

· 许春英 · 林花顺 · 刘芸华 · 编著 ·

家宴套餐百款



业出版社

家宴套餐百款

许春英 林花顺 刘芸华 编著

中国轻工业出版社

(京)新登字034号

图书在版编目(CIP)数据

家宴套餐百款/许春英编著. —北京:中国轻工业出版社,1995.8

ISBN 7—5019—1785—X

I. 家… II. 许… III. 饮食,家宴—烹饪—方法—范例

IV. TS972.1

中国版本图书馆CIP数据核字(95) 第06159号

家宴套餐百款

许春英 林花顺 刘芸华 编著

责任编辑 张松培

*

中国轻工业出版社出版

(北京市东长安街6号)

北京龙华印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

各地新华书店经售

*

787×1092 毫米 1/32 印张: 4.5 字数: 98千字

1995年8月 第1版第1次印刷

印数: 1—8000 定价: 5.50 元

ISBN7—5019—1785—X/TS · 1142

目 录

第一套	(1)
腐乳扣肉	(2)
红烧鹌鹑蛋	(3)
干烧猴头蘑	(3)
淡菜酥腰	(4)
沙锅鸭子	(4)
海米烧豆角	(5)
蘑菇土豆拼盘	(6)
干煸鱿鱼丝	(6)
翡翠虾仁	(7)
荷花白菜	(7)
第二套	(9)
美味酿豆腐	(10)
玉鲤晶	(11)
鱿鱼火锅	(11)
米粉肉	(12)
红焖甲鱼	(13)
香干鲢鱼	(13)
醉鲜虾	(14)
鹅黄肉	(14)

清蒸鸡	(15)
第三套	(16)
蒜香蝴蝶片	(17)
四喜火锅	(17)
八宝肚	(18)
红烧甲鱼	(19)
芙蓉里脊	(19)
炒辣椒丝	(20)
土豆色拉	(20)
砂锅豆腐海米	(21)
辣白菜	(21)
卤猪肝	(22)
第四套	(23)
三鲜海参	(24)
火爆腰花	(24)
软炸蹄膀	(25)
干贝烧菜心	(25)
泡菜鱼	(26)
棒棒鸡	(26)
什锦色拉	(27)
干炸鱼片	(27)
清蒸大虾	(28)
糖醋排骨	(28)
第五套	(30)
麻辣豆腐	(31)
焦熘苹果	(31)
葱酱肉丝	(32)

煎烧鸡	(32)
清炖甲鱼	(33)
油爆青虾	(33)
鱼圆汤	(34)
虾米冬笋	(35)
香菇菜花	(35)
全家福(什锦火锅)	(36)
第六套	(37)
锅塌鱼卷	(38)
香辣土豆丝	(38)
五彩金菇	(39)
卤浸鱼块	(39)
蟹黄煎虾饼	(40)
肉丝酸菜汤	(40)
美丽菜花	(41)
绣球干贝	(41)
苹果排	(42)
海米烧豆腐	(43)
第七套	(44)
四喜白玉	(45)
盐爆鱿鱼卷	(45)
金堂白玉	(46)
白斩鸡	(46)
五香瓦块鱼	(47)
五味鸡腿	(48)
鲜海参	(48)
炆白菜卷	(49)

粉蒸河鳗	(49)
砂锅紫菜汤	(50)
第八套	(51)
蒜泥白肉	(52)
香酥肥鸭	(52)
姜汁肘子	(53)
蛋酥花仁	(53)
干煸冬笋	(54)
豆瓣鲫鱼	(54)
冰糖银耳	(55)
奶油冬瓜方	(55)
虾子烧茭白	(56)
栗子烧白菜	(56)
第九套	(58)
麻辣肚丝	(59)
熏桂鱼	(59)
珊瑚白菜	(60)
油吃瓜皮	(61)
清蒸酥腰	(62)
鸡黄豌豆	(62)
烧二冬	(63)
炒虾仁	(64)
第十套	(65)
鲜蘑烧盖菜	(66)
三彩菠菜	(66)
油焖茄子	(67)
醋熘莲花白	(67)

水晶鸡丝	(68)
三丝鸡翅	(69)
海米拌干丝	(69)
炆明虾片	(70)
第十一套	(72)
扫把芹菜	(73)
葡萄南荠	(73)
红灯笼虾	(74)
椒盐里脊	(74)
清汤腰方	(75)
太白鸭子	(75)
蘑菇油菜心	(76)
龙井银耳	(76)
第十二套	(78)
酥鲫鱼	(79)
干煸鳝丝	(79)
火爆肚头	(80)
肉片茄子	(80)
红烧大虾	(81)
宫保鸡丁	(82)
笋丝青豆	(82)
椒盐土豆片	(83)
牛肉丸子火锅	(83)
烹绿豆芽	(84)
茶点	(85)
乌梅金银茶	(85)
山楂菊花茶	(85)

