

河南
科技
出版社



创意菜肴

陈伟 著

和果雕



图书在版编目(CIP)数据

创意菜肴和果雕 / 陈 伟 著. — 郑州: 河南科学技术出版社, 2000.1
ISBN 7-5349-2182-1

I . 创… II . 陈… III . ①菜谱②水果—雕刻③蔬菜—雕刻 IV . TS972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 20374 号

责任编辑 冯 英 版式设计 霍维深

河南科学技术出版社出版

郑州市农业路 73 号

邮政编码: 450002 电话: (0371)5737028

河南第一新华印刷厂印刷

全国新华书店发行

开本: 787 × 1092 1/16 印张: 5

2000 年 1 月第 1 版 2000 年 1 月第 1 次印刷

印数: 1—5240

ISBN 7-5349-2182-1/G · 618 定价: 35.00 元





作者简介

陈伟, 河南省高级烹饪技师, 开封市人。生于1971年3月, 15岁起跟父亲陈景和等前辈学习厨艺, 1990年2月至1991年2月在吉林省商业技校师资大专班(烹饪系)学习。中国烹饪协会、河南省烹饪协会会员, 开封市烹饪协会常务理事, 开封市人大代表、十佳杰出青年, 河南省果蔬雕刻协会理事及《开封名菜》编委。

1990年6~10月, 在开封及河南省举办的首届“创业杯”青工烹饪大赛中均夺得第一名; 同时, 被共青团河南省委命名为“新长征突击手”、“烹调技术能手”; 同年11月在全国青工烹饪大赛中获“优秀奖”; 1992年任开封市饮食技术考核委员会评委; 1993年在河南省第三届烹饪大赛中获冷拼、热菜金牌各一枚(全省第二名); 同年10月在全国第三届烹饪大赛中获两枚银牌, 在团体赛中获银杯。

陈伟精心钻研豫菜烹调, 旁通粤、湘、鲁、川等菜系, 特别是在挖掘和发展豫菜上做出了显著成绩, 在面点制作、冷热菜拼摆造型方面具有独特风格。研制推出了既富有地方特色且兼具欣赏价值的“宋都西瓜宴”和“宋都秋菊宴”两套宴席佳肴。近两年来, 先后在《烹坛新秀》、《中国烹饪》、《中国食品》、《烹调知识》、《东方美食》、《四川烹饪》、《美食》等刊物上发表了多篇文章, 著有《新派热菜》一书。

