

家庭

火锅、砂锅、汽锅菜谱



金盾出版社

家庭火锅、砂锅、汽锅菜谱

编 者

陈力思	张兴玉	蔡家生
陈吉雄	何明新	张 贵
顾家禄	章俊武	李天德

本书荣获“首届金盾
版优秀畅销书奖”

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书广收博采,详细具体地介绍了250多种品类不同、风味各异的火锅、砂锅和汽锅菜的制作方法和口味特点。内容丰富,实用性强,不仅可供家庭烹制美食时参考,也是专业厨师提高技艺的好教材。

图书在版编目(CIP)数据

家庭火锅、砂锅、汽锅菜谱/陈力思等编著. —北京:金盾出版社,1991.7(2000.1重印)

ISBN 7-80022-204-7

I. 家… II. 陈… III. 菜谱-烹饪-方法 N. TS972.1

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 68218137

传真:68276683 电挂:0234

封面印刷:北京2207工厂

正文印刷:北京翠通印刷厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:5 彩图:9幅 字数:112千字

1991年7月第1版 2000年1月第13次印刷

印数:464001—475000册 定价:4.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

● 三鲜火锅

制作：北京天府酒家



封面：海鲜酒锅

制作：京兆饭店



汽锅排骨 制作:京兆饭店 宋占国



汽锅鸡 制作:京兆饭店 张旭东



什锦砂锅 制作:楼外楼饭庄 孙宝和



砂锅狮子头 制作:楼外楼饭庄 孙宝和



蝴蝶火锅 制作:国安宾馆 杨世杰



甲鱼酒锅

目 录

火 锅

全家福火锅	2	各吃参鹿火锅	17
白肉血肠火锅	2	三鲜火锅	18
清汤火锅	3	三鲜羊肉火锅	18
抽刀白肉火锅	4	四生片火锅	19
家常火锅	4	南味四生片火锅	19
丸子火锅	5	十景火锅	20
白肉火锅	5	湖南大边炉	21
杂拌火锅	6	四喜火锅	22
下水火锅	7	朝天火锅	22
双味火锅	7	梅花火锅	23
牛肉酸菜火锅	8	鸭杂火锅	23
神仙炉	9	野禽火锅	24
毛肚火锅	10	野味火锅	24
北京涮羊肉	11	菊花涮锅	25
羊肉火锅	11	菊花火锅	26
涮锅	12	菊花鲈鱼火锅	27
参归羊肉火锅	12	菊花生片大火锅	27
鱼肉火锅	13	什锦火锅	29
火锅柴鱼	14	日本什锦火锅	29
狗肉火锅	14	冬料锅	30
南宁狗肉火锅	15	素鸡锅	30
延边狗肉火锅	16	洋芋白菜火锅	31
鹿肉火锅	16	蝴蝶火锅	32

渍菜肉火锅·····	32	辣味火锅·····	43
罗汉火锅·····	33	余紫蟹牙菜火锅·····	43
豆腐火锅·····	33	海味火锅·····	44
金牙菜火锅·····	34	各吃小酒锅·····	45
鸳鸯生鱼片火锅·····	34	酒锅鹿肉·····	45
虫草八卦火锅·····	35	四生锅子·····	46
鱼圆火锅·····	35	飞龙酒锅·····	46
双圆火锅·····	36	飞龙玉液锅·····	47
腌余火锅·····	36	鸳鸯飞龙酒锅·····	47
牡丹火锅·····	37	五加参飞龙酒锅·····	48
鲜鱼火锅·····	38	元鱼酒锅·····	49
活鲫鱼火锅·····	38	鱼肉酒锅·····	49
鲢鱼头火锅·····	39	什锦酒锅·····	50
银鱼火锅·····	39	银鱼仔蟹锅·····	51
高汤火锅饺·····	40	一品酒锅·····	51
涮鲶鱼片·····	40	菊花酒锅·····	52
鱼杂豆腐火锅·····	41	菊花生片酒锅·····	53
生火锅·····	42	哈什蚂酒锅·····	53
游龙戏凤·····	42	渍菜什锦酒锅·····	54

砂 锅

砂锅炖牛肉·····	55	砂锅牛腱子·····	58
山药炖牛肉·····	56	枸杞炖牛冲·····	59
砂锅牛肉·····	56	杞鞭壮阳汤·····	59
砂锅牛尾·····	57	羊肉羹·····	60
砂锅牛尾汤·····	57	雪浓汤·····	60

