



■主 编 周妙林 邵万宽
■编 著 颜 忠 张荣春

美味禽肴



江苏科学技术出版社



主编 周妙林
邵万宽
编著 颜 忠
张荣春

美味 禽肴



江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

美味禽肴 / 颜忠等编著. —南京: 江苏科学技术出版社, 2000.10

(食味鲜系列)

ISBN 7-5345-3225-6

I. 美... II. 颜... III. 禽肉-菜谱
IV. TS972.125

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 47093 号

食味鲜系列

美味禽肴

主 编 周妙林 邵万宽
编 著 颜 忠 张荣春
责任编辑 金宝佳
美术编辑 温克信

出版发行 江苏科学技术出版社
(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)

经 销 江苏省新华书店
印 刷 淮阴新华印刷厂

开 本 889mm×1194mm 1/32
印 张 2.5
版 次 2000 年 10 月第 1 版
印 次 2000 年 10 月第 1 次印刷
印 数 1—8 000 册

标准书号 ISBN 7-5345-3225-6/Z·524
定 价 12.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

食

味

鲜

系

列



鲜果鸡丁	5
纸包山鸡片	6
芙蓉鸡片	7
菊花鸡腿	8
童子油鸡	9
南乳吊烧鸡	10
松子鸡米	12
合川鸡柳	13
芙蓉吐司	14
清烩鸡片	15
川味泡菜鸡	16
宫保鸡丁	17
鸡粥鱼肚	18
酱爆鸡丁	19
川味粉蒸鸡	21
贵妃鸡翅	23
金钱鸡茸饼	24
鲜菇扒凤翅	25
炸八块	26
酥甜香煎饼	27
什锦鸡串	28
菠萝鸡球	30
橘络全鸡	31
小煎鸡柳	32
双色鸡球	33
虎皮凤爪煲	34
香炸鸡球	36
油浸仔鸡	37
玉球燻凤翅	38
香煎凤脯	40
粟米炒鸡粒	41
啤酒鸡	42

目录

食

味

鲜

目录

系

列

美味禽肴



芥冬山鸡片	43
荔枝鸡花	44
风沙鸡翅	45
沙律鸡排	47
豉椒鸡柳	48
红松鸡	49
香酥鸡翅	50
红油董鸡	51
椒香鸡条	52
五彩鸡丝烩	53
八宝凤翅	55
荷叶糯米鸡	56
花雕酒煨湖鸭	57
蛋美鸭掌	58
草菇扒野鸭	60
珍珠鸭丸	61
西芹料烧鸭	62
腹鱼炖鸭	63
糖醋鸭条	64
三更老鸭汤	66
香酥鸭	67
蛋酥鸭子	69
翡翠烤鸭羹	70
桃仁鸭方	71
蛋黄鸭卷	72
鸭片锅巴	74
金牌烤鸭	75
黄豆焖仔鹅	76
串烤鹌鹑	77
喼汁鹌鹑	78
脆皮乳鸽	79
参杞乳鸽汤	80

鲜果鸡丁

● 制法:

1. 鸡脯肉切成丁,漂净血水沥干后,加盐、味精、绍酒及蛋清、干淀粉拌上劲,各种水果切丁。
2. 炒锅上火,放入色拉油,烧至四成热时入鸡丁划油至熟,倒出沥油。
3. 炒锅留少量油,放入高汤、调味品勾芡,投入鸡丁和水果丁,淋油,翻锅装盘即可。

● 特点: 色彩鲜艳,酸甜鲜嫩。

● 制作秘诀:

1. 鸡丁要浆上劲防止出水。
2. 水果在锅中加热时间不宜太长。

主辅料

鸡脯肉 猕猴桃
菠萝 熟胡萝卜
苹果 橙子

调味料

精盐 味精 蛋清
淀粉 绍酒 高汤
色拉油



纸包山鸡片

● 制法:

1. 山鸡脯肉批成薄片,用清水漂去血水,沥干水分后,用精盐、绍酒、味精、蛋清、干淀粉拌匀;咸蛋黄蒸熟碾碎,香菜洗净。

2. 砧板上撒上干淀粉,摊开糯米纸,放鸡脯肉,点缀上咸蛋黄、香菜叶,包裹成长方形成生坯。

3. 炒锅上火,入色拉油烧热至五成时,投入生坯,炸熟捞出装盘即成。

● 特点:色彩艳丽,鲜嫩味美。

● 制作秘诀:

