

家庭美食新概念

黄春生 编著

巧手

酿



广东经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

巧手酿 / 黄春生编著, 一广州: 广东经济出版社, 2003. 12
(家庭美食新概念)
ISBN 7-80677-615-X

I. 巧… II. 黄… III. 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第103821号

出版 发行	广东经济出版社(广州市环市东路水荫路11号5楼)
经销	广东新华发行集团
印刷	广州丰彩彩印有限公司 (广州市广源西路岗头大街9号丰彩大厦)
开本	889毫米×1194毫米 1/40
印张	2.5
版次	2004年1月第1版
印次	2004年1月第1次
印数	1~10 000册
书号	ISBN 7-80677-615-X/TS·56
定价	全套(1~12册)定价129.60元

如发现印装质量有问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

发行部地址: 广州市合群一马路111号省图批107号

电话: (020) 83780718 83790316 邮政编码: 510100

邮购地址: 广州市东湖西路邮局29号信箱 邮政编码: 510100

(广东经世图书发行中心)

本社网址: <http://www.sun-book.com>

· 版权所有 翻版必究 ·

家庭美食新概念

黄春生 编著

巧手酿



QIAOSHOUNIANG

广东经济出版社

前言

JIATINGMEISHIXINGAINIAN 家庭美食新概念

近年来,随着人民生活水平的不断提高,酿制菜肴无论是在酒席宴请,还是在家常便餐中,所占的地位都越来越重要。与此同时,它在花样品种和制作技术上也不断推陈出新。我国传统的酿制菜肴历史悠久,源远流长,因其色彩美观、香气浓郁、味美纯正而著称于世,其传统的地方风味和浓厚的民族特色为我国的饮食业增添了一道亮丽的风景线。历代厨师在酿制菜肴的制作中积累了丰富的经验,创制出了很多脍炙人口的美味佳肴。

酿制菜肴作为一种热菜,利于佐酒,也很下饭,不分季节,老少皆宜。它不仅以诱人的香气、色泽和滋味博得人们的青睐,还具有容易制作、食用简单等优点,倍受大家喜爱。从宾馆酒楼的宴席到食堂、家庭的便餐,都少不了酿制菜肴。特别是在南方一带,坐在饭馆、酒楼里,翻开菜谱,总会见到花样多而新的酿制菜的菜名。

酿就是将配料制成馅心装入掏空的主料中,然后进行煎烧或扒熟的烹调方法。有的将某种体形较大,制熟后不易变形的原料内部掏空,装上提前调制好的馅心,上锅蒸或煮、卤熟。有的还在外部加以雕刻造型,既好吃又好看,如冬瓜盅。用煎的方法制熟的酿叫煎酿,用烧的方法制熟的酿叫烧酿,用扒的方法制熟的酿叫扒酿。诸如此类,在本书中都有实例列举。

本着总结交流酿制菜肴的制作技术,为推广和发展我国酿制菜肴的风味特色做一点贡献,我编写了这本通俗实用的介绍酿制菜肴烹调技术的读物。全书每一个品种都有彩图和文字说明,主要介绍酿制菜肴的风味特色、原料选择和制作方法,集实用性和知识性于一体,以家庭和小规模制作为主,所列菜目,原料易购,制作简便,适合于城乡家庭和饮食专业户,以及饭店、餐厅、食堂等单位烹制时参考。

由于编写时间短促,加之本人水平有限,书中难免存在疏漏和不足之处,敬请读者指正。



CONTENTS

目录



巧手酿

百花酿青口·····	5
金钩酿凉瓜·····	7
明珠酿白玉·····	9
玉子酿黄瓜·····	11
百花酿冬菇·····	13
风味酿扇贝·····	15
虾胶酿白菜·····	17
香酿米豆腐·····	19
村姑酿豆腐·····	21
烧汁酿鲍菇·····	23
兰花酿百合·····	25
香酿罗氏虾·····	27
百花酿蚶·····	29
鲍汁酿鸡腿菇·····	31
枸杞酿木耳·····	33
酿荷叶肉·····	35

