锅烧热，放猪油一两，至五六成热时，放入蟹黄，炒出香味和蟹黄油，倒入砂锅中，加盐、胡椒粉，继续放小火煨。

三、用十只小酒盅，在酒盅里抹上一层猪油，盅内用香菇条、火腿条摆成小鸟的翅膀和尾形，然后每盅内打入一只鸽蛋，点上一滴盐水，上笼蒸五分钟左右取出，趁热扣出鸽蛋即成小鸟形，放在大汤盆四周，将砂锅内鸡取出，背朝上放在盆中间，把鸭肫穿插在鸽蛋空隙处。将汤汁倒入锅内烧开，加味精，用湿淀粉勾芡，浇在鸡和鸽蛋上即好。

特点：形如百鸟朝凤，鸡肉酥烂脱骨，浓香味鲜。

它 似 蜜

“它似蜜”是一只清宫的传统名菜。据传，在清朝慈禧太后执政时期，因她好吃各种口味的菜肴，所以宫廷厨师总要设法经常换花样。有一次，御膳房厨师用羊的里脊肉，甜面酱和白糖烹制了一只又香又甜的菜肴。给慈禧太后品尝，她吃后非常满意，便传令叫厨师前来，询问厨师说：“这叫什么菜？”厨师因刚试制，还来不及给菜定名，一时无法回答，就随口说：“我给太后试做的这只甜菜，不知此菜口味可好？”慈禧笑着回答说：“这菜甜而入味，它似蜜。”从此，就称此菜为“它似蜜”，一直流传至今，成为北方和全国各地清真菜馆的特色名菜。

原料：羊后腿肉或里脊肉六两、白糖六钱、甜面酱三钱、香醋一钱、黄酒二钱、酱油一钱、姜汁二钱、水淀粉二钱、麻油三钱、豆油一斤(实耗一两)。

制法：一、将羊肉切成一寸五分长、五分宽、半分厚的薄片，用甜面酱、干淀粉、清水少许拌和上浆。用小碗将醋、酱油、黄酒、姜汁、水淀粉调成卤汁待用。

二、炒锅旺火烧热，用油滑锅后，下油。待油烧至六成熟时，将羊肉片放入油锅，并用竹筷迅速将它划开，炸约一分钟，见肉呈灰白色时即取出，倒入漏勺沥干油，锅中留油三钱，将白糖放入稍炒，至糖溶化，把碗中卤汁倒入锅中稍炒和成浆汁状后，即将羊肉片倒入连翻几个身，使卤汁紧包肉片，淋上麻油，即出锅装盆。

特点：色泽棕红油亮，鲜香甜嫩。

荷包里脊

“荷包里脊”是清宫中较早的一只传统菜。清代宫中的王公大臣们身上都佩带一种金色绣缎的烟荷包，它小巧玲珑，上面绣有各色图案。当时，御膳房中有一个年老厨师，用猪里脊肉、香菇、玉兰片和蛋皮等原料，制做了一只形似烟荷包袋的菜肴，作为宫廷膳食，很受欢迎，成为清宫中一道名菜。因形如荷包，故取名为“荷包里脊”。现在它是北京著名的仿膳饭庄中的传统名菜。

原料：猪里脊肉一两，鸡蛋三只，水发香菇五钱，水发玉兰片五钱，火腿末三钱，油菜叶五两，黄油一钱，干玉米粉五钱，猪肥膘五钱，面粉五钱，花生油一斤（实耗一两半），盐、味精适量。

制法：一、将猪里脊肉、香菇、玉兰片切成末，加入黄酒、盐拌成馅。

二、将蛋去壳放在碗里，加盐少许和湿玉米粉打匀，铁勺放火上烤热，再用一块猪肥膘将铁勺内擦匀。然后倒入一调匙已打好的鸡蛋液旋转，摊成杯口大小的蛋皮。并取一小块肉馅放在蛋皮的一边，将另一边蛋皮趁热夹起翻盖在有肉馅的蛋皮上，用筷子在上边轻轻按一下成半圆形，再用筷子竖着将馅夹在蛋皮当中夹紧，成荷包形状。取出放在盘中，连续共做二十四只。将剩下的蛋汁加入面粉成蛋糊，用筷子蘸少许蛋糊，点在每个荷包凸起的地方，撒上火腿末和油菜末。

三、将油菜叶切成细丝，炒锅烧热，加花生油，至四成热，先将菜丝炸成松，在盘内撒上一圆圈，再把荷包用温油炸熟，放在盆中即成。

特点：此菜色泽金黄，形似烟袋荷包，皮酥脆，馅软嫩，味鲜香。

清 炖 肥 鸭

“清炖肥鸭”是清代慈禧太后最早欢喜吃的一只佳肴。鸭在中国历来是作为珍品，它既有丰富的营

养，又具有滋补身体之功效。据清代《随息居饮食谱》记载：“鸭，甘凉。滋五脏之阴，清虚劳之热，补血行水，养胃生津，止嗽息惊，消螺蛳积。雄而肥大极老者良，同火腿、海参煨食，补力尤胜。”所以历代帝王将相喜欢食用鸭，从唐朝以来，宫中宴会都必备全鸭。宫廷御医也用鸭和冬虫夏草共煮作药膳。慈禧太后，很早就欢喜吃清炖肥鸭，清宫御膳房炖鸭的方法与众不同。

