

YAN FENG WEI JIAYAN FENG

风味家宴

戚应昊 唐小东 编著 孙锡忠 摄影



安徽科学技术出版社

风

味

家

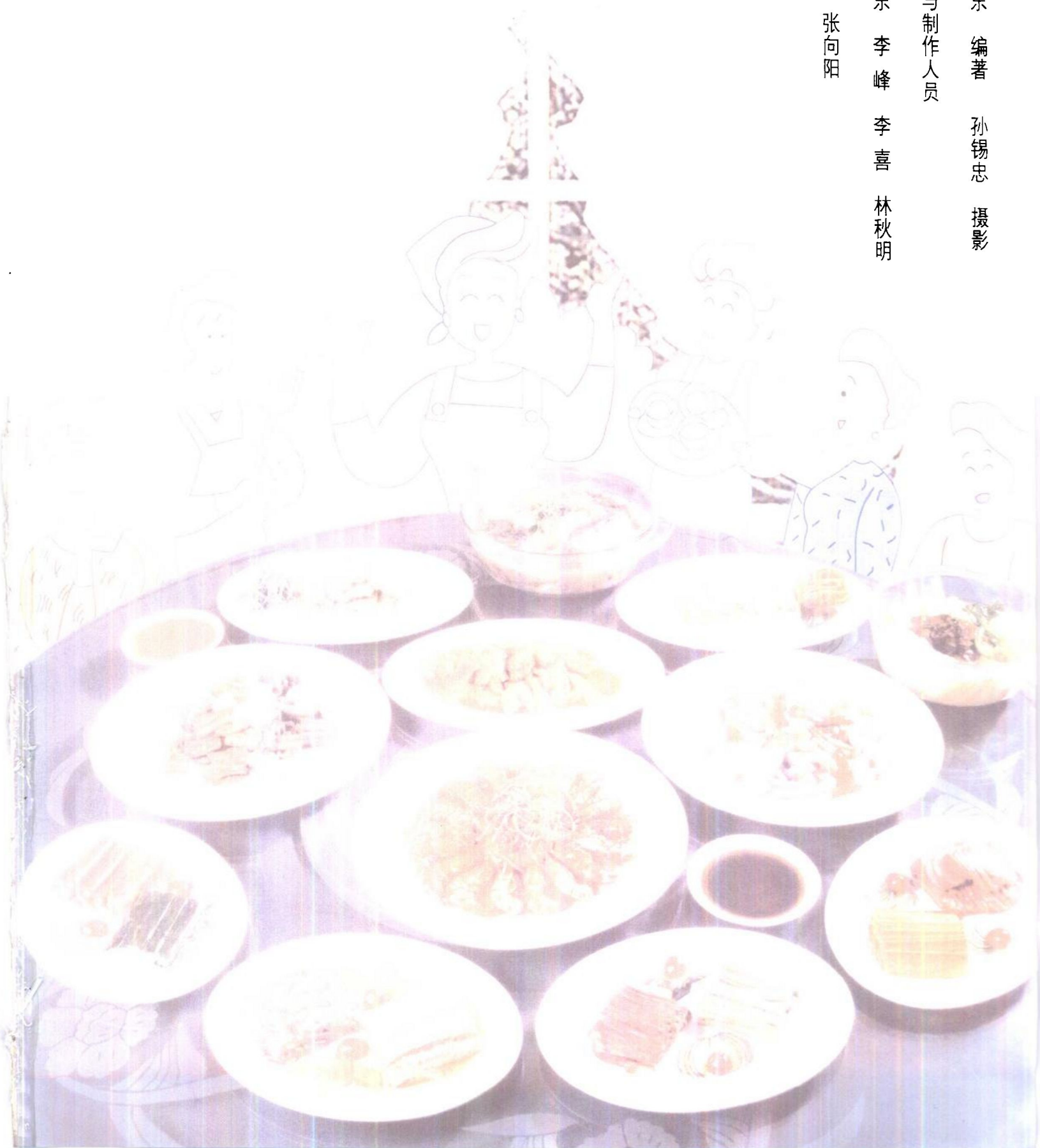
宴

戚应昊 唐小东 编著 孙锡忠 摄影

参加本书编写与制作人员

戚应昊 唐小东 李峰 李喜 林秋明

陶露 李季 张向阳



图书在版编目(CIP)数据

风味家宴 / 戚应昊 唐小东编著—合肥: 安徽科学技术出版社, 2000.8

ISBN 7-5337-1969-7

I. 风… II. 戚… III. 菜谱

IV. TS972. 12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 19083 号

风 味 家 宴

戚应昊 唐小东 编著 孙锡忠 摄影

责任编辑 / 装帧设计 / 赵素萍

安徽科学技术出版社出版

(合肥市跃进路 1 号新闻出版大厦)

邮政编码: 230063 电话号码: 0551 — 2825419

新华书店经销

深圳市国际彩印有限公司制版

深圳市国际彩印有限公司印刷

开本: 850 × 1168 1/16 印张: 4

2000 年 8 月第 1 版 2000 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 7-5337-1969-7 / TS · 66 定价: 33.00 元

(本书如有倒装、缺页等问题请向本社发行科调换)

致读者

在人类诸多的生活要素中，吃是第一位的。随着时代的发展和物质生活水平的提高，人们对吃的需求已不仅仅是为了吃饱裹腹，而是更加注重营养科学和美味可口。中国的饮食文化源远流长，中式家宴在制作上，不论何种风味流派，都讲究菜肴的整体合理搭配组合及对色、香、味、形俱佳的追求。就一般家庭而言，主人能够掌握一点烹饪技巧，当朋友相遇、亲人团聚时，亲自下厨动手做几款美味佳肴让大家品尝，那将会更加增添几多情趣。