柿茶	(86)
桂花茶	(86)
莲茶	(86)
枣茶	(87)
银茶	(87)
银耳茶	(87)
菊花茶	(88)
辣茶	(88)
麻茶	(88)
奶茶	(89)
粥茶	(89)
姜茶	(89)
蜜茶	(90)
糖茶	(90)
盐茶	(90)
醋茶	(91)
眩晕茶	(91)
淫羊藿茶	(91)
参杞茶	(92)
杞桂茶	(92)
香菇茶	(92)
甘露茶	(93)
车前茶	(93)
夏枯茶	(93)
决明茶	(94)
暑茶	(94)
山楂茶	(94)

薏苡仁茶	(95)
银竹茶	(95)
杏仁茶	(95)
柑茶	(96)
茅茶	(96)
丝瓜茶	(97)
萝卜茶	(97)
家宴中的礼仪	(98)
宴席与礼仪	(98)
宴席菜的内容	(98)
宴席的准备过程	(99)
宴席上菜程序的基本要求	(99)
宴席配菜从营养角度应注重哪几个方面	(99)
宴席间进餐时的礼节	(100)
烹调技巧	(101)
调	(102)
烹	(102)
烹饪与烹调	(102)
烹调操作的基本要求	(103)
装盘的基本要求	(103)
常用的烹调方法	(103)
各种原料的准备和泡发	(108)
怎样解冻速冻肉	(108)
肚的清洗	(108)
出蟹肉的制作	(109)
甲鱼的处理和制作	(109)
虾仁的制作	(110)

虾子的取制·····	(110)
怎样炼猪油·····	(110)
鱼肉的制作·····	(111)
热水发·····	(111)
油发·····	(112)
碱发·····	(113)
制生碱水和熟碱水·····	(113)
火发·····	(113)
盐发·····	(114)
蒸发·····	(114)
鱿鱼的泡发·····	(115)
鱼肚的泡发·····	(115)
鲍鱼的泡发·····	(116)
蹄筋的泡发·····	(116)
肉皮的泡发·····	(117)
海参的泡发·····	(117)
大乌参的泡发·····	(118)
海茄子的泡发·····	(119)
羊肚菌的泡发·····	(119)
蛤什蟆的泡发·····	(120)
海蜇的泡发·····	(120)
乌鱼蛋的泡发·····	(120)
银耳的泡发·····	(120)
竹笋的泡发·····	(121)
兰片的泡发·····	(121)
发菜的泡发·····	(121)
口蘑的泡发·····	(122)

香菇的泡发·····	(122)
元蘑的泡发·····	(122)
猴头蘑的泡发·····	(123)
海螺干的泡发·····	(123)
蜆子干、蛭子干的泡发 ·····	(123)
海虹的泡发·····	(124)
银鱼的泡发·····	(124)
餐具的消毒与清洁·····	(124)

第 一 套

此套家宴共设计了10款菜,全部为热菜,是一套适宜冬季节日的家宴。这套菜的量较大,适于10-12人就餐。整桌菜的色彩偏暖色,与冬季的寒冷相对比,其间点缀着绿色和白色,使这套家宴充满生机。

主妇应采购的原料:

荤类: 带皮五花猪肉1公斤

鹌鹑蛋12个

猪腰2只

淡菜100克

填鸭1只

肥瘦猪肉350克

干鱿鱼500克

鲜虾800克

素类: 菠菜250克

鲜猴头蘑(人工种植)500克

水发冬菇(或鲜冬菇)15克

梅豆角500克

土豆750克

鲜蘑菇500克

净冬笋200克

白菜250克

看看家里有什么,还需要什么?

腐乳扣肉

原料:

带皮猪五花肉1公斤。菠菜250克。腐乳、大料、精盐、白糖、料酒、味精、酱油、葱姜、蒜泥各适量,花生油500克。

制作:

1. 先将五花肉去毛刮洗干净,切成大方块,放入锅内用水煮至七成熟,取出。然后用粗针在肉皮上均匀地扎上小孔,在肉块上涂上少许精盐。

2. 锅放旺火上加油,将猪肉放入油中,立即加盖,以防油花四溅伤人,随即将锅端离火口,待锅内无油爆声时,便将猪肉取出,并将油锅端回火口,再将肉放入锅内,炸至猪皮起满细泡及呈现为深红色为度。

3. 待炸好的猪肉冷却后,放入冷水中浸透,用刀切成长方形,把切好的肉放入锅中用水煮至5分钟捞出,用清水漂去猪肉的焦味。随后在锅中加水、大料、葱姜、猪肉煮一会儿,把猪肉捞出待用。

