

J I A Y A N C A I P U

修订本

刘永安 郑新民 晚 晴 编
刘永安 修订

家宴菜谱



陕西科学技术出版社

目 录

宴席知识简介	(1)
春节席 (一)	(8)
春节席 (二)	(22)
国庆席 (一)	(35)
国庆席 (二)	(47)
寿庆席	(59)
婚嫁席	(73)
农家席 (一)	(83)
农家席 (二)	(93)
农家席 (三)	(100)
农家席 (四)	(105)
全素席	(114)
清真席	(131)
西餐席	(141)
饯行席	(146)
接风席	(157)
便宴 (一)	(168)
便宴 (二)	(176)

宴席知识简介

宴

宴席，俗称酒席，是多人聚餐的饮食方式，由一定数量和质量的整套菜点，按一定的规格程序组合而成的。

一、宴席的起源与发展

我国宴席渊远流长，从远古的祭礼、礼俗脱胎而来。商周时期，继承石器时代穴居遗风，把竹草编织的筵席铺在堂内，席地而坐、宴客聚餐。“筵席”二字开始是“坐垫”的总称。“筵”与“席”是 synonym，区别在于筵长而席短；筵大而席小；筵较粗糙，席稍细密。铺在地上的叫做“筵”，铺在筵上供人坐的叫做“席”。古时因没有桌椅，进餐时酒食菜肴置于筵席中间，人们也围坐在筵席之上。所以，“筵席”二字同时具有了酒饌的含义。再向前发展，桌椅问世，“筵席”二字就由酒饌的代名词转化为酒席的专用名词了。

宴席自诞生之日起，就随着生产的发展而发展，随着社会的变迁而变迁。殷商时，设宴款客与敬信鬼神是结合在一起的，周文王虽曾禁酒，可禁酒不等于禁食。周天子的生活更为阔绰，不仅有“六食、六饮、六膳、百馐、百酱、八珍”，并通过周公“制礼作乐”，正式出现了为活人而设的宴会制度。“大射礼”、“乡饮酒礼”、“婚礼”、“公食大夫礼”等等是

国家订立的宴会礼仪制度。春秋时“礼崩乐坏”，士大夫穷奢极欲，曾搞起“陈饌八簋，味列九鼎”，小小食案已不够用，“钟鸣鼎食，食前方丈”之风大兴。秦汉宴席数量增加并不显著，宫廷大宴只不过二三十碗。鸿门宴上，项羽赐给樊哙的也仅仅只是一条猪腿。隋炀帝重开大吃大喝之风，宴席从此更加多种多样，“游春宴”、“曲江宴”、“烧尾宴”等，举不胜举。宋代宴席进一步扩大，制办筵席水平更高，每逢宫廷大宴，数十个盘碗的席面上百桌。进入元代，因统治者勤于征讨，物质贫乏，相对来说，筵席简单多了。明朱元璋一统天下，宴席再度兴旺。清太祖登基，宫廷的“光禄寺”，在周秦汉唐宋元明代御膳的基础上，充实了满、汉、回、蒙、藏食品，成为各族混合的大厨房。“满汉全席”就是代表作，上席菜点达 100 多件，质优量大、华贵富丽，从而登上了古典筵席顶峰。

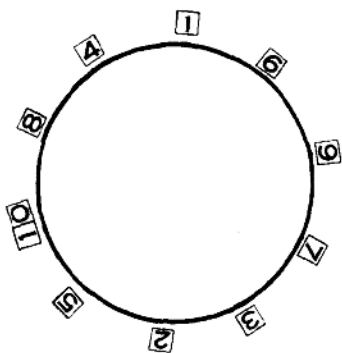
现代宴席较之旧的筵席，在形式和内容上进行了很大的改革，减少了菜点，缩短了时间，在菜点搭配、口味标准、装潢点缀、营养卫生等方面，都有了新的发展。

宴席的种类与席位

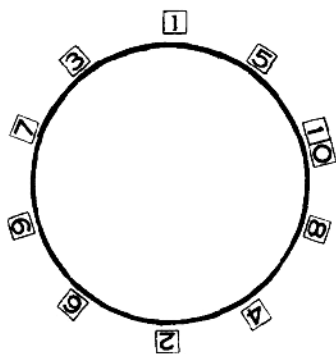
宴席的种类很多，按性质分，国家团体举办的有国宴、招待会、茶会、便宴等；私人举办的有佳节席、寿庆席、婚嫁席、饯行席、洗尘席、庆贺席、答谢席等。按用料分，以“头菜”所用主料命名的有燕菜席、熊掌席、鱼翅席、海参席、鱿鱼席等；以全席用一种或一类主料命名的有全羊席、全鸭席、全鹧席、全鱼席、豆腐席、全素席等。按盘碗多少命名的有：双八席、十二件子席、十全席、八碗席。农家还