目录



创意佳饌篇

火腿香莲合 3

熏鹅 4

麒麟金元鲍 4

桃柱凤虾白玉卷 5

蜜汁葫芦 5

鸡酱网油金粟卷 6

银丝虾球 6

木瓜海鲜船 7

玉莲藏珍 7

吉利三文鱼卷 8

串烧三文鱼 9

秘制蛋黄肉 10

炸天鹅蛋 11

脆皮百花卷 12

杏花龙虾丝 13

刺身北极贝 13

清汤菊花鱼翅 14

珍珠百花脯 14

官廷烧鲍脯 15

龙舟北极贝 16

金粟三文鱼粒 16

绣球喇叭鲍 17

红烧鳄鱼肉 18

红烧三文鱼头 19

脆芹百合鳄鱼球 19

叉烧烤乳羊 20

八仙献珍 21

葫芦蟹裙 21

玉鸭金绣球 22

沙律金菇牛柳卷 23

金银虾球花枝丝 23

丹凤朝阳 24

母子龙虾 24

锦绣鸵鸟粒 25

蟹黄鱼蛋扒熊掌 26

绣球莲茸酿荸荠 27

杏花虾子豆腐 27

吉列紫菜虾卷 28

鸡酱辣汁白鳝 28



水果菜肴篇

龙皇庆升平 31

柠汁扇贝龙虾球 32

橙花鱼球 34

凤梨牛柳 35

橙香酿龙虾 36

蟹钳果仁凤脯卷 36

白果山药泥 37

玉龙香蕉卷 38

百花酿洋桃 39

蜜瓜爆凤尾虾 39

蛋黄奇异果 41

香瓜爆鱼丝 41

香榴橙汁煎软鸡 42

菊花酿苹果 42

瓜盅哈什蚂油 43

美果爆扇贝 43

杏仁香菠澳带 44

水晶草莓 44

紫姜凤梨牛尾 45

珍果带子盒 45

脆皮香蕉带子 46

芝士椰茸凤排 46

瓜雕技法篇

西瓜灯、盅常用图案及雕刻技法 49

五角西瓜灯 56

黄金梅花灯 56

三星西瓜灯 57

金钱五星灯 57

三瓣花灯 58

四季花灯 58

梅花绽放灯 59

如意西瓜灯 59

锦绣花灯 60

黄金四喜灯 60

莲花西瓜灯 61

仙鹤迎宾灯 61

丽花西瓜灯 62

富贵西瓜灯 63

御林西瓜灯 63



果雕精品篇 68-76



创意佳饌

篇





火腿香莲合

主料：莲藕 400 克。

配料：百花馅 200 克，火腿 100 克，面包糠 200 克，猪肥肉膘 30 克。

调料：料汁（精盐 3 克，绍酒 6 克，蛋清 1 个，湿生粉 10 克，葱姜汁 20 克，鸡精 5 克），精炼油 500 克。

制作方法：

1. 莲藕削皮，切成圆片，火腿也切成同样大的片，两片莲藕夹一片火腿，共做 8 块。猪肥肉膘剁成泥。
2. 百花馅加猪肥肉膘泥、料汁，顺着一个方向搅打上劲，分成 8 份，裹住莲藕夹，再滚上一层面包糠。
3. 火腿香莲合下入四成热油中，待表面金黄色、香莲盒熟透时捞出。





熏鹅

主料：肥鹅1只(约2500克)。

配料：葱段10克，姜片10克，干柏叶200克，柏果壳100克，枣核、梨核各100克，茶叶50克。

调料：精盐15克，花椒10克，八角6粒，绍酒10克，白糖30克，香油50克，精制白卤汤10千克。

制作方法：

1. 肥鹅经过初步加工，在翅膀下开口，取出内脏，冲洗干净放在盆里，加葱段、姜片、精盐、花椒、八角、绍酒、白糖腌1小时，放入白卤汤锅内。汤烧沸后，移至中火上，盖上锅盖，焖卤50分钟，捞出控干汤汁。
2. 干柏叶、柏果壳、枣核、梨核、茶叶、白糖放在熏锅底，上放铁算，将卤好的鹅放在铁算上，盖上锅盖，烧至锅底微红(锅内起烟)时，将锅端起，熏20分钟后，取出鹅，均匀地抹上一层香油。



麒麟金元鲍

主料：金元鲍1罐。

配料：熟火腿50克，水发香菇50克，菜心10棵。

调料：料汁(蚝油10克，白糖5克，绍酒6克，鸡精3克，葱姜汁10克，精炼油50克，高级清汤100克)，湿生粉5克，香油10克。

制作方法：

1. 鲍鱼片成0.5厘米厚的片，火腿、香菇切成3厘米长、1.5厘米宽、0.3厘米厚的薄片，加入适量的调料腌入味。
2. 把鲍鱼片、火腿片、香菇片插花摆在盘中，呈麒麟形，上笼蒸5分钟。
3. 炒锅放中火上，添入料汁，待汁沸后勾入湿生粉，淋入香油，出锅将汁浇在鲍鱼菜肴上面，菜心焯熟围在两侧。



桃柱凤虾白玉卷

主料：大虾8只(约400克)。

配料：冬瓜300克，水发桃柱100克，百花馅100克，菜心9棵。

调料：精盐5克，绍酒8克，鸡精6克，湿生粉10克，葱姜汁30克，香油10克，精炼油50克，高级清汤100克。

制作方法：

1. 大虾去头、壳，留尾，剔出虾线，加入精盐2克、绍酒3克、鸡精2克腌10分钟。一半冬瓜片成8片薄片，加精盐1克、绍酒2克、鸡精1克腌入味。另一半冬瓜切成直径4厘米、1.5厘米厚的瓜环，焯一下。菜心焯熟。
2. 冬瓜片卷入凤尾虾，虾尾留在外面，蒸熟。冬瓜环内酿百花馅和一粒桃柱，蒸熟。
3. 炒锅添入精炼油，下入高级清汤、精盐2克、绍酒3克、鸡精2克、葱姜汁，待汁沸时勾入湿生粉，淋香油出锅，将汁浇在菜肴上面。