《风味家宴》正是一本指导您如何烹制家庭宴席的书，书中所列十余种宴席、百余款菜品，荟萃了东西南北中的不同风味特点，其烹饪食品原料又较为普通易得。它告诉您，做一桌丰盛美味的家宴佳肴，并非是高不可攀的烹饪大师的专利，也不需要多么昂贵的食品原料，只要依照本书的提示操作，您定会获得满意的结果。

《风味家宴》是一部实用性较强的家庭烹饪指导用书，阅读此书，可以了解不同地域的菜肴风格。它不仅是写给热衷于家庭烹饪的朋友，对饮食从业人员、专业厨师也有一定的参考价值。

本书菜肴在制作过程中，得到了淮南市森都国际大酒店的支持与协助，在此表示感谢。

编 著 者

卤水拼盘

【原料】 鸭1只,鸡蛋若干,猪五花肉、豆腐适量,香料包、原卤水、淡汤适量,葱、姜、盐、味精、酱油、冰糖少许。

【制法】 1.鸭宰杀除去内脏洗净,放入水中煮开后再用清水洗净备用。鸡蛋煮熟去壳。猪五花肉焯水。豆腐切成长方块用油炸起壳。2.将原卤水加入适量的开水,加盐、味精、冰糖、酱油、葱、姜及香料包煮半小时,再将原料倒入烧开,改小火浸泡至熟捞起,冷却切片拼在盘中即成。



卤水拼盘



火茸炒虾丝

火茸炒虾丝

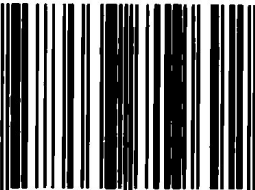
【原料】 虾仁300克,熟火腿末50克,小菜心10棵,鸡蛋2只,葱末、姜末、胡椒粉、盐、味精、黄酒、鸡汤、猪油、淀粉少许。

【制法】 1.虾仁斩成茸,加葱末、姜末、胡椒粉、盐、味精、黄酒及水搅拌上劲,再加入猪油拌匀。将鸡蛋打开分出蛋清,搅拌成蛋清糊,加入虾茸拌匀。2.用一张白纸卷成喇叭型,装入虾茸,用剪刀在顶端斜剪一个口子,将虾茸挤在开水锅中煮熟捞起。小青菜放锅中加油、盐、味精炒熟围在盘中。3.置锅烧热放少许油,投入葱末、姜末、火腿末稍煸,加汤、黄酒、盐、味精、胡椒粉调味,用湿淀粉勾芡,倒入虾丝翻拌,盛入盘中,再撒上未用完的火腿茸即成。

