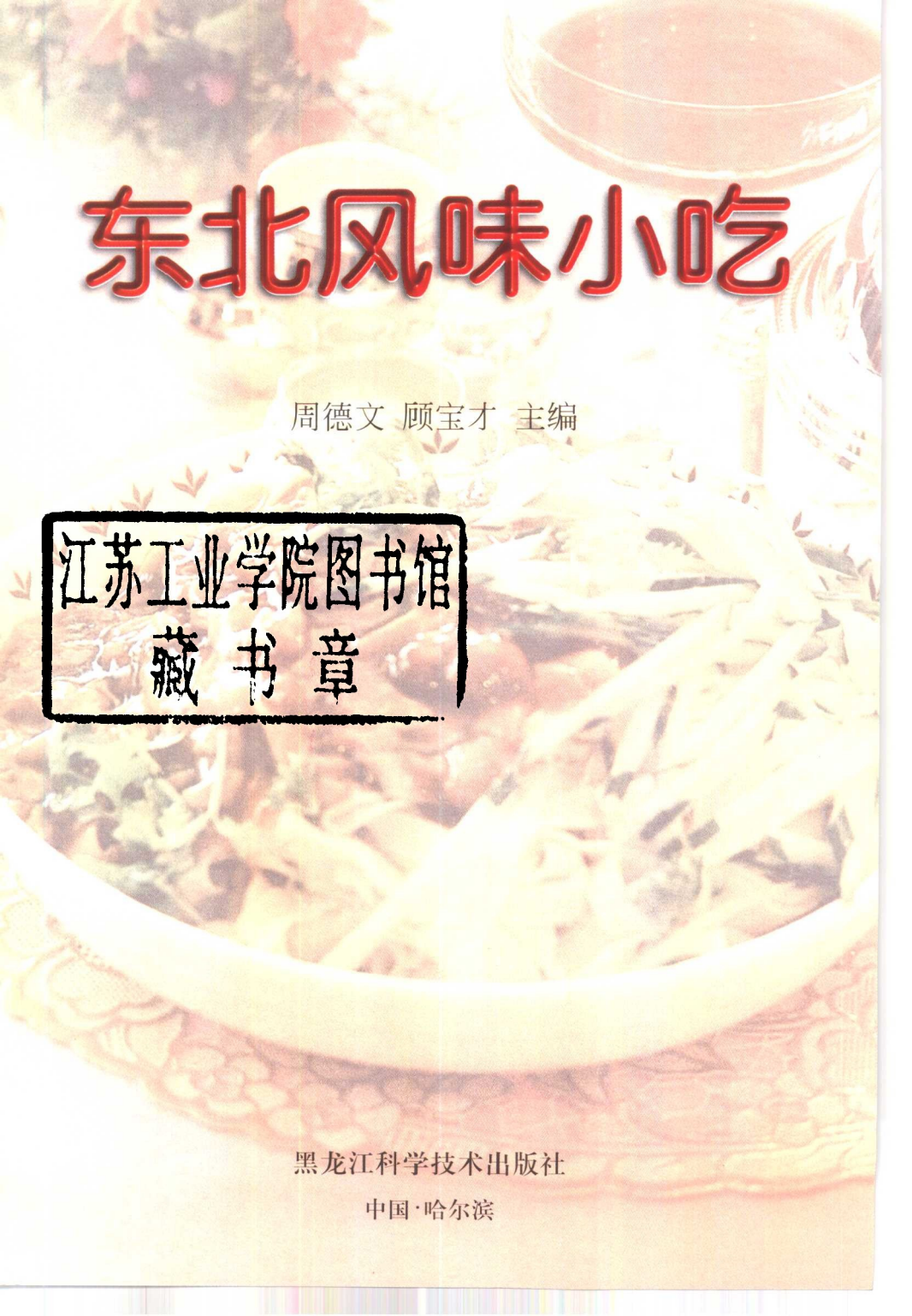


周德文 顾宝才 主编

东北 风味小吃

黑龙江科学技术出版社



东北风味小吃

周德文 顾宝才 主编

江苏工业学院图书馆
藏书章

黑龙江科学技术出版社

中国·哈尔滨

《东北风味小吃》编委会

主 编 周德文 顾宝才
编 委 任家常 张振华 王加瑞 霍怀义
邸春生 孙秀芝 仝建生

责任编辑 赵春雁
封面设计 龙 岩
摄 影 周德文

东 北 风 味 小 吃

DONGBEI FENGWEI XIAOCHI

主编 周德文 顾宝才

出 版 黑龙江科学技术出版社

(150001 哈尔滨市南岗区建设街 41 号)