4. 将腐乳捻烂,另起锅放少许备用油,放入腐乳、蒜泥爆炒出香味,倒入料酒,加入高汤、白糖、酱油、精盐、将肉放入,改小火焖5分钟,将猪肉取出,逐块排在大碗内(皮朝下)加入原汁,隔水约蒸1小时,然后整碗取出,并把原汁倒入另一碗待用。

5. 菠菜洗净,用开水氽一下,捞入凉水中过凉,沥去水分备用。锅置火上烧热,加入少许油,油热后放入蒜片炒出香

味,倒入菠菜放精盐、白糖炒匀,滤去菜汤,把菜放在扣肉上面。再将整碗扣肉覆盖在碟中肉皮朝上。中火起锅,倒入蒸肉原汁,用水淀粉勾芡,加香油匀淋在扣肉面上即成。

肥而不腻,甘香利口。

红烧鹌鹑蛋

原料:

鲜鹌鹑蛋12个,粉芡、面粉适量,精盐、酱油、鲜汤、葱、姜、花椒适量,料酒、味精少许,花生油500克(约耗60克)。

制作:

1. 将鹌鹑蛋煮熟,放凉水中投凉,剥去外壳,用温水搅匀,粉芡备用。

2. 面粉、粉芡适量,放碗里,加入酱油、水、精盐、味精、料酒,搅成稀糊。

3. 炒锅上火,放花生油,油热时将鹌鹑蛋逐个蘸糊放入锅内,炸至红黄色捞出,沥去余油。

4. 锅内留底油,下放葱、姜片、花椒炸出香味,加入鲜汤1勺半,捞出葱、姜、花椒,放入酱油、精盐、味精、料酒,再放入鹌鹑蛋,用小火烧2分钟,勾入流水芡,加入烘汁油,起锅装盘。

干烧猴头蘑

原料:

鲜猴头蘑500克,四川豆瓣辣酱25克,料酒、酱油、醋、味精、胡椒粉等适量,花生油75克。

制作:

1. 将猴头蘑去老根、杂质,用清水泡洗干净,用手撕成块状,用开水烫透,放入清水中漂洗二次,捞出,挤干水分。

2. 炒锅上火,加花生油烧热,放入豆瓣酱,煸炒出红油,放入猴头蘑,烹入料酒、酱油、味精、胡椒粉、清汤少许烧开起锅。

淡菜酥腰

原料:

淡菜100克,猪腰2只。

熟火腿少许。

葱段、姜片、精盐、冰糖、料酒、熟鸡油各适量。

制作:

1. 将猪腰撕去皮膜,在腰臊部位剖3厘米长的刀口,洗净血水,投入鸡汤锅中煨至酥烂取出。用碗一个盛上煮腰汤,把腰子放入热汤碗中浸泡,以保持猪腰子的软性。熟火腿切成片。

2. 将淡菜洗净,放入大碗中,加满水,入笼用旺火蒸熟取出,捞起淡菜,用水洗净,放在汤碗的一边,蒸淡菜的汤汁留用。将猪腰取出切成薄片,放在汤碗中的另一边,中间放入火腿片,加入葱段、姜片、冰糖、精盐、料酒和蒸淡菜的汤汁,上笼蒸15分钟取出,拣去葱姜,淋上熟鸡油即成。

既香且鲜,汤汁醇厚,别有风味。

沙 锅 鸭 子

原料:

填鸭1只,水发冬菇15克,笋片、胡萝卜片、青笋片等适量,鸡汤1公斤。

精盐、味精、料酒、牛奶250克、葱段、姜片。

制作:

1. 将鸭子开膛,去掉内脏,洗净后放入开水中煮透,捞出晾晾,剔去鸭骨,切成骨牌块备用。

2. 将冬菇、笋片、胡萝卜片、青笋片分别放入开水中焯透。捞出沥去水。

3. 将冬菇、笋片放入沙锅内垫底,把鸭肉块的表面朝上,整齐地码入沙锅内。加入鸡汤、味精、料酒、精盐、葱段、姜片,上火烧开,用微火炖至鸭肉块软烂,撇去浮油,加入牛奶、胡萝卜片、青笋片,烧开即成。

汤色乳白,肉质软烂,味鲜浓厚。

海米烧豆角

原料:

梅豆角500克。大葱、海米、生姜。熟猪油50克,食盐、料酒、味精、香油、淀粉适量。

制作:

1. 梅豆角撕去筋络洗净,投沸水中烫过,捞出投入凉水中,然后切4.5厘米长的段。大葱切2.5厘米长的节,生姜切成