蜜汁葫芦

主料：怀山药、红薯各400克。

配料：胡萝卜200克，冬瓜皮200克。

调料：冰糖500克，蜂蜜100克。

制作方法：

1. 怀山药、红薯、胡萝卜去皮，削成大小一致的葫芦形，氽一下。冬瓜皮雕刻成葫芦叶和蔓，开水烫熟。
2. 炒锅添入清水800克，小火，加入冰糖、蜂蜜。待汁沸后，放入怀山药、红薯、胡萝卜削成的“葫芦”，小火煲制至汁浓、色泽明亮、原料熟透。



鸡酱网油金粟卷

主料：粟米粒 1 罐。

配料：猪网油 1 副（约 200 克），鱼糊 100 克，葱花 20 克，姜末 10 克，薄紫菜 1 张，青红椒粒 20 克，西兰花 300 克。

调料：鸡酱 100 克，精盐 3 克，鸡精 3 克，绍酒 5 克，蛋清糊（鸡蛋清 4 个，湿生粉 20 克），吉士粉 20 克，精炼油 500 克。

制作方法：

1. 粟米粒、鱼糊、葱花、姜末、青红椒粒、精盐、鸡精、绍酒加在一起制成粟米馅。猪网油放开水水中蘸一下。
2. 薄紫菜一切为二，抹上粟米馅，卷成卷，放在网油上面，包卷成网油金粟卷，表面拍上吉士粉，淋上蛋清糊。
3. 网油金粟卷下入五成热油中，中火慢慢炸至表面金黄色，切段。
4. 鸡酱辣汁加热浇至菜肴表面。西兰花焯熟调入味围在盘边。



银丝虾球

主料：虾仁 300 克。

配料：熟火腿 50 克，熟荸荠 80 克，冬笋 50 克，粉丝 50 克。

调料：蛋清糊（蛋清 1 个，干生粉 10 克），料汁（精盐 4 克，绍酒 8 克，鸡精 6 克，蛋清 2 个，湿生粉 20 克，葱姜汁 20 克，胡椒粉 2 克，高级清汤 200 克），熟精炼猪油 50 克，精炼油 500 克。

制作方法：

1. 虾仁剥成虾茸，加入料汁，顺着一个方向搅打上劲，淋入猪油搅匀，制成虾糊。
2. 火腿、荸荠、冬笋切成细丁掺入虾糊中拌匀，挤成 9 只虾丸，放入温油中浸炸至熟。粉丝炸暄，剁碎。
3. 虾丸拖上蛋清糊，滚上碎粉丝，放温油中炸熟。

木瓜海鲜船

主料：木瓜 1000 克。

配料：北极贝 100 克，虾仁 100 克，花枝片 100 克，澳带 100 克，西生菜 100 克，西芹 80 克，葱段 30 克，姜片 20 克，蒜片 10 克。

调料：料汁（精盐 4 克，绍酒 6 克，鸡精 3 克，胡椒粉 2 克，湿生粉 10 克，高级清汤 100 克），香油 10 克，精炼油 500 克。

制作方法：

北极贝、花枝片、澳带、虾仁下入四成热油中，旺火迅速划散，出锅滗油。炒锅内留油 50 克，下入葱段、蒜片、姜片、西芹块、北极贝、花枝片、澳带、虾仁 and 料汁，翻两身淋香油出锅。



玉莲藏珍

主料：莲藕 700 克。

配料：虾仁 50 克，玉米粒 50 克，青豆 30 克，红辣椒 30 克，蒜茸 10 克，葱花 10 克。

调料：精盐 3 克，绍酒 6 克，鸡精 3 克，胡椒粉 1 克，湿生粉 10 克，高级清汤 100 克，精炼油 500 克。

制作方法：

1. 取一外形好的莲藕，削皮，挖出藕肉，把藕肉切成菱形丁。
2. 虾仁下入四成热油中，旺火迅速划散，出锅滗油。炒锅内留油 50 克，下入葱花、蒜茸、红椒丁、青豆、藕丁、玉米粒、虾仁 and 料汁，翻两个身出锅，盛入点缀好的莲藕中。