目次

风味家宴之一		抓炒里脊	20	卤猪尾拼黄瓜	43
香麻干丝	2	盐水煮河虾	20	糖醋里脊	43
卤水鸭掌	2	锦绣生鱼丝	21	百花腐皮卷	43
卤煮肺片	2	拌海蜇皮	21	层层脆拼蒜泥茄子	44
生炒鳝丝	3	卤猪耳	21	大葱爆肚片	44
葱油百叶	3	锅子鸡贴饼	22	糖醋萝卜拼卤水肘	44
尖椒牛肉丝	3	香菇肚条炖老鸡	22	淡糟酸菜煮活鱼	45
毛家红烧肉	4	火腩烧马鞭鳝	23	素烧佛跳墙	45
汽锅香菇鸡块	4	火腿豆腐角	23	沙嗲爆虾鳝	45
腊味三蒸	5	风味家宴之五		风味家宴之八	
剁椒鱼头	5	烤鸭拼莴笋	26	豉油凉粉	48
东安鸡条	5	绿蓝鱼丝	26	油焖笋尖	48
风味家宴之二		凉瓜拼叉烧	27	凉拌土芹	48
拌玉米笋	8	虾片拼胡萝卜	27	家常蛋卷	49
豉汁炒鳝片	8	卤香菇	27	棒棒鸡丝	49
糖醋黄瓜	8	熟炒鳝丝	28	瓜姜酸菜蒸草鱼	49
乳汁里脊片	9	凉拌茶干丝	28	梅菜扣肉	50
油爆虾	9	卤水河虾	29	米粉蒸肉	50
炒腰花	9	蟹柳拼西芹	29	蒜泥白肉	51
八宝酿鸭	10	酱汁排骨	30	咸水鸭炖萝卜	51
火腿豆腐衣	10	红松鸡腿	30	干烧鳊鱼	51
香菇烧肥肠	11	西洋参煲老王鸽	31	风味家宴之九	
萝卜排骨汤	11	松鼠鳊鱼	31	酥鲫鱼	54
红油肚片	12	风味家宴之六		回锅肉片	54
芝麻鱼条	12	泡椒皮蛋	34	卤牛肉片	54
麻油拌豆腐	12	锦卤凤爪	34	什锦拼盘	55
风味家宴之三		拌蘑菇	35	葱扒鸭	55
凉拌肚丝	14	无锡脆鳝	35	天府全家福	56
盐水虾	14	盐水煮虾蟹	35	红烧豆腐	56
凉拌苦瓜	14	清炒虾仁	36	锅仔川东鸡	57
百花素卷	15	荷香蒸鲫鱼	36	西洋参炖乌鸡	57
四色拼盘	15	白切鸡	37	风味家宴之十	
姜汁银鱼	15	糯米莲藕	37	酱爆花枝片	60
粉皮烧子鸡	16	清炖狮子头	38	豆豉蒸排骨	60
酸辣乌鱼蛋	16	什锦煮干丝	38	锡箔包鸡翼	61
锅仔手撕羊肉	16	面筋炒菜心	39	一品海鲜煲	61
酱烧蹄膀	17	蛋美鸡	39	白切香妃鸡	62
山东烧肥肠	17	风味家宴之七		什锦海黄羹	62
冷吃蟹柳	17	面包炸猪排	42	卤水拼盘	封二
风味家宴之四		鱼露蒸基围虾	42	火茸炒虾丝	封三
拌莴笋	20	卤牛肉拼豆角	42		