砂锅羊头·····	61	马铃薯蹄膀·····	74
新疆砂锅羊肉·····	61	石耳炖蹄膀·····	74
黄芪羊肉砂锅汤·····	62	金腿脊梅炖腰酥·····	75
羊肉豆腐砂锅·····	62	砂锅肚肺·····	75
枸杞炖羊肉·····	63	砂锅蹄筋·····	76
当归炖羊肉·····	63	淡菜煨蹄筋·····	76
什锦砂锅·····	63	砂锅下水·····	77
清炖蟹粉狮子头·····	64	三鲜砂锅·····	78
沙茶焗排骨·····	64	御府鹿尾·····	78
百花酒焖锅·····	65	吉林砂锅狗肉·····	79
蛤蜊刮肉·····	66	湖南砂锅狗肉·····	79
扬州砂锅刮肉·····	66	南京砂锅狗肉·····	80
砂锅蛋肉·····	67	黄焖狗肉·····	81
砂锅肉丸子·····	67	上豉焖狗肉·····	81
砂锅狮子头·····	68	红烧果子狸·····	82
砂锅白肉汤·····	68	什锦氽兔肉圆·····	82
砂锅白肉·····	69	五香兔肉·····	83
黄精煨肘·····	69	罐焖野兔·····	83
红枣炖肘·····	69	栗子烧鸡块·····	84
火腿炖芽菜·····	70	蛋羹鸡·····	84
炖金银蹄·····	70	五香鸡爪·····	85
石榴白肺·····	71	砂锅人参鸡·····	86
砂锅煨酥腰·····	72	全家福砂锅·····	86
冰糖蹄花·····	72	砂锅凤脯猴蘑·····	87
丹参炖蹄花·····	73	砂锅焗鸡·····	88
红煨猪舌·····	73	焗沙茶鸡·····	88

葱焗童鸡.....	89	鸳鸯戏水	105
芝麻酱焗鸡.....	89	砂锅胖鱼头	105
焗棋斗鸡球.....	90	砂锅鱼头豆腐	106
焗鲤鱼鸡腿.....	91	天麻砂锅鱼头	107
清炖鸡.....	92	参芪砂锅鱼头	107
清炖二鸡.....	92	砂锅鱼头	108
芪归炖鸡.....	93	大头鱼锅	108
清炖什锦野鸡.....	93	砂锅头尾	110
砂锅原炖鸡.....	94	鱼头汤	110
全鸡清汤.....	95	砂锅鱼头汤	111
砂锅什锦汤.....	95	砂锅什锦鲫鱼	111
六品砂锅汤.....	96	砂锅鱼头尾	112
虫草焖鸭.....	96	青鱼头尾砂锅	112
鸽蛋焖野鸭.....	97	砂锅头尾皮	113
八宝全鸭.....	98	砂锅炖甲鱼	113
出骨八宝鸭.....	98	砂锅元鱼	114
火腿炖鸭.....	99	红柳元鱼	114
砂锅炖家野	100	山药桂圆炖甲鱼	115
参芪鸭条	100	红炖河鳗	115
水饺鸭子	101	炖生敲	116
豆腐鸭架汤	102	砂锅煨脐门	117
砂锅野鸡	102	大理砂锅鱼	117
板栗红煨鸽	103	雪菜黄鱼砂锅汤	118
石耳炖鸽	103	砂锅烩鱿鱼	118
鹌鹑炖水獭	104	砂锅鲰鱼	119
飞龙砂锅	105	砂锅加吉鱼	120

砂锅牙片鱼	120	砂锅鲜菜	135
砂锅三鲜汤	121	砂锅清汤	135
鲜海蛎子锅	121	砂锅猴头	135
蜗牛肉片砂锅汤	122	冰糖莲子	136
煨龟肉	122	银耳血肺	136
双菇炖南蛇	123	肺羹银耳	137
三蛇龙虎会	124	枸杞头炖银耳	138
鸭胶炖三蛇	125	清炖凤尾笋汤	138
菊花龙凤羹	126	仙人粥	138
砂锅鱼唇	126	桑椹粥	139
砂锅奶汤鱼唇	127	石榴皮蜜膏	139
砂锅鱼翅	128	山渣粥	139
砂锅奶汤鱼翅	128	蜜汁山药段	140
红炖全参	129	生姜粥	140
海参鸽蛋	130	赤豆粳米粥	140
乌参藏白凤	130	核桃甜酪	141
砂锅海烩	131	卤豆腐	141
砂锅广肚	132	砂锅豆腐	142
清汤广肚	133	砂锅熊掌	142
砂锅杂烩	133	红煨熊掌	143
砂锅冻豆腐	134	清炖熊掌	144
砂锅豆腐汤	134		