有田席、面席等等。

宴席的席位是由出席的人数、餐桌的形式、宴席的性质而定的。古代的筵席都是一人一席，后来由于坐“席”变成坐椅，低案改为高桌，方桌变为圆桌，席位逐步增加到2~6人。现在，也有十二个座位的席面，大型宴会的主宾席有26或32个座位的。席位的安排，大体有四种方法：第一种方法分上首和下首，主宾在上首，主人在下首（即上菜口处），两侧为陪客（见示意图一）。第二种方法是，把第一主宾安排在第一主人的右侧，第二主宾（如第一主宾带有夫人，则为夫人）安排在第二主人（如第一主人夫人出席，则为夫人）的右侧，其它客人则按其身分顺序排列（见示意图二）。第三种方法是，将第一、二主宾安排在第一主人的左右两侧，将第三、四主宾安排在第二主人的左右两侧（见示意图三）。第四种方法是方桌式，上首指背靠后壁，面朝厅门的位置，下首即上首的对面。第一主人在上首的左边，第一主宾安排在第一主人的右边，第二主人在下首的左边，

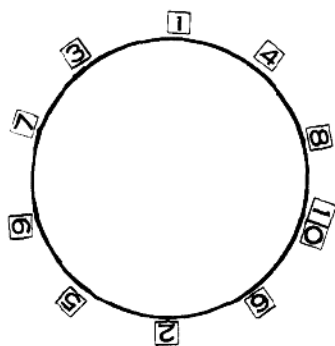


图一

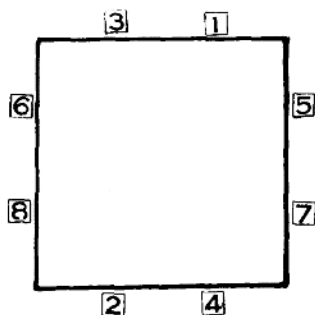


图二

第二主宾安排在第二主人的右边，两侧为陪客。或老人在上首，中年人在下首，青年人在两侧（见示意图四）。



图三



图四

图一～图四的号码意义如下：

图一按只有一位主人和一位主宾排列次序的，[1] 标志为主人，[2] 标志为主宾，[3][4] 为其它客人。

图二至图四按有两位主人排列次序的。[1] 第一主人，[2] 第二主人，[3] 第一主宾，[4] 第二主宾，[5] 第三主宾，[6] 第四主宾，[7]—[10] 一般宾客及陪客。

二、宴席菜点的组合

宴席菜点是经过精选而组合起来的整体，它要求整桌菜点在数量、质量、色泽、口味调配、烹调方法、菜肴与菜点的配合等方面讲究协调统一，相得益彰。因为，宴会都是为喜庆、祝贺、迎宾、聚会而举办的，是人们生活中美好的时

刻，宴席愈有艺术性，就愈能增加宴会的欢乐气氛。就数量而言，如果菜点安排太少，就会怠慢客人；安排过多，则会造成浪费。就形式而论，如果所安排的菜点，色泽一律、口味一致、盛器相同，虽则有较高的烹调技术，也会有单调的感觉。反之，任意炫耀、五光十色、撩人眼目，又会华而不实。尽是肉类，必然肥腻；尽是素蔬，又显清淡。筵席菜点组合总的要求是：根据不同对象、不同性质、不同习惯、不同嗜好的赴宴对象，采取灵活多变的方法，进行合理的安排，尽量做到均衡、协调，使菜点多样化。

现代宴席菜点组合的格式，一般包括冷菜、热菜、面点、座汤、酒水五大类。冷菜习惯上也叫冷盘。冷盘的种类主要有：什锦拼盘、双单拼、四单拼、六单拼、八单拼、四拼八样、三拼十二样、四拼十六样和花式拼盘等。也有采取中间置放什锦拼盘或花式拼盘，配以四个、六个、八个、九个或十二个小围碟的。选用冷盘应根据不同对象、不同条件而定。所谓热菜，一般包括由整只、整块、整条原料烹制而成的大菜，由采用炒、炸、熘、爆、烩等烹制方法制成的热炒菜；由采用蜜汁、拔丝、挂霜等方法烹制成的甜菜。热菜的数量，依据不同性质和人数，变化幅度较大，从6个到16个不等。目前，一般多采用由四大件、四中件、四饭菜组成；由六酒菜、四饭菜组成；由四酒菜、四饭菜组成的三种格局。所谓酒水，一般包括白酒、甜酒、啤酒、汽水和米酒，有的还配以果汁、汽水、水果、干果和茶水。所谓面点，系指糕、团、面、包、饺等品种，但要注意咸甜搭配。较高级的宴席多制作各种花色（式）点心，一般宴席只配花卷、米饭。座汤即吃饭时用的汤菜。