ISBN 7-5337-1969-7



9 787533 719692 >

ISBN 7-5337-1969-7 / TS · 66

定价：33.00 元



风味家宴之一

菜单

香麻干丝 卤煮肺片 卤水鸭掌 生炒鳝丝
 葱油百叶 尖椒牛肉丝 毛家红烧肉 汽锅香菇鸡块
 腊味三蒸 剁椒鱼头 东安鸡条

特点 湖南风味
 菜味浓郁
 鲜甜厚重

香麻干丝

【原料】 五香豆腐干、芝麻、辣椒粉、花椒粉、麻油、盐、味精适量。

【制法】 1. 五香豆腐干切成丝待用。2. 将麻油烧热倒入放有辣椒粉、花椒粉的盆中，制成香辣油，芝麻炒香，倒入香辣油中，再加盐、味精调味，然后再倒入干丝中拌匀即成。



香麻干丝

卤煮肺片

【原料】 猪肺1000克，香料包1个，葱、姜、盐、味精、麻油、调和油、红椒粉、蚝油、酱油、糖、蒜泥少许，原卤水(或淡汤)1000克。

【制法】 1. 猪肺剪开洗净，放水锅中加葱、姜、黄酒煮开后取出，放冷水中洗净。2. 原卤水(或淡汤)加香料包、酱油、盐、味精、糖煮出香味，放入猪肺，烧煮半小时后改小火焖1小时，然后捞起晾凉，切成片码在盘中。3. 用热油将红椒粉制成辣椒油加蚝油、蒜泥、酱油、糖、盐、味精、麻油，调成蘸汁，同肺片一起上桌蘸食。



卤水鸭掌

卤水鸭掌

【原料】 鸭掌300克，香米包1个，原卤汤1000克，盐、味精、酱油、糖、黄酒适量。

【制法】 1. 将鸭掌洗干净，放开水中煮一下，再冲洗干净。2. 将原卤水或淡汤，加香料包、盐、味精、酱油、糖、黄酒烧煮出香味，倒入鸭掌煮开，关掉火，用卤汤浸泡鸭掌2小时，捞起切断，装盘即成。



卤煮肺片

生炒鳝丝

【原料】 鲜活鳝鱼500克, 青椒、红椒、芽菜、盐、味精、黄酒、麻油、淡汤、胡椒粉、葱花、姜末、淀粉少许, 油400克。

【制法】 1. 鳝鱼宰杀洗净, 除去脊骨, 切成丝。2. 将少许淡汤加盐、味精、胡椒粉、黄酒、麻油、淀粉调成芡汁。3. 置锅烧热放油, 倒入鳝丝滑熟捞起, 原锅留油少许, 放入葱花、姜末、青椒丝、芽菜煸炒, 倒入鳝丝, 淋入芡汁翻匀即成。



生炒鳝丝

葱油百叶

【原料】 牛百叶150克, 葱丝、红椒丝、麻油、花椒、盐、味精、胡椒粉少许。

【制法】 1. 牛百叶切丝, 放开水锅中烫一下捞起(不能煮得过老), 沥干水。2. 锅中放麻油烧热, 投入花椒炸香后捞出, 将热油倒入盛有葱丝和红椒丝的碗中, 加盐、味精、胡椒粉调和, 再倒入百叶中拌匀即成。



葱油百叶

尖椒牛肉丝

【原料】 牛里脊肉300克, 鲜芦笋100克, 油400克, 小尖椒、干红椒丝、姜丝、葱丝、盐、味精、酱油、黄酒、嫩肉粉、淀粉少许。

【制法】 1. 牛里脊肉切成粗丝, 加盐、酱油、糖、味精、黄酒、嫩肉粉及少许干淀粉腌渍。小尖椒切成粒。2. 置锅烧热放油, 放牛肉丝滑熟捞起, 待油温再升高时, 投入牛肉丝复炸一次。将芦笋焯水, 加盐、味精调味, 然后码在盘底。3. 原锅留油少许, 放葱丝、姜丝、尖椒粒煸炒, 再倒入炸好的牛肉丝煸炒出锅, 盛在码好的芦笋上。



