

创新川菜精华丛书

汤菜

张凯 编著



四川科学技术出版社

创新川菜精华丛书

汤 菜

张 凯 编著

四川科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

汤菜/张凯编著. - 成都:四川科学技术出版社,
2001.6

(创新川菜精华丛书)

ISBN 7-5364-4636-5

I. 汤… II. 张… III. 汤菜-菜谱-四川省
IV. TS972.122

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 83089 号

创新川菜精华丛书

汤 菜

编 著 者 张 凯
责任编辑 张 蓉
封面设计 韩健勇
版面设计 杨璐璐
责任校对 缪栋凯 刘生碧 叶 战
责任出版 周红君
出版发行 四川科学技术出版社
成都盐道街3号 邮政编码 610012
开 本 787mm × 1092mm 1/32
印张 8.5 字数 190千 插页 4
印 刷 成都宇川印刷厂
版 次 2001年6月成都第一版
印 次 2001年6月成都第一次印刷
印 数 1-5 000册
定 价 13.00元
ISBN 7-5364-4636-5/TS-272

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。

地址/成都市盐道街3号
邮政编码/610012

开水白菜



芙蓉鸡片汤



豆浆三鲜饺





银耳羹



白果炖鸡汤



枸杞甲鱼汤



西米
脑花羹



冰汁
奶酪



鸡
淖嫩蛋汤

太极天河素



泡萝卜炖猪蹄



冬瓜文蛤汤



前 言

汤菜是以汤汁为主,汤多而菜少的一类菜式。它一般以水为传热介质,将各种烹饪原料采用煮、炖、煨、余等烹调方法佐以调味品烹制而成。

长期以来,汤菜是人们日常饮食生活中必不可少的内容。随着社会的发展,对外交流的增加,汤菜这一传统菜式也有了长足的发展,创新款式层出不穷。有继承传统菜的创新之作,也有吸收其他菜系精华创新而来的新款。然而在众多的各类烹饪书籍中,专门以汤菜为介绍对象的书籍太少,而以川味汤菜为主的书籍则更稀。本人不揣冒昧,以川味汤菜为主,融合粤菜、京菜、淮扬菜等其他菜系汤菜之所长,经精心选材编写成本书。本书介绍了以畜类、禽类、水产类、素菜类、甜品类原料为主的200多款汤菜的制作方法、特点,书中所介绍的款式制作方法较为简单,适合家庭及不同档次的餐厅、饭店参考使用。

本书在汤菜的选择上力求新颖,适合现代人的口味,将一些过于家常的汤品略去,结合市场需求及本人多年烹饪教学的经验,在取传统汤菜精华的基础上增加了一些较具新意的款式。由于编写时间仓促,书中难免存在一些不足之处,敬请同行和读者批评指正。

编者

目 录



畜类汤品(75款)

清汤熊掌片····· 1	奶油排骨汤 ··· 13	海味圆子汤 ··· 25
奶汤熊掌····· 2	清汤排骨 ····· 14	白菜圆子汤 ··· 25
豆汤熊掌片····· 2	清汤浮元 ····· 15	酸菜萝卜圆子汤 ····· 26
酸辣熊掌羹····· 3	清汤瓜夹 ····· 16	奶汤金钩圆子 ····· 27
奶汤蹄筋····· 4	奶汤蛋卷 ····· 16	沙锅狮子头 ··· 28
清汤蹄燕····· 5	酸菜蛋卷汤 ··· 17	春笋炖狮子头 ····· 29
酸辣蹄筋羹····· 6	豆汤紫菜卷 ··· 18	三鲜狮子头 ··· 29
酸菜蹄筋羹····· 7	豆浆蛋饺汤 ··· 19	酸菜酥肉汤 ··· 30
竹荪蹄筋汤····· 8	豆汤三鲜饺 ··· 20	葱香酥肉汤 ··· 31
绿豆排骨汤····· 9	茉莉肉粒羹 ··· 21	奶汤酥肉 ····· 32
豆芽排骨汤····· 9	玫瑰肉片汤 ··· 21	雪豆炖猪蹄 ··· 33
排骨冬瓜汤 ··· 10	菊花肉茸羹 ··· 22	猪蹄萝卜汤 ··· 33
酸菜排骨汤 ··· 11	酸辣肉粒羹 ··· 23	
山椒排骨汤 ··· 11	玉竹瘦肉汤 ··· 23	
排骨豆汤 ····· 12	三鲜肉圆汤 ··· 24	

