



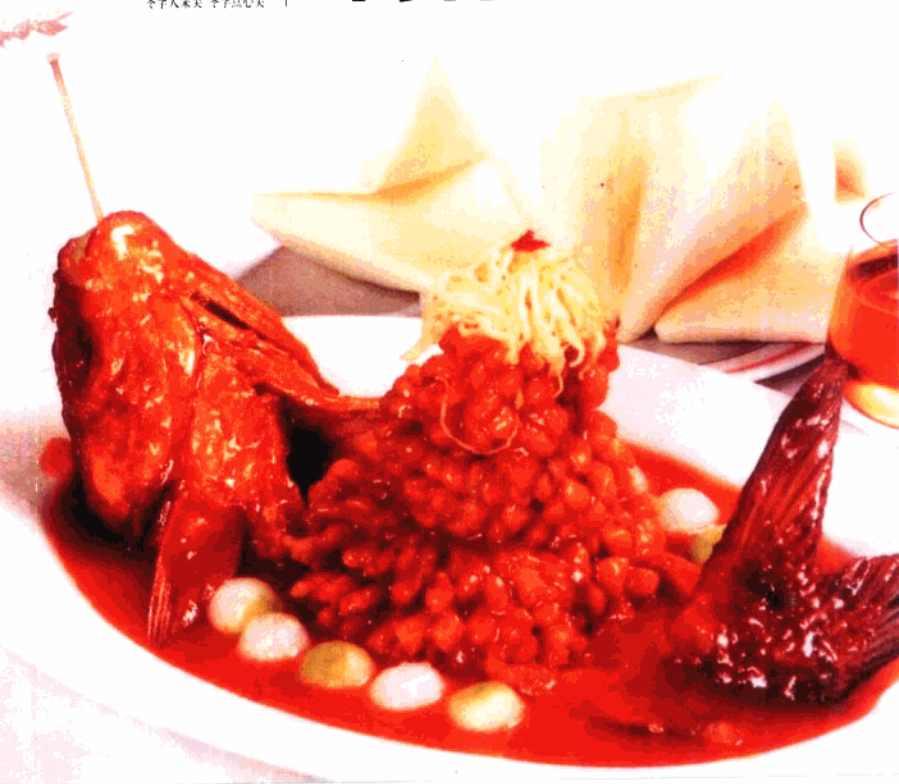
家庭 **食** 谱丛书

周月林 编著 上海科学技术出版社

家宴菜

制作 [第二版]

春季冷菜类 春季炒菜类
春季大菜类 春季点心类
夏季冷菜类 夏季炒菜类
夏季大菜类 夏季点心类
秋季冷菜类 秋季炒菜类
秋季大菜类 秋季点心类
冬季冷菜类 冬季炒菜类
冬季大菜类 冬季点心类



· 家庭食谱丛书 ·

家宴菜制作

[第二版]

周月林 编著

上海科学技术出版社

责任编辑 金锦美
摄 影 贺化帛

·家庭食谱丛书·

家宴菜制作

(第二版)

周月林 编著

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号 邮政编码 200020)

新华书店上海发行所经销 上海新华印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 6.5 插页 4 字数 139 000