尖椒牛肉丝

毛家红烧肉

【原料】 猪五花肉 500 克，鹌鹑蛋 20 只，油 300 克，干红椒、葱段、姜块、酱油、盐、糖、味精、桂皮、八角、黄酒少许。

【制法】 1. 猪肉切成小方块。鹌鹑蛋煮熟剥去壳，抹上酱油，放热油中炸成金黄色捞出。锅留原油少许，投入干红椒、葱段、姜块煸香，倒入肉块翻炒，待肉断生出油后，放入酱油再炒片刻，加入黄酒、糖、盐、水、桂皮、八角、味精、鹌鹑蛋烧约 1 小时后肉汤收紧，即可出锅装盘。



毛家红烧肉

汽锅香菇鸡块

【原料】 母鸡 1 只，水发香菇 10 只，笋片、葱段、姜块、盐、味精少许。

【制法】 将鸡宰杀洗净，放开水里烫一下再洗干净，斩成块，放汽锅中，倒入香菇、笋片、盐、味精、葱段、姜块，加入开水，入笼用大火蒸 1 小时即成。



汽锅香菇鸡块



腊味三蒸

腊味三蒸

【原料】 咸肉 200 克，咸鱼 200 克，咸鸡半只，小青菜 10 棵，干红椒、油、姜块、花椒少许。

【制法】 咸肉切成片，咸鸡斩块，与咸鱼同码在碗中。干红椒、姜块、花椒用油爆香，浇在码好的鸡、鱼、肉上，入笼蒸 20 分钟后取出扣在盘中。小青菜炒熟围边即成。



剁椒鱼头

剁椒鱼头

【原料】 新鲜大鱼头 1 只，泡红椒 100 克，盐、味精、胡椒粉、葱花、姜米、猪油少许。

【制法】 1. 将大鱼头从中间劈开洗净，用开水冲烫一下，放在盘中。泡椒剁碎待用。2. 将鱼头撒上盐、味精、胡椒粉、葱花、姜米，再撒上泡椒末，淋上猪油，入笼用大火蒸 5 分钟即成。

东安鸡条

【原料】 嫩子鸡 1 只，泡红椒、干红椒、姜丝、葱丝、盐、味精、醋、糖、胡椒粉、调和油、淀粉适量。

【制法】 1. 嫩子鸡宰杀洗净，放开水里烫熟（注意不能煮熟，鸡放入时，水保持不开）。取下鸡肉切成条。泡椒、干红椒切成段。2. 将油锅烧热，放入泡椒、干红椒、葱丝、姜丝煸炒，再倒入鸡条翻炒，加盐、味精、醋、糖、胡椒粉调味，勾薄芡，装盘即成。



东安鸡条



特点

湖南风味 菜味咸辣、甜酸 取材丰富 制作简单

风味家宴之二

菜单

萝卜排骨汤 红油肚片 芝麻鱼条 麻油拌豆腐
 炒腰花 八宝酿鸭 火腿豆腐衣 香菇烧肥肠
 拌玉米笋 豉汁炒鳝片 糖醋黄瓜 乳汁里脊片 油爆虾



拌玉米笋

【原料】 玉米笋、胡萝卜、芦笋、盐、味精、麻油少许。

【制法】 1. 罐装玉米笋倒出用清水冲洗，除去防腐剂酸涩味，放开水中略烫，加盐、味精、麻油拌匀。2. 胡萝卜煮熟待用。芦笋焯水，加盐、味精、麻油拌上味。3. 将胡萝卜切成菱形片放在盘中垫底，上面摆上芦笋、玉米笋即成。



拌玉米笋

豉汁炒鳝片

【原料】 去骨鳝鱼 350 克，青椒 100 克，豆豉、盐、糖、酱油、味精、葱花、姜米、黄酒、胡椒粉、麻油、淀粉少许，油 500 克。

【制法】 1. 去骨鳝鱼洗净切成片，青椒去子切成片。豆豉斩碎，盐、味精、酱油、糖、胡椒粉、黄酒、麻油加淀粉调成芡汁。2. 置锅烧热放油，倒入鳝片滑熟捞起。原锅留少许油，放入青椒片，加盐、味精翻炒盛出垫底，再置锅放少许油烧热，倒入葱花、姜米、豆豉煸香，放入滑熟的鳝片，淋入芡汁翻拌，出锅装盘即成。