宴席菜点必须注意色、香、味、形、器的配合。菜与菜之间的色调、主副料的搭配，要富于变化，互相烘托。选料应准确精细多样化，鸡、鸭、鱼、牛、羊、猪、鲜蔬、豆制品、蕈藻等要适量调配。刀工切配不能千篇一律，应按原料特性，采用切、剝、片、挑、削等等刀法，使烹调原料成多种形状，如块、丝、条、片、丁、段等等。口味应防止单调重复，每一个菜肴的口味都要各有特色，整桌菜肴口味应清淡。盛器要与菜肴的色彩、形态密切配合，以便对菜肴起到烘托映衬的作用。

宴席菜肴还要与季节适应，根据季节的变化，及时更换菜肴的内容。特别应注意选用各种时令鲜菜，使筵席生色。烹调方法也要随季节而变。冬天着重采用红烧、红扒、火锅等色重口味浓厚的烹调方法，夏天则宜用清蒸、烩、冻和白汁等色浅而口味清淡的烹调方法。下边是一组四季不同的筵席菜单。

春季菜单

冷菜(略) 炒三鲜 炸春段 糖醋面筋泡 蒜苔过油肉
拌鲜皮丝 汤莲籽 香椿炒鸡蛋 烧腐竹 韭菜炒肉丝
回锅肉 三丝汤 面点(略)

夏季菜单

冷菜(略) 烩十锦 芝麻鸡 清蒸鱼 糖醋里脊 凉
拌白肉 西洋糕 猴带帽 西法猪排 扣蒸三丝
炆腰片 番茄鸡蛋汤 面点(略)

秋季菜单

冷菜(略) 烩三鲜 炸仔鸡 虾籽烧茭白 脆皮鱼
芥末拌肚丝 糯米梨
肉丝烧茄子 蒸白肉 炒猪肝 荷叶蒸肉 海米冬瓜汤
面点(略)

冬季菜单

冷菜(略) 烧三鲜 葫芦鸡 温拌腰丝 肉米烧金皮
糖醋鱼 莲菜丸子 什锦火锅 面点(略)

春节席⁽¹⁾ (一)

宴

一、菜单

- | | | |
|-------|-------|------|
| 1. 冷菜 | 一中盘 | 八围碟 |
| 2. 酒菜 | 全家福 | 锅烧肘子 |
| | 栗子鸡 | 糖醋鲤鱼 |
| | 滑溜鸡丝 | 夹沙肉 |
| | 栗子烧白菜 | 金枣丸子 |
| 3. 饭菜 | 辣子鸡丁 | 雪花豆腐 |
| | 烧肚块 | 拌合菜 |
| 4. 座汤 | 酸辣肚丝汤 | |
| 5. 面点 | 花卷 | 米饭 |

二、就餐人数 10~12人

三、应备原料 (主要用料按一桌计算)

- | | |
|----------------------------|------------------|
| 肥瘦猪肉 1750 克 (其中, 包括肘子 1 个) | |
| 生猪肚 1 个 | 熟羊肚子 250 克 |
| 白条鸡 1 只 | 鲤鱼 1 条 (约 750 克) |
| 花生米 250 克 | 松花蛋 5 个 |

腊羊肉 250 克
香肠 250 克
水发海参 100 克
海米 75 克
木耳 15 克
生姜 150 克
鸡蛋 12 个
蜂蜜 100 克
桂皮 5 克
生板栗 350 克
梅豆角 500 克
大辣椒 250 克
粉丝 100 克
口蘑 10 克
青红丝 10 克

石花菜 100 克
酱(卤)猪肝 250 克
水发鱿鱼 100 克
玉兰片 250 克
大葱 250 克
大蒜 1 头
淀粉 350 克
八角 5 克
花椒 10 克
白糖 500 克
白菜 1000 克
豆腐 300 克
响皮 100 克
红薯 1000 克
油及各味调料略