1. 包裹鸡脯肉时,应先在糯米纸上斩几个孔,以免炸制时充气破裂,影响造型。

2. 在腌渍鸡脯肉时,味不宜咸,鸡脯肉一定要浆上劲,以保持其肉质鲜嫩。

主辅料

山鸡脯肉 糯米纸
咸蛋黄 香菜叶

调味料

蛋清 精盐 绍酒
味精 淀粉 色拉油



主辅料

鸡脯肉 蛋清
熟肥膘 青菜
香菇 火腿

调味料

精盐 绍酒
味精 麻油
高汤 淀粉
色拉油



● 制法:

1. 鸡脯肉剔去筋膜, 划成茸, 熟肥膘划成茸; 鸡蛋清用蛋扦或竹筷打成蛋泡糊。

2. 将鸡茸、熟肥膘茸用适量水调开, 加入精盐、味精、绍酒拌上劲, 加入蛋泡糊拌匀; 炒锅上火, 入色拉油烧至二成半热, 用手勺挖鸡茸入油锅中使其成为椭圆形片状至熟, 捞出用热水冲去浮油沥干。

3. 香菇、青菜、火腿切丝焯水, 炒锅放少许油煸香, 入高汤, 调味、勾芡, 入鸡片, 淋麻油翻锅, 装盘即可。

芙蓉鸡片



● 特点: 色泽洁白, 鲜嫩爽滑。

● 制作秘诀:

1. 为了使鸡片色白质嫩, 必须剔净鸡肉中的筋膜, 并把鸡肉入清水中漂净血水。

2. 鸡茸划油时, 油温不能高, 否则易起孔, 动作要轻。

菊花鸡腿

主辅料

鸡腿 纸花
萝卜 香菜

调味料

精盐 味精
酱油 八角
桂皮 绍酒
糖 葱 姜
色拉油

● 制法:

1. 鸡腿剔去中段骨头,留关节,加葱、姜、绍酒、少许酱油腌渍 15 分钟后,放入七成热油中炸上色;萝卜雕刻成菊花。
2. 炒锅上火放少量油,煸葱、姜、香料,放入鸡腿,加水,调味,大火烧开,中小火烧透入味,大火收汁装盘。
3. 装盘时,将菊花、香菜点缀于盘中,鸡腿缠上纸花整齐地排在花的周围即可。

● 特点:色泽酱红,鸡腿酥烂,鲜香味醇。

● 制作秘诀:

1. 去鸡腿骨时,刀口要小。
2. 掌握好火候,不可使鸡腿过烂或过生。





童子鸡



● 制法：

1. 制油鸡卤：取高汤 5 千克，加葱、姜及洗净的香料包（八角、桂皮、草果、良姜），再加酱油、冰糖、酒、盐、味精调味，大火烧开后，中小火烧 1 小时，待香味大量渗出时即可。

2. 制油鸡：童子鸡去内脏后，洗净，入开水锅中焯水，去掉血污，放入沸而不腾的油鸡卤中浸焐约 10 分钟，待鸡肉刚断生时取出，晾凉后装盘，浇烧味汁即可上桌。

● 特点：香气浓郁，肉质鲜嫩。

● 制作秘诀：

1. 制油鸡卤时，香料适量。

2. 仔鸡焯水时，火不宜太旺，以除去血污为度。焐制时间以骨腔中为红色，而肉刚断生为最好。

主辅料 童子鸡

调味料

精盐	味精	桂皮
玫瑰露酒	酱油	
冰糖	八角	草果
良姜	葱	姜
		高汤

● 制法:

1. 光鸡洗净后沥干水分,入由南乳汁、精盐、玫瑰露酒、花生酱、八角、葱、姜等调成的卤汁中,浸泡2~3小时,取出烫皮,再抹上由玫瑰露酒、饴糖、大红浙醋调成的汁,晾干。

2. 将晾干的鸡入暗炉中烤熟,上色后即可改刀装盘,浇上烤鸡汁液后,将南乳汁、白醋、糖、青红椒粒、盐、味精调成佐料汁随鸡一同上桌。

● 特点:色泽红褐,皮脆肉嫩,咸香味美。

● 制作秘诀:

1. 鸡烫皮时,水温勿太高,以防烫破皮。烤制时,要掌握鸡的成熟度,以鸡肉刚断生时为好。

2. 饴糖、大红浙醋、玫瑰露酒调汁的用料比例为4:2:1。

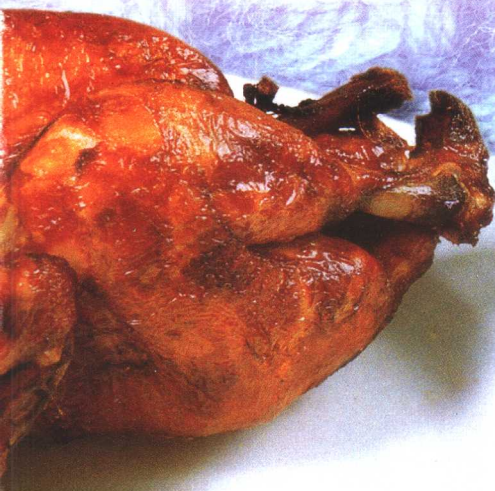
主辅料

三黄鸡 青椒
红椒

调味料

南乳汁 盐 味精
玫瑰露酒 八角
花生酱 大红浙醋
饴糖 葱 姜







● 制法:

1. 鸡脯肉切成米状,用清水漂去血水,沥干水分,加盐、味精、绍酒、蛋清、干淀粉上浆,青、红椒切成小菱形状,松子炸熟。

2. 炒锅热锅冷油滑锅后,入色拉油至三成热,入鸡米划熟。

3. 炒锅上火,留少量油,投入葱粒、青红椒加高汤少许,调味,水开后勾芡,入鸡米及松子,淋油,翻锅装盘即可。

● 特点: 鸡米滑嫩,松子酥香。

● 制作秘诀:

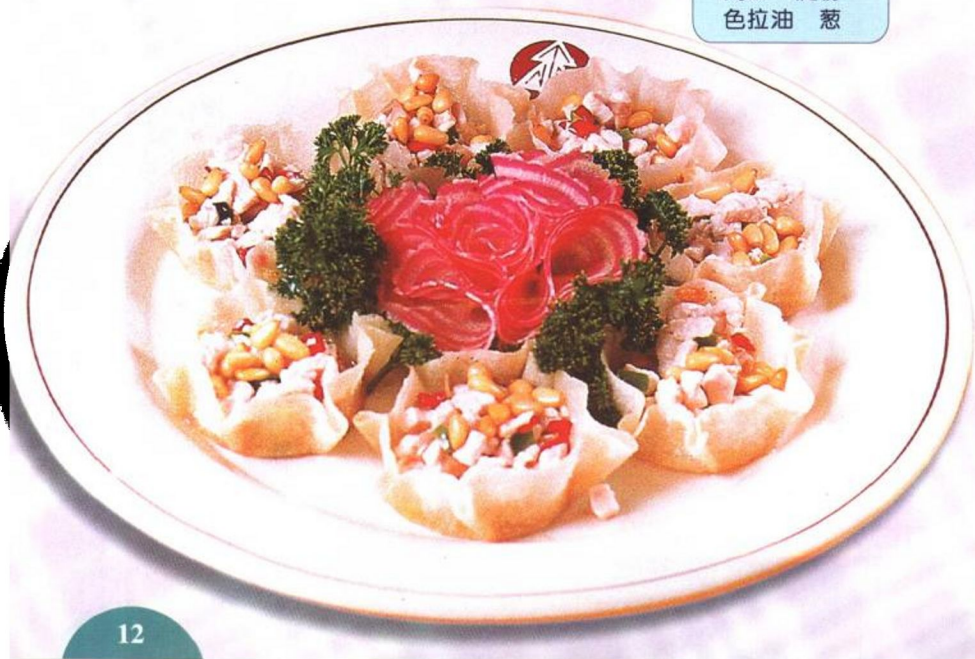
1. 鸡米要漂净血水,以保持其洁白,上浆时要拌上劲。

2. 划油前一定要滑锅,以防粘锅。

松子鸡米

主辅料
鸡脯肉 青椒
红椒 松子

调味料
精盐 味精
蛋清 绍酒
高汤 淀粉
色拉油 葱





主辅料

鸡脯肉 鸡蛋
青椒 红椒

调味料

精盐 味精 绍酒
面粉 淀粉 香醋
泡辣椒 豆瓣辣酱
葱 姜 蒜 酱油
白糖 麻油
色拉油

● 制法:

1. 鸡脯肉切成柳叶形,用盐、味精、绍酒腌渍,用面粉、干淀粉、鸡蛋调全蛋糊,豆瓣辣酱、泡辣椒剁细,葱切成葱花,姜、蒜切成片,青、红椒切成条。

2. 取碗1只,放酱油、白糖、香醋、鲜汤调匀成汁。

3. 将鸡柳挂糊逐一入七成热油锅中炸至金黄色。

炒锅上火放入少量油,入豆瓣辣酱、泡辣椒煸酥香出油,放入青红椒、葱、姜、蒜等略煸,随即入鸡柳,淋入调味汁,待汁收净后,淋麻油,装盘即可。

● 特点: 外酥内嫩,咸鲜甜酸。

● 制作秘诀:

1. 调汁时要突出咸中带甜酸,醋要最后淋入。

2. 调味汁适量,使其达到卤汁紧裹,外香里嫩。

合川鸡柳

主辅料

鸡脯肉 虾仁
咸面包 青椒
熟肥膘 红椒

调味料

精盐 味精
淀粉 色拉油
蛋清



● 制法:

1. 鸡脯肉剔尽筋膜批片,入清水中漂去血水,取出沥干剁成茸,虾仁成茸,肥膘成粒,咸面包修成长方形,青、红椒切成细丝。
2. 将鸡茸、虾茸拌匀,加入盐、味精、水、淀粉、蛋清拌上劲,最后掺入熟肥膘粒成鸡茸馅。
3. 将鸡茸馅镶在面包片上,用青、红椒丝点缀制成生坯,入四成热油锅中炸至面包金黄、鸡茸成熟时,捞出沥油改刀装盘,带椒盐或沙司上桌即可。

芙蓉吐司

● 特点: 口感脆嫩,醇香可口。

● 制作秘诀:

1. 制鸡茸时水不宜太多;镶馅时要先在面包片上撒少许干淀粉,以防鸡茸脱离。
2. 油炸时油温以四五成热为宜,待成熟时,略升高油温复炸,增加成品酥脆性。

● 制法:

1. 鸡脯肉切成薄片,入稀碱水中浸漂,待其透明发亮时,捞出用清水漂净碱味;冬笋、火腿切成片,菜心一剖两半。

2. 鸡脯肉加盐、味精、蛋清浆上劲,冬笋片、火腿片、菜心分别焯水。

3. 炒锅上火,放入色拉油,煸香葱段,入辅料略煸,放入高汤,调味烧开后,投入鸡片,待烧开后,撇去浮沫,勾琉璃芡,淋油撒胡椒粉装盘即可。

● 特点: 汤清味醇,鸡片鲜嫩。

● 制作秘诀: 鸡片要薄而形整,浸泡时碱量要适中,漂洗时要除净碱味。

清 烩 鸡 片



主辅料

鸡脯肉 冬笋 火腿
菜心

调味料

味精 高汤 精盐
胡椒粉 色拉油 葱
淀粉 食碱 蛋清



主辅料

光仔鸡 草菇 泡菜
萝卜

调味料

泡辣椒 蒜 花椒
豆瓣辣酱 葱 绍酒
精盐 白糖 味精
酱油 香醋 色拉油

● 制法：

1. 光仔鸡洗净，斩成块，草菇一切为二，泡菜、萝卜切成片；豆瓣辣酱斩成茸，泡辣椒切成段。

2. 鸡块加盐、味精、绍酒、少许酱油、糖拌匀，入七成热油锅中炸上色。

3. 锅上火烧热，放少量油，入豆瓣辣酱煸酥，煸出红油，再放入炸蒜头、泡菜等调料略煸，加入高汤、鸡块，大火烧开，改小火烧透入味起锅，撒花椒末，滴香醋装盘，最后淋入葱油即可上桌。

● 特点：色泽殷红，酸香微辣。

● 制作秘诀：

1. 煸豆瓣辣酱要酥透出油，否则会有生豆瓣味。泡菜要煸出香味。

2. 烧制时要用小火慢烧，使鸡块入味酥烂。

川味泡菜鸡