豉汁炒鳝片



糖醋黄瓜

糖醋黄瓜

【原料】 黄瓜 2 根，糖 150 克，白醋 20 克，盐少许。

【制法】 黄瓜一剖两半，切梳子花刀，用盐腌渍半小时，再加糖、白醋腌 2 小时取出，码盘即成。

乳汁里脊片

【原料】 猪里脊肉 250 克，红腐乳汁、葱头、青椒、黄酒、味精、胡椒粉、麻油、淀粉少许，油 500 克。

【制法】 1. 猪里脊肉切成片，加盐、味精、淀粉上浆。2. 将青椒、葱头切成片。红腐乳汁、味精、黄酒、胡椒粉、淀粉、麻油调成芡汁。3. 置锅烧热放油，倒入里脊片滑热捞起，原锅内留油少许，将葱头片、青椒片放入煸香，再倒入里脊片，淋入芡汁翻炒装盘。



乳汁里脊片

油爆虾

【原料】 河虾 300 克，糖 100 克，盐、醋、葱花、姜末、黄酒少许，油 500 克。

【制法】 1. 河虾剪去须洗净，沥干水。置锅放油烧至冒青烟时，将虾放入炸至虾壳起酥捞起。2. 原锅留油少许，放葱花、姜末煸香，倒入炸好的虾，放糖、盐、醋、黄酒烧至糖全部溶化时盛出冷凉，装盘即成。



油爆虾

炒腰花

【原料】 猪腰 2 只，青椒、红椒、葱段、姜片、蒜泥、酱油、糖、醋、黄酒、盐、味精、胡椒粉、麻油、淡汤、淀粉，油 500 克。

【制法】 1. 猪腰平放在案板上，一剖两半，用刀批去腰臊，在猪腰批面锲麦穗花刀，再切成菱形块，放在清水中洗净后沥干水。2. 将淡汤、盐、味精、酱油、糖、胡椒粉、淀粉、麻油放在碗中，调成芡汁。3. 置锅烧热放油，将青椒片、红椒片、腰花一起倒入油中骨热捞起，锅内留油少许，放入葱段、姜末、蒜泥煸香，倒腰花、青红椒片翻炒，淋入芡汁，起锅装盘。