四、应备餐具(按一桌计算)

27 厘米平盘 6 个
33 厘米平盘 2 个
47 厘米条盘 2 个
酒盅 12 个
汤匙 12 个
蒸碗 3 个

17 厘米平盘 7 个
33 厘米汤盆 2 个
27 厘米汤盘 3 个
小吃碟 12 个
啤酒杯 12 个
筷子 12 双

五、菜 谱

一 中 盘 (30 厘米平盘)

用 料

肘花 (即捆肘、挣肘)	白斩鸡
香肠	酱猪肝
鸡蛋松	炆梅豆角

制 法

肘花、鸡、香肠、猪肝、豆角修整刀路⁽²⁾后,切成长短宽窄基本一致的薄片。将余下的碎料,切片后堆放在盘中心作为垫底料。切成薄片的原料调开颜色、等距离地围摆在垫底料的四周(料片围摆呈梯形,不仅可以使接茬处自然吻合,顶端裸露部分也会缩小)。最后以鸡蛋松盖顶,或用其他方法装饰点缀。

八围碟 (17 厘米平盘)

用 料

五香花生米	松花蛋
腊羊肉	葱烤小鲫鱼
拌拂手蜇皮	风鸡
桂花皮冻	拌石花菜

制 法

将上述熟料改刀修整后,分别堆放在8个盘子的中心,呈锥形。

全家福

用料

水发海参 75 克	水发鱿鱼 75 克
水发蹄筋 75 克	烧肉 50 克
熟白肉 50 克	余丸子 75 克
熟猪肝 100 克	煮熟鸡肉 100 克
海米 25 克	水玉兰片 50 克
水木耳 10 克	绿菜心 3 棵
葱 15 克	姜 10 克
熟猪油 25 克	食盐、料酒适量 味精少许

制法

1. 海参顺长片成斜刀片⁽³⁾；鱿鱼、玉兰片、猪肚子分别片成 7 厘米长、3 厘米宽的斜片；鸡肉切成 5 厘米长、1.2 厘米宽的条；蹄筋片为两半，过长的切断；烧肉切 5 厘米长、0.7 厘米厚的片；白肉切片 4 厘米长、0.4 厘米厚的片；生姜切成米粒，葱切 3 厘米长的马蹄片⁽⁴⁾；绿菜心过长时切断。

2. 炒锅置火上，放入熟猪油，烧热后投入葱片、姜米稍炸一下，立即放入肉汤 1000 克，将上述原料（除绿菜心外）一并投入，加料酒、食盐烧 10 分钟。视汤色乳白色时，投入绿菜心、水木耳、味精，出锅盛入大海碗。

锅烧肘子

用料

猪带皮去骨生肘肉 500 克

干淀粉 100 克
鸡蛋 75 克
料酒少许
姜片 10 克
醋 10 克
桂皮 1 块
菜油 100 克

面粉 50 克
食盐、酱油适量
葱段 10 克
蜂蜜 10 克
八角 3 只
炒花椒盐面适量

制 法

1. 肘肉拔净毛根，刮洗干净，投沸水中煮六成熟捞出，擦净皮面。蜂蜜、醋置碗中搅匀稀释，趁热均匀地涂抹在肘皮上。然后投入七成热油中，炸至肉皮上色起泡时捞出。稍晾后，皮朝下放案板上，将肉厚部分用刀解成象眼块⁽⁵⁾（皮连接不断）。

2. 肘肉皮向下放入蒸碗，加入食盐、料酒、酱油、葱段、姜片、八角、桂皮和适量肉汤（以淹没肘肉为限），上笼蒸 2 小时取出。肘肉由蒸碗捞出，沥干水分。

3. 干淀粉、鸡蛋、面粉同放碗中搅匀，再加少量菜油，调成硬糊⁽⁶⁾。取平盘一个，盘内抹一层油，先将 2/5 的硬糊倒入盘内摊平，肘肉皮朝下放在糊子上，再将肘肉厚的部分片下，填补在薄的地方。剩余的糊子摊在肘肉上。

4. 炒锅置大火上，放入多量油，烧至七成热时，将挂糊的肘肉慢慢推入油中（谨防脱糊）。炸至糊子凝固，用筷子扎几下，然后翻过炸另一面。视表面颜色变黄时，捞出沥油，放案板上剁成 2 厘米见方的块，整齐摆放在平盘内，上撒花椒盐或另带花椒盐小碟上桌。