吉利三文鱼卷

主料：三文鱼 500 克。

配料：熟火腿 50 克，冬笋 50 克，香菇 50 克，面包糠 100 克。

调料：料汁（精盐 4 克，绍酒 6 克，鸡精 3 克，胡椒粉 1 克，葱姜汁 10 克，吉士粉 10 克），干生粉 10 克，鸡蛋 2 个，精炼油 500 克。

制作方法：

1. 把三文鱼肉片成 10 片薄片，加料汁腌 10 分钟。
2. 火腿、冬笋、香菇切成细丝。三文鱼肉片包入三丝，卷成鱼卷，拍上干生粉，拖上一层鸡蛋液，表面裹匀面包糠。
3. 三文鱼卷下入四成热油中，中火炸至表面柿黄色。

串烧三文鱼

主料：三文鱼肉 400 克。

配料：八爪鱼 10 只，葱头、胡萝卜、西芹各 100 克。

调料：料汁（精盐 4 克，胡椒粉 3 克，绍酒 6 克，鸡精 3 克，葱姜汁 10 克），辣酱油 30 克，淮盐 15 克，干生粉 10 克，香油 50 克。

制作方法：

1. 三文鱼肉切成 1.5 厘米见方的丁，与八爪鱼放在一起，加料汁腌入味。三文鱼丁拍上一层干生粉。

2. 葱头、胡萝卜、西芹切成 1.5 厘米见方的片，与三文鱼丁、八爪鱼用竹签串成串，放在木炭小火上烤。待鱼肉两面呈金黄色时，刷上香油。上席时跟带淮盐和辣酱油蘸食。



秘制蛋黄肉

主料：鲜猪后腿肉 500 克。

配料：咸鸭蛋黄 4 个，荸荠 30 克，葱花 10 克，姜茸 10 克，果脯 30 克。

调料：万字酱油 30 克，冰糖 10 克，麦芽糖 5 克，胡椒粉 3 克，绍酒 6 克，食粉 3 克，湿生粉 25 克，香油 20 克，葱姜汁 50 克。

制作方法：

1. 猪后腿肉剁成肉馅，荸荠、果脯切成细粒，加葱花、姜茸、调料搅打上劲。
2. 咸鸭蛋黄用刀拍成薄片，放入口杯内，抹上一层香油，将调好味的肉馅放入杯中，上笼蒸熟，翻扣在盘中。





炸天鹅蛋

主料：百花馅 500 克。

配料：咸鸭蛋黄 10 个、面包糠 100 克。

调料：料汁（精盐 5 克，绍酒 8 克，鸡精 6 克，葱姜汁 30 克，鸡蛋清 2 个，湿生粉 20 克，熟猪油 50 克），鸡蛋 1 个，干生粉 10 克，精炼油 500 克。

制作方法：

1. 将百花馅中加入料汁，顺着一个方向搅打上劲，挤 10 个核桃大小的丸子，每个虾丸包入一只咸鸭蛋黄，拍上干生粉，拖上一层鸡蛋液，表面裹上面包糠，成“天鹅蛋”。
2. “天鹅蛋”下入四成热油中，温油漫炸至熟。



脆皮百花卷

主料：百花馅 250 克。

配料：鸡蛋皮 1 张，薄紫菜 1 张，面包糠 100 克，红辣椒丝 50 克。

调料：料汁（精盐 3 克，绍酒 5 克，鸡精 6 克，葱姜汁 20 克，鸡蛋清 1 个，高级清汤 500 克，湿生粉 20 克，熟猪油 50 克），鸡蛋 2 个，干生粉 20 克，精炼油 500 克。

制作方法：

1. 将百花馅加入料汁，顺着同一个方向搅打上劲。薄紫菜抹一层百花馅，卷入红辣椒丝。鸡蛋皮抹一层百花馅，放上紫菜卷，卷成卷上笼哈熟，拍上一层干生粉，拖上一层鸡蛋液，裹上面包糠。
2. 百花卷下入五成热油中，旺火炸至表面金黄色，切段。