汽 锅

紫砂汽锅排骨汤	145	汽锅牛尾	146
汽锅香糟鸭	145	枸杞汽锅羊肉	146

姜附汽锅狗肉	147	汽锅炉鸭	149
虫草兔肉汽锅	147	参芪汽锅鸭	150
汽锅鸡	147	虫草汽锅鹌鹑	150
黄芪汽锅鸡	148	黄芪汽锅乳鸽	150
三七汽锅鸡	148	参龙汽锅	151
贝母汽锅鸡	149	八宝汽锅甲鱼	151

火 锅

火锅，又叫锅子、暖锅、打边炉。据考证，我国人民食用火锅菜肴已有约千年的历史，远在辽、宋时期就已开始出现“涮羊肉”、“野味火锅”了。但在我国古代，火锅的全盛时期，还应数清代中叶，据说这与乾隆皇帝喜吃火锅有关。到了现代，火锅更加普及，不仅中国人爱吃，外国朋友也十分喜爱。随着我国人民生活水平的逐渐提高，它将越来越为人们所垂青。火锅之所以这样受到人们的普遍欢迎，主要原因是火锅具有品种多样、用料丰富、别具风味等特点。

火锅的品种很多。按锅具的不同，可分为铜制火锅、铝制火锅、陶制火锅、搪瓷火锅和银锡合金火锅等，其中以铜制火锅较为多见。按其所用燃料的不同，可分为炭火锅、酒精火锅、煤气火锅和电火锅等，目前仍以木炭为燃料的炭火锅居多。从锅具造型的不同，还可以分为设有烟筒和不设烟筒两类。

火锅的用料极为丰富。从名贵的山珍海味到一般的白菜、粉丝、豆腐等，都可以作为烹制火锅菜肴的原料。火锅菜肴，依其所用原料的品种、式样、花色的不同，可命名为诸如“猪肉火锅”、“牛肉火锅”、“羊肉火锅”、“狗肉火锅”、“鱼肉火锅”、“野味火锅”、“生片火锅”和“什锦火锅”等。火锅的配料也颇为丰富，调制菜肴时，可根据具体情况随意选取。

火锅的风味独特，有汤有菜，汤热菜嫩，并可依个人喜好，加用各种调料。它既可以佐餐，又可以下酒，众人围食，气氛热烈。加上火锅菜烹制简便，营养丰富，人们把它作为迎宾待客、阖家团聚的佳肴，也就十分自然了。

全家福火锅

用料 猪肉 200 克,猪瘦肉馅 200 克,猪肚 1 个,鸡 1 只约 1000 克,鱼肉 200 克,水发鱿鱼 100 克,水发海参 100 克,虾饼 100 克,海米 30 克,香肠 50 克,火腿片 50 克,蛋饺 20 个,鸽子蛋(煮熟剥皮)8 个,笋片 100 克,香菇 100 克,大白菜心 200 克,腌渍酸白菜 200 克,菠菜 100 克,粉丝 200 克,精盐、味精、葱花、姜末、腐乳、韭花酱、蒜泥、酱油、芝麻酱、辣椒油、咸香菜等各适量。

制法 1. 先将猪肉、猪肚、鸡入锅煮熟,再将猪肉、猪肚切片,鸡肉切块,汤留用。 2. 将猪肉馅制成肉丸,然后把它和虾饼入油锅中炸制好;将鱼肉制成鱼丸,然后把它同海参、鱿鱼氽熟;蛋饺煎制成熟,香菇、粉丝均用温水泡发好;蔬菜洗净后切丝或段。 3. 准备好一火锅,最下层放腌渍酸白菜,接着放海米、白肉片、白肚片,然后放一层大白菜心,其它用料均依次码好,使火锅面上诸料颜色和谐,码放对称。然后将煮肉煮鸡的汤倾入火锅内。将木炭事先烧透至无烟时,夹入火锅炉膛内(凡木炭火锅,生火皆同此法,下不再赘述),烧沸后即可选用所喜好的作料,调好后蘸食。