1992 年 1 月第 1 版

1998 年 10 月第 2 版 2000 年 8 月第 9 次印刷

印数 67 001 - 73 000

ISBN7 - 5323 - 4591 - 2/TS · 383

定价: 10.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向本社出版科联系调换

NAL13/08



炸熘糖醋鱼



白蘸三黄鸡



八宝炒辣酱



蒸怀胎鳊鱼



雀巢炒双味

带面干烧鱼





白煨姜汁鱼



山珍烩蛇丝



煸炒四季豆



香酥嫩鹌鹑



八卦炒双泥



什锦烩白玉



葱油燕尾鲷



脆皮海鲜卷



葱油蒸鲇鱼



熘黄炒肉蟹



黄油百子球



五味小拼盆



砂锅走油蹄



宫灯滑河鲜

碧绿炒鸽松





柠檬牛肉串



排四味蔬菜



涮八生火锅

前言

“家宴”，顾名思义是规模较小的、限于家庭范围、有比较丰盛酒菜的饮食聚会。它从“家”字着眼，在没有专业人员操作的条件下，由两三个家庭成员互相配合，作一些必要的准备工作，置办出一桌丰富多采的酒席。生活实践告诉我们，逢年过节，或接待亲朋好友，在家中办一桌“四冷”、“六热”、“二饭菜”的酒席，还是较为常见的。为此，本人在多年实践的基础上，写了《家宴菜制作》一书，设计的一年四季的菜品各不重复。根据不同的需要，每季分成四套菜，安排相应的冷盆、热炒、饭菜、点心等配套成桌。一桌酒席，冷热荤素、花色配备、出菜先后、摆放程序，经过巧妙的配合，构成一个完美的整体，使参与宴会者一饱口福、眼福，得到心理上的满足。

家宴的形式较为活泼随意，远比酒楼饭馆自由，从某种角度讲也就更富情趣。一桌宴席，是一个完美的整体组合，而从烹调过程看，每只菜的完成过程却是单一的、独立的，一只菜有一只菜的烹制特色和风味。因此，本书不但是操办家宴的良师益友，而且可以成为单独选制菜肴的范本。因此，本书既可供小家庭烹饪参考，快餐店、小餐馆、食堂也可从中获益。

本书以3~12人为标准，按照春、夏、秋、冬时鲜菜的特点，介绍四季家宴菜16套，每套菜包括冷菜、热菜、大菜、点心

等。

本书出版以来,深受广大读者欢迎,先后重印多次。这次再版,个人对原书中的菜肴烹制方法重新进行了修改,同时增补了近年来的创新菜点,如雀巢炒双味、山珍烩蛇丝等 19 种,并增加彩照 24 幅。

《家宴菜制作》是个人数十年来从事饮食工作的心得小结,限于水平,难免存在疏漏和不足,敬祈读者批评指正。

上海市特级烹调技师 周月林

1998 年 3 月

目 录

春季家宴菜(一)

冷菜	2
五味小拼盘	2
炒菜	3
春笋凤尾虾	3
青椒爆牛蛙	4
蚝油焖草菇	5
稀卤鲜鱼丁	5
大菜	6
炸熘糖醋鱼	6
银耳清汤鸡	7
点心	8
扬州蛋炒饭	8

春季家宴菜(二)

冷菜	10
白蘸三黄鸡	10
红曲酱鸭子	11
咸脯牛肉片	11

蘸汁白灼虾	12
炒菜	13
三鲜滑鸡片	13
香柠炒鱼花	14
八宝炒辣酱	15
鸡火烩瑶柱	15
大菜	16
三丝熘鳊鱼	16
竹笋红炉蹄	17
点心	18
龙岩甜烧白	18

春季家宴菜(三)

冷菜	20
鸭卷献明月	20
香椿拌鸡丝	21
盐水鲜子虾	21
白卤凤眼肝	22
香油拌双笋	23
蜜汁小塘鱼	23

炒菜	24
脆碗炒大玉	24
豆瓣滑鲜贝	25
鲜茄焗乳鸽	26
京葱牛筋煲	27
鸡汁春笋尖	27
烂鸡烩鱼翅	28
大菜	29
蒸怀胎鳊鱼	29
春笋腌笃鲜	30
点心	30
夹沙油汤团	30
肉丝两面黄	31

春季家宴菜(四)

冷菜	34
原汁葱油鸡	34
酸辣炆茼蒿	35
三味拌蛭肉	36
无锡炸脆鳊	37
干贝枸杞头	38
红油牛百页	38
炒菜	39
雀巢炒双味	39
三色鱼茸丝	40
香酥嫩鸡翅	41
铁板烧牛柳	42
荠菜炒笋尖	42
肺利油嫩子	43