泡萝卜炖猪蹄 34	奶汤肚片 41	西湖牛肉羹 ... 49
姜醋猪蹄汤 ... 35	清汤双脆 42	牛肉圆子汤 ... 50
竹荪肝片汤 ... 35	鸡茸脆肚丝 ... 43	清炖牛尾汤 ... 51
冬菜肝片汤 ... 36	清汤玻璃肚 ... 43	牛筋豆沙汤 ... 51
鸽蛋肝膏汤 ... 37	酸辣肚丝汤 ... 44	枸杞牛鞭汤 ... 52
竹荪肝膏汤 ... 37	雪豆肥肠汤 ... 45	清汤黄喉卷 ... 53
清汤腰片 38	豆腐肥肠羹 ... 45	酸辣肚丝汤 ... 54
清汤凤尾腰花 39	脑花肥肠汤 ... 46	羊肉冬瓜汤 ... 54
酸辣腰丝 40	酸菜脑花汤 ... 47	羊肉圆子汤 ... 55
青笋猪肚汤 ... 40	西米脑花羹 ... 47	羊肚丝汤 56
	清炖牛肉 48	羊杂汤 56
	酸辣牛肉羹 ... 49	



禽类汤品(84款)

圆盅龙凤 58	酸辣鸡米羹 ... 65	玫瑰双色鸡糕汤 74
淮杞龙凤羹 ... 59	清汤芙蓉片 ... 66	仔鸡豆花 75
汽锅鸡 60	酸菜鸡圆汤 ... 67	五彩鸡丝汤 ... 76
白果炖鸡 60	清汤芙蓉蛋 ... 68	松茸鸡丝汤 ... 76
墨鱼炖鸡 61	鸡蒙豆尖 69	虎掌鸡丝汤 ... 77
乌鸡炖山龟 ... 62	清汤枇杷鸡 ... 70	鸡油鸡丝汤 ... 78
滋补全鸡汤 ... 62	清汤绣球 71	牛肝鸡片汤 ... 79
荷香鸡茸羹 ... 63	清汤鸡糕 72	清汤酿羊肚菌 79
鸡茸粟米羹 ... 64	皮蛋鸡丁汤 ... 72	
太极天河素 ... 64	清汤酿竹荪 ... 73	

玻璃鸡片汤 … 80	清汤绿鸡面 … 95	芙蓉鸭球汤 … 107
龙井鸡片汤 … 81	清汤藕粉圆子 …………… 96	鸡茸鸭粒羹 … 108
茉莉鸡片汤 … 82	奶汤葫芦鸡 … 97	清汤鸭掌鱼 … 109
玉兰鸡丝汤 … 82	清汤凤爪 …… 98	清汤鸭舌 …… 109
玫瑰鸡茸羹 … 83	发财汤 …… 99	虫草鸭舌 …… 110
彩菊鸡丝汤 … 84	清汤凤肝 …… 99	板栗鸭舌汤 … 111
金银花鸡粒羹 …………… 84	双色豆腐汤 … 100	冬菜鸭肝汤 … 111
鸡粒嫩蛋汤 … 85	青瓜鸡肾汤 … 101	兰花鸭肝膏 … 112
鸡淖嫩蛋汤 … 86	鸡肾圆子汤 … 101	番茄鸭肾汤 … 113
花仁鸡粒汤 … 87	酸辣鸡肾羹 … 102	酸菜鸭肾丸汤 …………… 113
奶油鸡块汤 … 88	酸辣双色豆腐汤 …………… 103	鸭肾鸡茸羹 … 114
咖喱鸡块汤 … 88	虫草鸭子 …… 103	五彩鸭衣汤 … 115
番茄鸡块汤 … 89	奶汤八宝鸭 … 104	烤鸭芥菜汤 … 116
豆汤鸡块 …… 90	仙莲鸡肉汤 … 105	枸杞乳鸽汤 … 116
菠萝鸡块汤 … 90	咸柠檬炖鸭汤 …………… 106	天麻八宝乳鸽 汤 …… 117
香菇鸡块汤 … 91	泡萝卜老鸭汤 …………… 106	柴把鸽蛋汤 … 118
月母鸡 …… 92	西洋参冬瓜野 鸭汤 …… 107	酿鸽蛋汤 …… 118
酸菜鸡卷汤 … 92		山雀银耳汤 … 119
松笼鸡 …… 93		
龙穿凤翅汤 … 94		
奶汤凤翅锤 … 95		



水产类汤品(114款)