特点 用料多种多样,味道醇厚鲜美。一般多在春节家人团聚时围锅共食。

白肉血肠火锅

用料 白肉、血肠(猪血灌入小肠衣)、熟白肚、熟肥肠各 200 克,酸菜、粉丝、冻豆腐各 250 克,蛎黄、鲜汤、精盐、味精、海米、葱花、姜末、腐乳、韭花酱、蒜泥、酱油、芝麻酱、辣椒油、

咸香菜、咸韭菜各适量。

制法 1. 白肉切薄片,血肠切1.5厘米厚的片,白肚切一字条,肥肠切片,冻豆腐切排骨片(长方片),酸菜切丝,粉丝剪段泡好,蛎黄洗净杂质。上述用料整理好后,分别装入盘内备用。 2. 各种作料分别装入小碟,供蘸食选用。 3. 火锅添汤烧开,放入精盐、味精、海米、葱花、姜末、酸菜丝、粉丝,待再滚沸时上桌,随即将各种主、配料及作料带上桌面,供随吃随下,蘸各种作料食用。

特点 取料广泛,一般家庭皆可制作。

清汤火锅

用料 熟五花猪肉200克,生猪里脊、牛(或羊)瘦肉、熟鸡肉、水发海米、水发黄花菜各100克,水发榛蘑、水发粉条、鲜蛎黄各150克,酸菜250克,肉清汤1500克,腐乳1块,韭菜花、虾油、蒜末各50克,精盐、葱花、味精、咸香菜、咸韭菜、姜末、辣椒油各少许。

制法 1. 把熟五花猪肉切成薄片,生牛(或羊)肉、生猪里脊横着切成薄片,码在盘内;酸菜用水洗净切成细丝,再用水洗一下,挤净水分,放在火锅内;粉条用刀断开放在火锅内;蛎黄除净碎壳用水洗净;鸡肉片成片;榛蘑、黄花菜择去根洗净;咸香菜、韭菜切成短段。 2. 火锅内添煮开的清汤,加精盐、味精、葱花、姜末、咸香菜、咸韭菜、白肉、海米、榛蘑、黄花菜、鸡肉等;火锅生火,汤开后再放蛎黄,接着下生肉,待汤再开时上桌。吃时任选腐乳、韭菜花、虾油、辣椒油、蒜末等调好后蘸食。

特点 汤鲜肉嫩,别具风味。

抽刀白肉火锅

用料 带皮五花猪肉、猪里脊、牛肉各 250 克，酸菜、粉丝各 300 克，野鸡、海参、蛤什蚂、冰蟹、蛎黄、鲜银鱼、鲜干贝、口蘑、大虾、鲜汤、精盐、味精、葱末、姜末、香油、腐乳、韭花酱、咸香菜、咸韭菜、辣椒油各适量。

制法 1. 先将带皮的五花猪肉皮面用火烤黄，然后用水浸泡，刮净皮面，用水煮七成熟，捞出放平压扁晾凉，用片刀拉成 30 厘米长的大薄片，越薄越好；猪里脊、牛肉片切成长薄片；野鸡扒皮，去脏，洗净，除骨，片切成薄片；海参泡发好后切片，用开水氽烫一下；蛤什蚂洗净；冰蟹去脐、切开、除去食包；蛎黄、口蘑洗净杂质；酸菜切丝，粉丝剪段泡好；银鱼、干贝整理好；大虾切片。上述用料分别装盘备用。2. 各种作料分别装碟，供蘸食选用。3. 火锅添汤，放精盐、味精、葱末、姜末、香油和部分酸菜丝、抽刀白肉、野鸡片、海参片等各种主、配料，然后烧开上桌，随即将各种主、配用料及作料上桌，供随吃随下。吃时可随意选各种作料调好后蘸食。

特点 营养丰富，味道鲜美。

家常火锅

用料 瘦猪肉 150 克，猪肝 150 克，猪腰 150 克，鳝鱼片 150 克，葱 150 克，蒜苗 150 克，大白菜 250 克，豌豆尖 250 克，菠菜 250 克，香菜 100 克，豆瓣 100 克，豆豉 25 克，辣椒面 15 克，酱油 50 克，醪糟汁 50 克，精盐 15 克，花椒 5 克，葱段 100 克，姜末 25 克，芽菜 50 克，味精 1.5 克，水豆粉 20 克，鲜汤 1500 克，熟猪油 150 克。