栗子鸡

用 料

白条鸡半只	栗子 100 克
葱段 35 克	姜片 20 克
桂皮 1 小块	八角 2 个
食盐、料酒适量	酱油、味精适量
芝麻油 2.5 克	菜油 85 克
水木耳 5 克	菠菜叶 2 片
湿淀粉 75 克	

制 法

1. 白条鸡洗净，剝成 2 厘米见方的块。置盆中，加酱油、料酒、食盐拌匀，腌 10 分钟，再加湿淀粉 50 克搅匀。用刀在栗子外皮划一十字刀纹，投沸水中煮熟，捞出，剥去外皮和里面的薄皮。

2. 炒锅置大火上，放入多量油，油热七成时投入鸡块，炸至上色捞出；栗子投油中，炸至色泽深红时捞出。

3. 炸好的鸡块放蒸碗里，加料酒、酱油、食盐、八角、桂皮、葱段、姜片和适量肉汤（淹没鸡块为限）；栗子放入另一碗中，并用牛皮纸盖严碗面（防止汽溜水浸入）。然后上笼蒸 1.5 小时。取出，拣去葱、姜、八角、桂皮和盖纸。

4. 炒锅置火上，将蒸鸡碗内的原汁汤滗入锅内，鸡块翻扣在汤盘里。锅内汤烧开（视汤少时另加肉汤并调味），下味精，投入菠菜叶、水木耳，用湿淀粉勾流水芡⁽⁷⁾，淋芝麻油，浇鸡块上。栗子摆放鸡块上，即可上桌。

糖 醋 鱼

用 料

鲤鱼 (750 克重) 1 条	醋 95 克
白糖 120 克	姜米 4 克
葱花 5 克	湿淀粉 120 克
蒜米 4 克	菜油 130 克
鸡蛋清 40 克	食盐、料酒、酱油适量

制 法

1. 鱼刮鳞、挖鳃、开膛取出内脏 (谨防弄破苦胆), 洗净。在鱼身两侧每隔 3 厘米距离直切 2 厘米深, 再斜刀片进 2.2 厘米深, 如此剖至鱼尾。然后, 用料酒、食盐涂抹鱼周身, 腌 7~8 分钟。蛋清置一碗中, 加湿淀粉 80 克, 调成糊子。

2. 炒锅置大火上, 放入多量油, 油热七成时, 提起鱼尾在糊子中拖过, 刀口里涂上糊子。挂糊后, 手提鱼尾下入油锅。炸至鱼肉熟透, 表面呈金黄色, 捞出, 摆放鱼盘里, 上盖净布, 用手轻轻擦一下 (为使调味浸入)。

3. 炒锅置大火上, 放入油 35 克, 油热后, 倒入事先用白糖、醋、葱花、姜米、湿淀粉、少许料酒、酱油及适量清水兑成的糖芡汁, 用手勺搅动。见汁稠起鱼眼泡时, 投入蒜米, 加热油将汁烘起, 立即出锅, 均匀地浇在鱼身上。

滑 熘 鸡 丝

用 料

鸡脯肉 175 克	水玉兰片 140 克
-----------	------------

鸡蛋清 40 克	梅豆角 25 克
姜丝 2 克	葱丝 3 克
湿淀粉 15 克	熟猪油 75 克
食盐、料酒、味精适量	

制 法

1. 鸡脯肉除去白筋，片成薄片，顺长切成 7 厘米长的细丝置碗中，加料酒、蛋清抓匀，再加湿淀粉、少许食盐搅匀。水玉兰片切成 3.3 厘米长的细丝；豆角撕筋洗净，投沸水中焯过，切 3.3 厘米长的细丝。

2. 炒锅置大火上，放入多量油，烧至四成热时，投入鸡丝，迅速用筷子划散，见肉色变白、伸展开时，立即捞出沥油。食盐、料酒、味精、湿淀粉同置一碗中，加凉肉汤 75 克，兑成调味汁子。

3. 炒锅置大火上，放入少许油，油热投入葱、姜煸炒一下，然后，下入玉兰片、梅豆角，再炒几下，倒入兑好的调味汁子。视汁浓时，下鸡丝搅炒均匀，淋明油，出锅盛入平盘。

夹 沙 肉

用 料

猪硬肋五花肉 350 克	炒豆沙馅 100 克
干淀粉 75 克	鸡蛋 40 克
面粉 25 克	白糖 75 克
青红丝 1.5 克	湿淀粉 10 克
熟猪油 50 克	

制 法

1. 猪肉刮洗干净，投沸水中煮六成熟捞出，晾凉后，