电话 (0451) 3642106 电传 3642143 (发行部)

制 版 黑龙江浩庸彩色制版设计有限公司

印 刷 黑龙江新华印刷厂

发 行 全国新华书店

开 本 850×1168 1/32

印 张 3.5

字 数 75 000

版 次 2000 年 6 月第 1 版·2000 年 6 月第 1 次印刷

印 数 1—3 000

书 号 ISBN 7-5388-3647-0/TS·258

定 价 23.00 元

目 录

1. 筋饼
2. 盘沿饼
3. 炉篦子
4. 风味麦穗汤
5. 面片汤
6. 金瓜饼
7. 玉米面疙瘩汤
8. 煎年糕卷
9. 两合面蒸饺
10. 农家饭包
11. 花篮花卷
12. 金银花卷
13. 煎回头
14. 菜团
15. 家常糖饼
16. 蛋香玉米饼
17. 红薯饼
18. 香煎土豆饼
19. 素馅饼
20. 炸馄饨
21. 炸油饼
22. 芝麻烧饼
23. 螺丝饼
24. 发面烧饼
25. 盘转糕
26. 重样饼
27. 豆馅烧饼
28. 火腿蝴蝶卷
29. 豆沙包
30. 薯泥蒲棒
31. 西葫芦饼
32. 土豆丝饼
33. 黄米面饼
34. 六合饼
35. 黄米枣饭
36. 烤麻花
37. 糖眼镜
38. 面片汤
39. 糖三角
40. 风味疙瘩汤
41. 馄饨
42. 草帽饼
43. 家常疙瘩汤
44. 汤圆
45. 烤鸡冠饼
46. 搅面馅饼
47. 炸酱面
48. 打卤面
49. 朝鲜冷面
50. 家常猪肉水饺
51. 黄米饭
52. 金珠饼

53. 圆盒子
54. 锄板盒子
55. 烧麦
56. 玉米饼
57. 虾仁水饺
58. 酸菜水饺
59. 蒸饺
60. 荷花卷
61. 炸椰茸饼
62. 麻团
63. 葱油饼
64. 奶香手抓饼
65. 大楂子豆饭
66. 朝鲜盖饭
67. 香菇肉丝面
68. 黄瓜肉丝面
69. 葱香面
70. 菠菜面
71. 家常小包
72. 牛肉萝卜包子
73. 筋饼盒子
74. 大米绿豆粥
75. 大楂子粥
76. 大米莲子粥
77. 回锅肉
78. 炸羊肉串
79. 烤羊肉串
80. 松仁小肚
81. 肉肠
82. 熏肉
83. 炆腰花
84. 硬酥鲫鱼
85. 哈尔滨香鸡
86. 风味骨架
87. 东北炒大饼子
88. 炒肉渍菜粉
89. 带鱼焖宽粉
90. 薯条豆角干
91. 三果菠菜
92. 煎酿尖椒
93. 干煸牛肉丝
94. 红枣莲籽饭
95. 东北炒肉拉皮
96. 五香鱼拼果仁菠菜
97. 酱大肚山野菜
98. 三酒烧鸭
99. 东北大炖菜
100. 蛋黄鸭卷
101. 家常白菜
102. 冻子
103. 焖子
104. 蒜泥白肉
105. 鸡蛋焖子
106. 蘸酱菜
107. 蒸鸡蛋糕
108. 小葱拌豆腐



1. 筋 饼

原料:

面粉 500 克，盐 3 克，水适量。

制作方法:

(1) 面粉加盐及适量水和成面团，饧一会儿，搓条。下剂擀成圆薄饼。

(2) 将平锅放火上烧热，用小火烙至变色，翻个再烙一会儿即成。

特点:

筋大薄软。

名词解释

饧(xíng)，饧面：将面团静置一段时间使之回软。饧置过程中注意防止表面结皮、干燥。





2. 盘 沿 饼

原料:

面粉 500 克, 盐 3 克, 老肥、碱、泡打粉、水、油酥适量。

制作方法:

(1) 将面粉内加入老肥及适量水和成面团发酵。然后加碱及泡打粉, 并将面团饧一会。

(2) 下剂, 按成长方形, 顺码 3~4 个, 在每个相连处抹上油。用擀面杖擀成长片。

(3) 抹油酥(油面)后, 再叠成长条, 手捏一头后摔在案子上, 在一头卷起压成饼。

(4) 用小火烙熟, 再用温毛巾轻轻包上稍饧, 拍一拍将饼回软。

特点:

色金黄, 酥软香。





3. 炉 篦 子

原料:

面粉 500 克, 白糖 100 克, 矾 2 克, 碱 2 克, 老肥 75 克, 水适量, 色拉油适量。

制作方法:

(1) 将老肥化开, 放入面粉、白糖、矾、碱和成面团发酵 4 小时以上。

(2) 下剂。每个剂 40 克, 擀成长 30 厘米、宽 18 厘米的长方形大片, 再用刀在中间(两头不切断)切 2~4 刀。

(3) 色拉油烧至 4~5 成热, 将炉篦子生坯放入锅内炸, 炸至金黄色出锅即成。





4. 风味麦穗汤

原料:

面粉 250 克, 水适量, 猪肉 50 克, 香菇 50 克, 黄瓜 50 克, 香菜 10 克, 葱姜各少许, 色拉油、盐、味精、酱油、香油、鲜汤各适量。

制作方法:

(1) 将面和水调和成面团, 擀成大薄片, 沾面粉, 切成小段, 用手擦成麦穗形。

(2) 猪肉切成小片, 香菇、黄瓜均切片, 香菜切段, 葱、姜切丝。

(3) 勺内放色拉油烧热, 放入猪肉、香菇略炒, 加汤。开后加盐、味精、酱油及“麦穗”, 煮熟后倒入碗中, 撒上香菜、黄瓜, 点香油即成。

特点:

形似麦穗, 口味鲜咸, 软嫩滑香。





5. 面 片 汤

原料:

面粉250克, 水适量。海米50克(用水泡发), 香油、蒜苗、鲜汤适量, 盐、味精、胡椒粉少许。

制作方法:

(1)先将面粉加适量水调制成面团, 擀成大薄片, 再切成菱形片, 撒上生粉。蒜苗洗净切段。

(2)勺内加鲜汤烧开, 加盐、味精、胡椒粉调好口味, 放入面片, 煮熟。撒上海米、蒜苗段, 点香油出锅即成。

特点:

色美观, 味鲜香。





6. 金 瓜 饼

原料:

倭瓜 200 克, 面粉 500 克, 泡打粉 5 克, 老肥 50 克, 碱 15 克, 糖少许, 色拉油适量。

制作方法:

(1)制馅。将倭瓜去皮蒸熟搓成泥, 加入白糖, 放入热色拉油锅中翻炒至金红色, 取出晾凉。

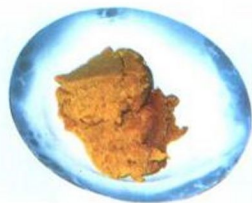
(2)老肥用水化开加面粉、泡打粉和成面团, 发酵 3~4 小时后, 加碱和匀稍饬。

(3)将面、馅均擀成片, 用皮卷馅卷成条, 切剂。拧剂压饼, 稍饬擀成小圆饼, 略饬。

(4)取平锅, 放色拉油少许烧热, 用小火烙金瓜饼至金红色熟透为止。

特点:

软甜香, 色金黄。





7. 玉米面疙瘩汤

原料:

玉米面150克, 沸水适量, 精肉50克, 葱、姜少许, 色拉油、鲜鸡汤适量, 香菜5克, 盐、味精、香油少许。

制作方法:

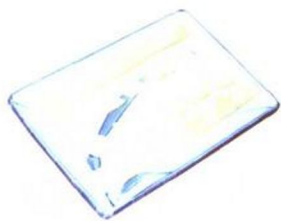
(1)玉米面用沸水烫好和成团,稍饧一会。

(2)玉米面团擀成大片,先切成长条,再切成菱形片即为生胚。

(3)猪肉切片,葱、姜切末,香菜切段。勺内加色拉油烧热,加葱、姜、肉片炒香,加酱油、鲜鸡汤烧开,下入生胚,加盐、味精调口,熟后出锅。

特点:

口味鲜咸。





8. 煎年糕卷

原料:

糯米粉 500 克, 水适量, 白糖 100 克。

制作方法:

(1) 糯米粉加水调和成面团, 发酵 3 小时。

(2) 发好的面, 下剂(40 克), 擀成直径为 15 厘米的圆片。

(3) 取平锅用温火将生胚煎熟, 微黄色。取出, 撒上白糖卷成卷即成。

特点:

软甜香, 色杏黄。

名词解释

泡打粉: 一种食用化学膨松物质。它使食品疏松、膨大。市面有售。





9. 两合面蒸饺

原料:

玉米面 250 克, 白面 250 克, 老肥 50 克, 碱 15 克, 泡打粉少许, 前槽猪肉 200 克, 白菜 1 棵。

制作方法:

(1) 玉米面烫熟制成面团, 白面加入老肥发酵, 然后加入泡打粉、碱调成面团。再将两块面合在一起, 和匀, 饧一会儿。

(2) 白菜切碎, 加盐去水分。肉切碎, 加汤、盐、味精、胡椒粉, 调和后加入白菜、葱末、姜末、香油, 调成馅料。

(3) 将面团搓条, 下剂擀皮, 包制成形。饧发好后(开锅)蒸 10 分钟左右。

特点:

面香味浓, 馅香, 咸鲜可口。





10. 农家饭包

原料:

小米200克, 生菜250克, 香菜20克, 葱10克, 豆瓣酱1袋, 鸡蛋1个, 尖椒2个, 葱5克, 色拉油20克。

制作方法:

(1) 小米加适量水, 蒸成小米饭。葱切丝, 香菜切段。

(2) 鸡蛋磕入碗中搅匀, 尖椒洗净切块。炒锅放入色拉油加热, 用豆瓣酱、鸡蛋、尖椒块、葱末为原料, 用小火炸酱, 备用。

(3) 生菜洗净, 放上小米饭、炸酱、香菜段、葱丝, 包成长方形的菜包, 然后捆上。

特点:

香咸酥脆, 农家风味。





11. 花篮花卷

原料:

面粉 500 克, 老肥 50 克, 碱 15 克, 豆油
适量。

制作方法:

(1) 面粉加老肥发酵, 然后加碱调成面团。

(2) 搓条, 下剂按扁, 刷油, 对叠两次成
三角形, 横切三刀, 用刀背合手顺压, 推成花
篮形, 饧发一会儿。

(3) 开锅蒸 8 分钟。

特点:

色泽白亮, 软香形美。

名词解释

油酥: 将面粉和色拉油(奶油、猪油
等)按一定的比例擦和均匀即为油酥, 若
油占的比例大则为软油酥。它使制品产
生均匀的层次和酥松的质感。





12. 金银花卷

原料:

面粉 500 克, 老肥 75 克, 碱 12 克, 鸡蛋 2 个, 香油、糖少许。

制作方法:

(1) 面粉加老肥和成面团发酵, 然后加碱水和成面团。

(2) 用面粉、鸡蛋、糖、水调成黄面团。

(3) 将白面、黄面分别擀成大片。刷香油, 用白面片卷黄面片, 切剂制成花卷形, 饧一会儿。

(4) 开锅蒸 10 分钟即可。

特点:

黄白相间, 吉祥之意。