- | | | |
|---------------|----------------------|----------------------|
| 一品官燕····· 121 | 双色鱼肚糕··· 137 | 清汤鱿鱼卷··· 153 |
| 鸽蛋燕菜····· 122 | 墨菊鱼肚卷··· 138 | 茉莉鱿鱼卷··· 153 |
| 菊花燕菜····· 122 | 三鲜鱼肚汤··· 139 | 鱿鱼鸡圆汤··· 154 |
| 芙蓉燕菜····· 123 | 奶汤鱼唇····· 139 | 鸡淖鲜鱿汤··· 155 |
| 鸡茸燕菜羹··· 124 | 三鲜鱼皮汤··· 140 | 芥菜吊片汤··· 156 |
| 绣球燕菜····· 124 | 芙蓉鱼信汤··· 141 | 绣球干贝····· 156 |
| 凤尾鱼翅····· 125 | 清汤鱼骨····· 142 | 清汤菊花干贝
······ 157 |
| 绣球鱼翅····· 126 | 鸡片鱼骨汤··· 143 | 干贝脊髓羹··· 157 |
| 沙锅通天翅··· 126 | 奶汤鱼肠····· 143 | 清汤玻璃贝··· 158 |
| 奶汤鱼翅····· 127 | 蝴蝶海参····· 144 | 鲜贝圆子汤··· 158 |
| 三丝鱼翅汤··· 128 | 清汤金钱海参
······ 145 | 酸菜鲜贝汤··· 159 |
| 菊花鲍鱼····· 128 | 奶汤蛋饺海参
······ 145 | 冬瓜文蛤汤··· 160 |
| 龙井鲍鱼汤··· 129 | 酸辣海参····· 146 | 文蛤鲫鱼汤··· 161 |
| 芙蓉鲍鱼····· 130 | 奶汤海参卷··· 147 | 余扇贝汤····· 161 |
| 鲍鱼鸡片汤··· 130 | 鸡茸海参羹··· 148 | 牡蛎黄鱼汤··· 162 |
| 如意鲍鱼汤··· 131 | 海参嫩蛋羹··· 148 | 余牡蛎汤····· 163 |
| 酸辣鲍鱼羹··· 132 | 茉莉海参汤··· 149 | 咸菜角螺汤··· 163 |
| 清汤鲜鲍····· 132 | 海味三鲜汤··· 150 | 鸡虾双圆汤··· 164 |
| 荷包鱼肚····· 133 | 玻璃鱿鱼····· 150 | 清汤琵琶虾··· 165 |
| 芙蓉鱼肚····· 134 | 酸菜鱿鱼汤··· 151 | 奶汤虾卷····· 166 |
| 菠饺鱼肚····· 135 | 鸡蒙鱿鱼····· 152 | 翡翠虾糕汤··· 167 |
| 棋盘鱼肚····· 135 | | 虾饼汤····· 167 |
| 清汤鱼肚卷··· 136 | | |

荷香虾球汤… 168	…………… 182	…………… 193
龙井虾仁汤… 169	银鱼汤…………… 182	清汤果味鲢鱼卷 …………… 194
脆丁虾球汤… 170	清蒸鲈鱼…………… 183	清炖鲢鱼块… 195
彩丁芙蓉羹… 171	霸王别姬…………… 184	酸辣鲢鱼圆… 196
酸菜虾饺汤… 171	枸杞甲鱼汤… 184	桃花鱼片羹… 196
清汤鱼皮饺… 172	圆盅裙边…………… 185	红汤酸菜鱼… 197
酸辣虾羹汤… 173	汽锅虫草甲鱼 …………… 186	碧绿茶花鱼羹 …………… 198
奶油大虾汤… 174	百花江团…………… 187	奶汤鱼卷…………… 199
金钩紫菜汤… 174	沙锅雅鱼…………… 188	清汤莲花鱼… 199
芙蓉龙虾羹… 175	沙锅鳗鱼…………… 188	菜鱼汤…………… 201
鸡粥龙虾…………… 176	清汤百花鳗… 189	玻璃鱼片汤… 202
海蟹羹…………… 176	清汤鳗鱼圆… 190	清汤菊花鱼… 202
芙蓉蟹圆汤… 177	萝卜丝鲫鱼汤 …………… 191	菠饺鱼糕汤… 203
翡翠蟹糕汤… 178	鲫鱼嫩蛋汤… 191	碧绿鱼面汤… 204
蟹肉牛奶羹… 179	奶汤鲫鱼…………… 192	鱼虾芙蓉蛋… 205
竹荪桂鱼汤… 179	清汤鲢鱼片 …… …………… 193	沙锅鳝鱼…………… 206
清汤火夹桂鱼 …………… 180	鲢鱼酸菜烧麦汤	芙蓉泥鳅汤… 206
三文鱼圆汤… 181		
泡萝卜炖黄鱼		

四

菌、素类汤品(49款)