炒腰花

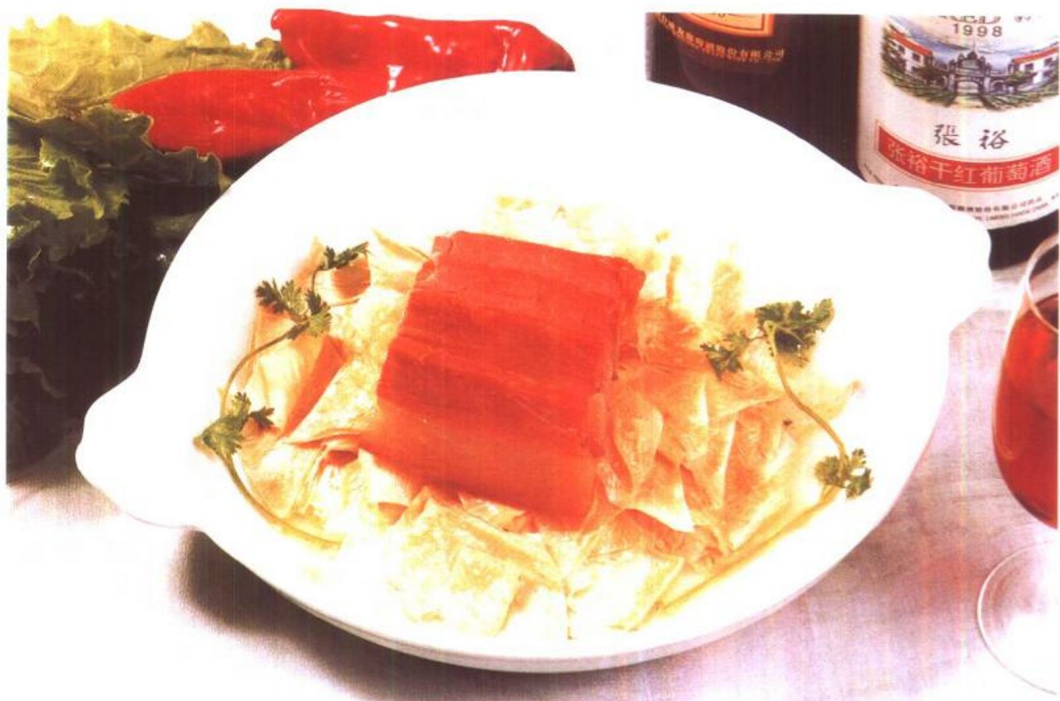
八宝酿鸭

【原料】 鸭1只,糯米400克,肉丁150克,笋丁50克,香菇丁50克,熟鸭肫1个,鸭肝1个,葱花、姜米、五香粉、酱油、糖、盐、味精、黄酒少许,油1000克。

【制法】 1.鸭子宰杀,从背部剖开,取出内脏洗干净,加盐、味精、五香粉、黄酒腌半小时,用开水烫一下再洗干净。2.糯米用温热水泡1小时捞起,蒸成糯米饭。熟鸭肫、鸭肝切成丁。3.置锅放油烧热,下葱花、姜米煸香,再投入肉丁、笋丁、香菇丁、鸭肫丁、肝丁一起煸炒后倒入煮熟的糯米饭中,加盐、味精、酱油、糖拌匀。4.将拌上料的糯米饭填入烫好的鸭膛内,用麻绳捆扎好,鸭身抹上酱油备用。5.置锅放油烧至微冒烟时,放入鸭子,炸成金黄色捞起。将葱段、姜片放入炸至微焦。把炸好的鸭子放在一只大盆内(或高压锅中),加入开水、盐、味精、酱油、糖及炸焦的葱、姜,蒸至透烂取出,放在盘中,然后用原汤勾少许芡汁浇在鸭上即成。



八宝酿鸭



火腿豆腐衣

火腿豆腐衣

【原料】 豆腐衣3张,火腿100克,盐、味精、油少许。

【制法】 豆腐衣放冷水中泡软,切成片放盘中,拌上盐、味精、油。火腿切成片码在豆腐衣上,入笼蒸熟即成。



香菇烧肥肠

香菇烧肥肠

【原料】 熟猪大肠 750 克，干香菇 50 克，蒜瓣子、葱、姜、酱油、糖、盐、味精、淡汤、黄酒、胡椒粉、花椒、麻油、淀粉少许，青椒、红椒各 1 个，油 500 克。

【制法】 1. 猪大肠洗净，放在冷水锅中加葱、姜、花椒、黄酒煮沸，倒出再用冷水清洗干净，切成菱形段。2. 干香菇放水中泡发，剪去蒂洗净，葱切段，姜切米。3. 置锅放油烧热，投入猪肠炸成金黄色捞起。原锅留油少许，放入蒜子、葱段、姜米煸香，加酱油、糖、黄酒、淡汤煮沸，倒入炸好的猪肠、香菇同烧，加味精、胡椒粉调味，勾芡，淋少许麻油，盛入沙锅中，青椒、红椒切圈，用油炸一下，盛在烧好的猪肠上即成。



萝卜排骨汤

萝卜排骨汤

【原料】 猪小排骨 500 克，白萝卜 350 克，葱段、姜片、枸杞子、盐、味精少许。

【制法】 1. 排骨洗净切成块，放冷水锅中，加葱段、姜片煮沸，盛出用冷水洗干净。2. 将排骨放在沙锅中加水、葱段、姜片、枸杞炖烂。萝卜去皮切成圆块，放入排骨汤内同炖至萝卜透烂，加盐、味精调味，盛入汤盆中。