

张大海 编

学做家常菜



中国纺织出版社



1. 红烧鸡翅
2. 翡翠虾仁
3. 松子鱼
4. 红果花

1. 油爆鱿鱼卷
2. 鱼香鸡球
3. 蚝油鲜蘑
4. 香酥鸡腿





1. 炸烹田鸡腿
2. 软炸鸡条
3. 葱油活鱼

1. 烧大乌参
2. 鲜蘑瓜条
3. 白烧珍珠笋
4. 酸辣鱿鱼方





1. 水煮牛肉
2. 药芹炒肝尖
3. 麻婆豆腐

1. 炸土豆条
2. 菠萝咕嚕肉
3. 五彩虾仁
4. 茼蒿爆里脊丝





1. 葱爆羊肉
2. 蒜香茄块
3. 宫保鲜贝

1. 蟠桃
2. 桃花泛
3. 菜花烧扁豆
4. 果汁煎鸡脯



内 容 提 要

本书介绍了各种家常菜、地方风味菜 310 余种,包括水产类菜、禽蛋类菜、畜肉类菜、蔬菜类菜和风味小吃。书中详细介绍了这些菜肴的用料、做法和特点。本书是一本实用性较强的大众性菜谱。根据一般家庭的烹饪条件,书中的菜谱尽可能做到用料易购、文字通俗易懂,使不同层次、不同口味的读者都能亲手做出美味可口的佳肴。

目 录

水产类菜肴·····	(1)
清蒸桂鱼·····	(1)
松鼠桂鱼·····	(1)
锅塌鱼片·····	(2)
松仁鱼米·····	(3)
蒸三丝桂鱼卷·····	(4)
糖醋鲤鱼·····	(4)
醋熘鲤鱼·····	(5)
糖醋脆皮鱼·····	(6)
锅塌鲤鱼·····	(7)
果味鲜鱼脯·····	(7)
红烧鱼·····	(8)
干煎黄鱼·····	(9)
大汤黄鱼·····	(9)
酸甜黄鱼·····	(10)
醋烹黄花鱼·····	(11)
糖醋黄鱼·····	(11)
松子鱼·····	(12)
草鱼豆腐·····	(12)
龙舟草鱼·····	(13)
油浸蒜香鱼·····	(14)
葱油活鱼·····	(15)

酱汁草鱼	(15)
豆瓣草鱼	(16)
茄汁烩鱼片	(16)
醋椒鱼片	(17)
炸芝麻鱼条	(17)
红烧鱼划水	(18)
葱烧鲫鱼	(19)
清蒸鲫鱼	(19)
荷包鲫鱼	(20)
鲫鱼炖蛋	(20)
醋椒活鱼	(21)
炒鱼片	(21)
茄汁鱼片	(22)
干烧鲳鱼	(23)
五香烧平鱼	(24)
拆烩鱼头	(24)
糖醋带鱼	(25)
两吃黑鱼	(25)
瓢银鱼	(26)
笔套鱼册	(27)
炸鱼排	(27)
清煎鱼	(28)
番茄鱼片	(28)
鲜菇鱼片	(29)
沙锅头尾	(29)
生菜鱼卷	(30)
珊瑚鱼条	(31)

水煮鱼片	(31)
清炒龙凤丝	(32)
鲜熘鱼丝	(32)
赛螃蟹	(33)
三鲜烧鱼圆	(33)
三鲜鱼肚	(34)
烧甲鱼海参	(35)
油焖大虾	(35)
凤尾对虾	(36)
炸烹鲜虾	(36)
茄汁明虾球	(37)
豆豉炒虾球	(38)
清炒凤尾虾球	(38)
玉环虾球	(39)
软炸虾仁	(39)
清炒虾仁	(40)
鲜毛豆虾仁	(40)
面包烩虾仁	(41)
五彩鲜虾仁	(42)
稀卤虾仁	(42)
翡翠虾仁	(43)
虾仁涨蛋	(43)
龙井鲜虾仁	(44)
网油虾卷	(45)
韭黄炒虾丝	(45)
宫爆虾球	(46)
鸡包虾	(46)