制法 1. 将瘦猪肉、猪肝、猪腰、鳝鱼切成 4 厘米长、2.6 厘米宽、0.2 厘米厚的片，分别盛入盘内，撒上水豆粉；大白菜撕成片；葱、蒜苗拍破切成长段；把白菜、葱、蒜苗、豌豆尖、菠菜、香菜分别盛装好；芽菜切长段；豆瓣、豆豉、花椒均砸碎。

2. 炒锅置中火上，下猪油烧至五成热，放入豆瓣、豆豉、花椒、辣椒面、姜末炒香至油呈红色，再加入鲜汤、葱段、芽菜、精盐、味精、酱油、醪糟汁烧沸出味，成火锅卤汁。火锅炉内生火，将卤汁一半倒入火锅内烧沸，与以上盛好的各种用料同时上桌。食用时一般应先荤后素，随吃随烫，并根据汤汁的浓淡酌加卤汁、精盐、熟猪油调味。

特点 具有鲜、香、嫩、脆、麻、辣、烫的特点，取料多样，自烫而食，别有风味，最宜冬季食用。

丸子火锅

用料 大白菜心 800 克，水发粉丝 400 克，猪肉馅 150 克，葱末、姜末、酱油、料酒、精盐、味精各适量。

制法 1. 将肉馅加进适量的葱末、酱油、姜末、料酒、味精，按肉与水各半的比例，将水逐步加进馅内，顺一个方向搅动，视馅面起泡、水馅相融时，即算打好，最后加适量盐待用。

2. 火锅中放高汤，点燃木炭。将调制好的馅料、白菜心（撕块）、粉丝与火锅一起上桌。汤煮沸后，由食者用汤匙将馅制成丸子，下火锅内烫熟，与烫熟的白菜、粉丝一起食用。

特点 制法新颖有趣，丸子滑润鲜嫩，汤汁亦美。

白肉火锅

用料 白肉 750 克，酸菜 1000 克，粉丝 250 克，牛肉 500

克,羊肉 500 克,蛎黄、冰蟹、鲜汤、精盐、味精、海米、酱油、香油、醋、辣椒油、卤虾油、腐乳、韭花酱各适量。

制法 1. 白肉切薄片;酸菜切细丝;粉丝剪段泡好;牛肉、羊肉切薄片;蛎黄择净杂质;冰蟹去脐,一切两半,除净食包。上述用料分别装盘备用。2. 各种作料分别装碟,供蘸食选用。3. 火锅添汤,放部分白肉、酸菜、粉丝、海米,用精盐、味精调好口味,盖好锅盖,烧开上桌,并将各种主、配料随即上桌,放在火锅周围,各种作料放在桌上四周。4. 火锅烧开后,揭开锅盖,撇去浮沫,随意下各种主、配料。随吃随下,吃时随蘸各种作料。

特点 味醇汤鲜,制作简便,四季皆宜。

杂拌火锅

用料 熟肥肠 100 克,熟猪肚 100 克,熟鸡肉 100 克,熟白肉 100 克,炸面筋 50 克,油豆腐 100 克,炸大丸子 100 克,余小丸子 100 克,白菜 200 克,粉丝 50 克,鲜汤 1000 克,精盐 10 克,味精 3 克,料酒 20 克,葱末 15 克,姜末 10 克,大料 5 克,酱油 25 克,香油 25 克,蒜泥 50 克。

制法 1. 将肥肠、猪肚、鸡肉、油豆腐均切成片;炸大丸子一切两开;面筋切小块;白菜切排骨条;粉丝剪成 20 厘米长的段。2. 大勺内放少量油烧热,放葱、姜、大料炸锅,添汤,放料酒、精盐、味精,放白菜、粉丝稍煮,待白菜七成熟时,倒入火锅内。3. 按各种用料的颜色,相间摆于白菜、粉丝上,添汤,加调味品,盖严盖,引燃。待烧开即可上桌食用。4. 剩余用料可分别装盘上桌,备随吃随下。5. 各种作料分别装小碗上桌,供蘸食选用。