明汁酿鱼夹·····	37
淮山酿露笋·····	39
咸蛋酿山药·····	41
香酥酿鹌鹑·····	43
杏仁酿鱼头·····	45
碎花酿猪脑·····	47
牛肉酿白籽·····	49
鸡米酿双蛋·····	51
香汁酿大螺·····	53
鱼胶火龙果·····	55
腐茸酿花甲·····	57
奶香酿芒果·····	59
三仙酿上海青·····	61
奶汁酿土鱿·····	63
柠汁煎酿火腿·····	65
脆皮炸酿茄盒·····	67

黄豆酿节瓜·····	69
炸酿莲藕夹·····	71
鱼馅酿腐皮·····	73
凤眼白玉·····	75
三色酿大芥菜·····	77
煎酿双色椒·····	79
多宝酿金鱿·····	81
蒸酿老南瓜·····	83
丰收硕果·····	85
香炸酿面包·····	87
白云新奇士·····	89
蒸酿柴把鱼·····	91
咸蛋酿浮皮·····	93
雪花酿鸡腿·····	95
珍珠酿红萝卜·····	97
吉列酿腐卷·····	99

BAIHUANIANGQINGKOU



百花酿青口

制作过程

原材料



青口250克、鲑鱼肉50克、红萝卜10克、生姜5克、韭菜花10克、鸡蛋1个。

调味料

花生油8克、盐6克、味精2克、白糖1克、胡椒粉少许、干生粉适量、湿生粉少许、熟鸡油1克。

操作要点

蒸的时间要适中，口味要鲜香。



① 青口去肉留壳（肉待用）洗净，鲑鱼肉砍成泥，红萝卜去皮切米，生姜去皮切米，韭菜花切米，鸡蛋去黄留白打散。



② 青口肉切成粒与鲑鱼肉、红萝卜、生姜、韭菜花，加入部分盐、味精、胡椒粉、生粉调成馅。



③ 青口壳抹干水分，内拍上一层干生粉，然后酿入鲑鱼肉馅，入蒸柜蒸8分钟至熟，拿出。



④ 另烧锅下油，注入清汤，调入剩下的盐、味精、白糖、胡椒粉烧开，用湿生粉勾芡，推入蛋白、熟鸡油，淋在蒸好的青口上即成。

JINGJUNIANGLIANGGUA



金钩酿凉瓜

制作过程

原材料



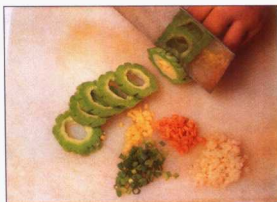
凉瓜300克、干虾肉20克、鲛鱼胶(市场有售)100克、马蹄10克、生姜5克、葱5克。