蜜汁金腿莲	44
芙蓉烩蹄筋	45
大菜	45
带面干烧鱼	45
馄饨双色鸭	46
点心	47
炸银丝春卷	47
炸腰鼓麻球	48
莲桂小圆汤	49

夏季家宴菜(一)

冷菜	51
五味小拼盘	51
炒菜	53
白煨姜汁鱼	53
碧绿芙蓉虾	54
荷叶粉蒸鸡	55
山珍烩蛇丝	56
大菜	56
清蒸鲜刀鱼	56
三味西瓜鸡	57
点心	58
油煎夹沙粽	58

夏季家宴菜(二)

冷菜	60
盐擦酒醉鸡	60
红炉烤肥鸭	61
蒜泥白肉片	61

油炸椒盐虾	62
炒菜	62
锦绣嫩鸡米	62
瓜姜炒鱼丝	63
戴帽炒什锦	64
蹄筋烩鲜贝	65
大菜	66
鸡油烧鲳鱼	66
火腿三圆汤	66
点心	67
白元糯香糕	67

夏季家宴菜(三)

冷菜	70
红炉脆皮鸭	70
糟水肥凤爪	71
糖醋拌贡菜	71
三鲜皮冻糕	72
凉拌茭白条	73
火鸭炆蒜苗	73
炒菜	74
翡翠炒虾仁	74
鱼香樱桃腿	75
青椒串凤翼	76
糟煨鳊鱼段	77
煸炒四季豆	78
乌参烩鱼羹	78
大菜	79
糖油蒸鲳鱼	79

厚菇蒸肥鸡	80
点心	81
银丝冷拌面	81
白糖莲子粥	81

夏季家宴菜(四)

冷菜	84
冰凉糟鸡丝	84
怪味猪肚丝	85
腌制酒醉虾	85
泡辣黄瓜条	86
五香酱肘花	87
琉璃酥腰果	87
炒菜	88
碧绿珍珠丸	88
波罗滑鱼片	89
香酥嫩鹌鹑	90
生煸嫩米苋	91
油酱炒毛蟹	91
奶汤烩鱼皮	92
八卦炒双泥	93
葱油爆三果	93
大菜	94
锅烧大河鳗	94
秃尖金银鸡	95
点心	96
炒肉冷团子	96
椰丝春蚕茧	97
脆皮糯米球	97

秋季家宴菜(一)

冷菜	100
五味小拼盘	100
炒菜	102
三味珍珠鸡	102
酥炸鲜圆贝	103
拌海绵鱼肚	104
什锦烩白玉	104
大菜	105
葱油燕尾鲳	105
什锦冬瓜盅	106
点心	107
冰杏仁豆腐	107

秋季家宴菜(二)

冷菜	109
香糟泡嫩鸡	109
白斩盐水鸭	109
西式扎腿肉	110
糖醋油爆虾	111
炒菜	112
银芽炒鸡丝	112
宫灯油爆鱼	112
凉拌猪蹄筋	114
烩蝴蝶海参	115
大菜	116
网油包鲈鱼	116
冬瓜清汤蹄	116

点心	117
----	-----

枣泥擂沙圆	117
-------	-----

秋季家宴菜(三)

冷菜	119
茄汁青鱼脯	119
黄瓜拌鸡丝	120
香糟卤鸭条	120
珊瑚泡塘藕	121
麻辣猪耳丝	122
西瓜泡酸果	122
炒菜	123
冰冻水晶虾	123
葱爆鱿鱼卷	124
脆皮海鲜卷	125
雪菜炒鞭笋	126
芙蓉烩明骨	126
熘黄炒肉蟹	127
大菜	128
葱油蒸鲈鱼	128
冬瓜玉米汤	129
点心	130
如意糯米卷	130
桂花糖芋艿	130

秋季家宴菜(四)

冷菜	133
花雕醉鸡膀	133
鸡汁冻鸭舌	134