桃花泛	(47)
炒虾仁	(48)
红烧海参	(48)
锅巴海参	(49)
葱烧黄玉参	(50)
金葱烧海参	(50)
鸡腿烧海参	(51)
玉兔海参	(51)
虾子大乌参	(52)
清汤开乌参	(52)
鸡茸鲜贝	(53)
鲜贝烩珍珠笋	(54)
凤巢鲜带子	(54)
宫保鲜贝	(55)
红烧干贝	(55)
鸡茸烩干贝	(56)
干贝跑蛋	(57)
桂花干贝	(57)
干贝羹	(58)
酸辣鱿鱼锅巴	(58)
三鲜鱿鱼锅巴	(59)
酸辣鱿鱼方	(60)
菠萝炒鲜鱿鱼	(60)
蒜酱拌鱿鱼	(61)
鱿鱼丝炒蒜苗	(61)
香菇鲍鱼	(62)
龙井鲍片芙蓉	(62)

红焖田鸡	(63)
酥炸牛蛙腿	(63)
酒醉黄螺	(64)
三鲜烧海螺	(64)
清炒响螺	(65)
酒香焖田螺	(66)
炸烹樱桃肉	(66)
雪花蛤蜊	(67)
红烧鳝段	(67)
炒蝴蝶片	(68)
生炒鳝片	(69)
冬笋鳝丝	(69)
干煸鳝丝	(70)
滑炒鳝丝	(70)
素炒鳝丝	(71)
烧生敲	(72)
清炒鳝糊	(72)
冰糖哈士蟆	(73)
清焖甲鱼	(73)
红烧冰糖甲鱼	(74)
清蒸甲鱼	(75)
红扒裙边	(75)
芙蓉海蜇	(76)
葱姜炒蟹块	(77)
芙蓉蟹片	(77)
蟹黄扒菜心	(78)
禽蛋类菜肴	(79)

栗子焖仔鸡	(79)
香酥鸡	(79)
米粉蒸仔鸡	(80)
铁扒仔鸡	(80)
桂圆童子鸡	(81)
蒲棒鸡肉	(82)
果汁煎鸡脯	(82)
生炸八块鸡	(83)
口蘑烧鸡块	(83)
高丽鸡片	(84)
芙蓉鸡片	(84)
三丝鸡卷	(85)
桃仁鸡卷	(86)
辣壳鸡球	(86)
鱼香炒鸡球	(87)
芝麻鸡球	(88)
茄汁鸡球	(88)
腰果鸡丁	(89)
桃仁炒鸡丁	(90)
清炖虫草鸡	(90)
多味烤鸡	(91)
滑炒象牙鸡条	(91)
枇杷拌鸡	(92)
什锦烩鸡	(93)
生炒柴把鸡	(93)
葱段生煎鸡	(94)
香辣鸡丝	(95)

抓炒鸡丝	(95)
银芽炒鸡丝	(96)
糟熘三白	(96)
鸡丝莼菜	(97)
金针鸡丝	(97)
玉骨穿凤翅	(98)
贵妃香凤翅	(99)
黄焖鸡翅	(99)
酒烧鸡翅	(100)
炸葫芦鸡腿	(101)
樟茶鸭子	(101)
菠萝鸭	(102)
曲香蒸全鸭	(102)
咖喱鸭块	(103)
栗子鸭脯	(103)
酱爆鸭条	(104)
姜芽爆鸭丝	(105)
柴把仔鸭	(105)
火腿炖京鸭	(106)
红烧鸭翅	(106)
香酥乳鸽	(107)
蚝油乳鸽	(108)
三素烩鸽蛋	(108)
琥珀鸽蛋	(109)
香酥鹌鹑	(110)
辣汁烧鹌鹑	(110)
柠檬鹌鹑	(111)