它的煮法是先把宰杀鸭子去毛，去内脏再洗净，然后加上调味品，装在一个瓷罐子里，再把这个瓷罐子装在一盛着一半清水的罐锅里，紧紧地盖上锅盖，不使他走气，用文火连蒸三天，鸭便完全酥了。酥得不必用刀割，筷子去夹可以绝不费力的夹开。慈禧太后食用时，虽然有时也夹些鸭肉吃，但多数是夹鸭皮吃的，因为她认为那层鸭皮，才是清炖全鸭最精美可口的一部分。到后来这只菜也成为“满汉全席”中一只大菜。直到我国最后一个皇帝——爱新觉罗·溥仪执政时，他也天天有鸭子，但名称不叫“清炖肥鸭”，而叫“三鲜鸭子”。这种清炖鸭子，后来也普遍被菜馆所采用，在用料上又加了香菇和火腿作配料。

原料：活肥鸭一只（三斤半），水发香菇五只，火腿片一两，精盐、味精、黄酒、葱结二只，姜二片。

制法：一、活鸭宰杀，去毛，去内脏洗净，放开水锅中稍焯后捞出，再清水洗净。

二、取用陶制瓷罐或大砂锅一只，将洗净鸭子敲断脚和腿骨后放入，加清水（至淹没鸭）、酒、葱、

姜，将香菇和生火腿片放在鸭上，加盖，中火烧开，小火烧六小时左右，至鸭肉酥烂，汤浓加食盐适量，味精少许即好。如果需要食用更加酥烂脱骨之鸭，可用微火炖十二小时再食。

特点：鸭肉酥烂脱骨，汤汁浓而肥鲜，香气浓郁。

清 炖 鸭 舌

“清炖鸭舌”是慈禧太后特别爱好的一只菜。这只菜是用二三十条鸭舌和鸭肉放在一起加鸭汤或鸡汤炖的，菜煮熟后，鸭舌浮在鲜汤的上面。因为这是太后最中意的一道菜，所以每次烹制好后总是装在一个特备的杏黄色的大碗里，食用时放在太后的面前。慈禧太后每次吃这只菜时，鸭舌多数吃完。这只菜在清宫中，曾经流行了几十年，成为宫廷名菜之一。后来，传到民间。随着饮食业发展，这只清炖鸭舌便成为各地菜馆的著名特色菜肴之一，在北京、天津、上海、山东、安徽、浙江、广东等地均有。有的仍作清炖鸭舌，有的为卤鸭舌。主要内容未变，配料都各有不同。

原料：鸭舌三十五只、鸭肝四只、水发香菇五只、熟火腿三钱、猪油五钱、精盐一钱、味精麻油少许，鲜汤一斤。

制法：一、将鸭舌用沸水浸泡，刮去白沫。鸭肝洗净，切成片。香菇切成小条子，火腿切成小片。

二、取用砂锅一只，将鲜汤下锅，放入鸭舌、

鸭肝、香菇、盐，炖二十分钟左右，至汤浓，鸭舌浮起时，加味精和火腿片，即出锅倒入汤碗，淋上麻油少许即好。

特点：鸭舌鲜嫩，汤汁肥浓鲜美。

西 瓜 盅

“西瓜盅”是清宫夏令著名佳肴。西瓜是我国夏令季节中最好的消暑止渴的佳品。清宫每到夏季不仅食用西瓜解渴，御膳房还用西瓜制菜。“西瓜盅”，是把西瓜中的瓜瓤一起挖去，而把切就的鸡丁、火腿、新鲜莲子、龙眼、胡桃、松子、杏仁等等装进去，重新盖好，隔水用文火炖二、三小时即好。其味清醇鲜美，慈禧太后和光绪皇帝都很爱吃，后来就成为清宫御宴的一只贵菜。清代后期各地官府也盛行，接着就成为北京、广州和江苏等地的著名菜馆中夏季时令名菜。这些饭店刚开始经营此菜时，是按清宫传说方法蒸制而成，但到了二十年代后，随着冰冻冷饮的出现，“西瓜盅”的制作方法就不再经火蒸制，而是取用西瓜加其他配料入冰箱中冰制食用，这种制法比原来完善，比较符合科学。因为西瓜是含水量充足的鲜嫩之物，经火加温蒸制，反而影响西瓜营养，用冰制可使西瓜水份，营养不受影响，加料烹制后其味更为甜而阴凉。如需按清宫传统制法，可取用西瓜一只（约七斤重），鸡丁二两，熟火腿丁一两，新鲜莲子、龙眼肉各二两，胡桃、松子、杏仁各一两。

参照以上所述方法烹制。简要介绍现在的制法。

原料：圆形西瓜一只(七斤左右)，糖莲子、糖荸荠、罐头荔枝、菠萝各三两，苹果、雪梨各五两，冰糖一斤五两。

制法：一、冰糖入炖盅，加白开水四斤，入蒸笼上火蒸约十五分钟，取出用洁布过滤，晾凉后加盖入冰箱。

二、把西瓜、苹果、雪梨用凉开水洗过。西瓜在蒂部横切去约六分之一作瓜盅盖用。将瓜盅口削成齿形。用大汤匙挖出瓜瓤盛起，下过滤水二斤浸泡。另用过滤水一斤将瓜盅洗净后，倒入冰冻糖水三斤，加瓜盖入冰箱冷藏。

三、将瓜瓤拣出瓜子后继续泡浸。把苹果、雪梨削皮，切去两端，取出果核，用过滤水二斤浸泡。用时将瓜瓤取出，用消毒洁净毛巾吸干水份。然后荔枝、菠萝、苹果、雪梨均切成四公分见方的粒，莲子割成两半，放入汤盅，淋下其余的冰糖水浸三十分分钟，倒入漏勺沥去糖水(另作别用)。

四、将冻瓜盅取出，倒入全部果料，加瓜盅盖，再入冰箱冰半小时取出，便可食用。

特点：清凉甜蜜，沁人心脾，果味清香，能解油腻。

“樱桃肉”也是清宫中较为盛行的名菜。慈禧