清汤蒙猴头… 208	猴头鸡茸羹… 209	羹…………… 210
玉猴鸡片汤… 209	酸菜猴头嫩蛋	清汤银耳…………… 211

芙蓉银耳汤··· 211	香菇桃仁汤··· 223	清汤口蘑豆花 ····· 234
银耳鸽蛋汤··· 212	清汤香菇蟹··· 224	沙锅老豆腐··· 235
如意竹荪汤··· 213	清汤荷包菇··· 225	清汤竹荪魔芋卷 ····· 236
清汤酿竹荪··· 213	香菇凤翅汤··· 225	一品魔芋汤··· 237
竹荪鸡片汤··· 214	三菇鸡粒羹··· 226	五彩素烩····· 237
龙井竹荪汤··· 215	金钱口蘑汤··· 227	冬瓜燕····· 238
发菜鸡丝汤··· 216	清汤菊花笋··· 227	蝴蝶冬瓜汤··· 239
金针鸡丝汤··· 216	三丝笋卷汤··· 228	蛋黄瓜夹汤··· 240
鲜汤松茸····· 217	奶汤笋盒····· 229	开水白菜····· 240
松茸芙蓉羹··· 218	鸡皮慈笋汤··· 230	奶汤菠菜卷··· 241
沙锅鸡油菌··· 218	奶汤豆腐卷··· 231	三鲜蚕豆羹··· 242
三鲜干巴汤··· 219	百花豆腐····· 231	奶油土豆汤··· 243
辣味鸡扒汤··· 220	奶汤三鲜豆腐 ····· 232	归芪五元汤··· 243
酸辣牛肝菌··· 221	八宝豆腐羹··· 233	
清汤虎掌卷··· 222	口袋豆腐····· 234	
鲜香羊肚羹··· 222		

⑤

甜味汤品(23款)

冰糖燕菜····· 245	冰糖银耳羹··· 249	翠衣葡萄干汤 ····· 253
冰糖炖鱼骨··· 246	鲜果银耳汤··· 250	荔枝桂圆汤··· 254
冰汁哈士蟆··· 246	药膳银耳羹··· 250	冰汁奶酪····· 254
冰汁杏酪····· 247	西米银耳羹··· 251	鲜果牛奶羹··· 255
桃油果羹····· 248	八宝银耳羹··· 252	椰香西米羹··· 256
冰汁枇杷冻··· 248	莲子银耳汤··· 253	

百果圆子羹··· 256	菠萝冰莲汤··· 258	什景水果羹··· 259
玫瑰桔圆汤··· 257	桂花荸荠汤··· 258	

六、附：

高级清汤·····	260
高级奶汤·····	261
鸡汤·····	262
鲜汤·····	262



畜类汤品

清汤熊掌片

原料:

水发熊掌(人工饲养)300克,冬笋50克,水发香菇50克,火腿50克,豌豆尖50克,盐10克,味精2克,料酒10克,姜、葱各20克,鲜汤2000克,特制清汤1000克。

制作方法:

1. 将水发熊掌片成0.3厘米的薄片;冬笋、水发香菇、火腿切成4厘米×2厘米×0.2厘米的片;姜、葱拍破。

2. 锅中烧鲜汤,烧沸后放入盐、味精、料酒、姜、葱、熊掌片端离火口,喂约10分钟,捞出熊掌片。锅中另烧鲜汤,烧沸后放入盐、味精、料酒、熊掌片、冬笋、香菇、火腿烧出味。再将原料捞出,沥干水分放入汤碗内。

3. 锅中烧特制清汤,烧沸后滗去浮沫倒入汤碗内。将豌豆尖在沸水中略烫一下,捞出放入汤碗中即可。

制作要点:

熊掌本身无鲜味,制作时需用鲜汤喂起,而使熊掌鲜味足。

汤品特点:

熊掌滑糯,汤味醇厚,清亮鲜香。

奶汤熊掌

原料:

水发熊掌 300 克,熟鸡肉 100 克,冬笋 50 克,熟火腿 50 克,鲜菜心、姜、葱各 10 克,盐 5 克,味精 2 克,料酒 10 克,白胡椒末 1.5 克,鲜汤 1000 克,高级奶汤 1000 克。

制作方法:

1. 将水发熊掌片成 0.3 厘米的薄片;鸡肉、冬笋、火腿切成 4 厘米×2 厘米×0.2 厘米的片;姜、葱拍破。

2. 锅中烧鲜汤,烧沸后放入盐、味精、料酒、姜、葱、熊掌片端离火口,喂约 10 分钟,捞出熊掌片。

3. 锅中烧奶汤,烧沸后,下入盐、味精、胡椒末调好口味,放入熊掌片、鸡肉、冬笋、火腿、鲜菜心。打去浮沫,起锅盛入大汤碗内即可。

制作要点:

熊掌、鸡肉、冬笋、火腿应先放入奶汤中煮出味,鲜菜心后放入煮断生即可。

汤品特点:

汤色乳白,鲜香爽口。

豆汤熊掌片

原料:

水发熊掌 300 克,熟鸡肉 200 克,泡青菜 150 克,鲜菜心