调味料

花生油8克、盐5克、味精2克、鸡精粉1克、胡椒粉少许、湿生粉适量、麻油1克。

操作要点

煮好的凉瓜圈要用清水泡透，以免发黄。



❶ 凉瓜切厚圆圈去籽，干虾肉泡透，马蹄去皮切粒，生姜去皮切粒，葱切花。



❷ 鲛鱼胶加入干虾肉、马蹄、生姜、葱，调入部分盐、味精、鸡精粉、胡椒粉、湿生粉制成馅。



❸ 锅内加水，待水开时，投入凉瓜圈，煮至刚熟，捞起抹干水分，内拍上干生粉，然后酿入鲛鱼胶。



❹ 入蒸柜蒸20分钟拿出，另烧锅下油，注入清汤，调入剩下的盐、味精、鸡精粉烧开，下湿生粉勾芡，淋入麻油，浇入酿凉瓜上即可。

MINGZHUNIANGBAIYU



明珠酿白玉

制作过程



① 嫩冬瓜去皮去籽切大块，在中间挖一个洞，鸡蛋去黄留白、打散，枸杞泡透，生姜去皮切片。

原材料



鹌鹑蛋 8 个、嫩冬瓜 300 克、鸡蛋 1 个、枸杞 25 克、生姜 3 克。

调味料

花生油 6 克、盐 5 克、味精 2 克、白糖 1 克、湿生粉适量、熟鸡油 1 克。

操作要点

冬瓜要煮透，蒸时才会与鹌鹑蛋求得一致。



② 锅内加水，待水开时，投入姜片、冬瓜块煮至熟透，捞起抹干水分，鹌鹑蛋煮熟去壳。



③ 然后摆入碟内，把鹌鹑蛋酿入洞内，入蒸柜蒸 6 分钟至刚熟，拿出。



④ 另烧锅下油，注入清汤、枸杞，调入盐、味精、白糖烧开，用湿生粉勾芡，推入鸡蛋白、熟鸡油，淋入蒸好的冬瓜上即可。

YUZHINIANGHUANGGUA



玉子酿黄瓜

制 作 过 程

原材料



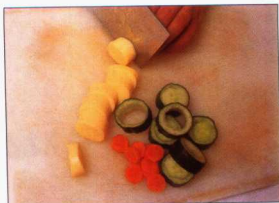
日本豆腐2条, 大黄瓜
250克、红萝卜10克。

调味料

花生油8克、盐5克、
味精2克、白糖1克、
湿生粉适量、熟鸡油1
克、蛋奶少许。

操作要点

挖洞的大小要以日本
豆腐为准, 蒸时要用
大火。



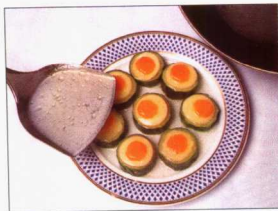
❶ 日本豆腐切成段, 大
黄瓜洗净切段再去籽
中间挖空, 红萝卜去皮
切小圆片。



❷ 锅内加水, 待水开
时, 投入黄瓜圈, 用中火
烫片刻, 捞起抹干水分。



❸ 再把日本豆腐逐个
酿入黄瓜圈内, 入蒸柜
蒸8分钟, 拿出待用, 红
萝卜片用开水烫熟。



❹ 把红萝卜片摆入日本
豆腐上, 另烧锅下油, 注
入清汤, 调入盐、味精、
白糖烧开, 用湿生粉勾
芡, 推入蛋奶、熟鸡油,
淋入酿好的黄瓜上即可。

BAIHUANIANGDONGGU



百花酿冬菇

原材料



干冬菇(发好)200克、
鲢鱼肉50克、虾仁10
克、红萝卜10克、鸡
蛋1个、生姜10克、葱
10克。

调味料

花生油8克、盐5克、
味精2克、白糖1克、
生粉适量、熟鸡油1
克。

操作要点

冬菇煨时要用大火,蒸
时不能过久,以免不爽
滑。

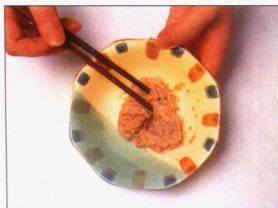
制作过程



① 发好的冬菇去蒂洗净, 鲢鱼肉去皮砍成泥, 虾仁切粒, 红萝卜去皮切粒, 鸡蛋去黄留白、打散, 生姜去皮拍破, 葱捆成把。



② 锅内加水, 待水开时, 放入姜、葱、蚝油、冬菇煨透, 倒出, 抹干水分, 待用。



③ 鲢鱼泥加入虾仁粒、红萝卜粒, 调入部分盐、味精、生粉制成馅, 酿入冬菇内, 入蒸柜蒸6分钟, 拿出。



④ 另烧锅下油, 注入清汤, 调入剩下的盐、味精、白糖烧开, 用湿生粉勾芡, 推入蛋白、熟鸡油, 淋入蒸好的酿冬菇上即成。

FENGMEI NIANGSHAN BEI



风味酿扇贝

制作过程

原材料



鲜扇贝2只、瘦肉25克、火腿10克、生姜5克、马蹄10克。

调味料

花生油8克、盐6克、味精2克、鸡精粉1克、生粉1克、胡椒粉少许、绍酒1克、生粉适量。

操作要点

扇贝一定要新鲜，打制肉馅时，要顺一个方向打，肉质才会爽滑。



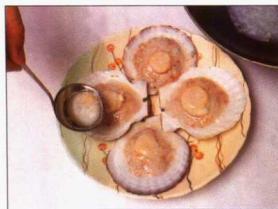
① 鲜扇贝从中间切开洗净，瘦肉剁成泥，火腿切成米，生姜去皮切米，马蹄去皮切米。



② 扇贝起肉待用，将瘦肉泥加入火腿米、姜米、马蹄米，调入部分盐、味精、绍酒、生粉打至起胶。



③ 然后把肉馅酿入扇贝壳内，再把扇贝肉放在上面，入蒸柜蒸8分钟拿出。



④ 另烧锅下油，注入清汤，调入剩下的盐、味精、鸡精粉、胡椒粉烧开，用湿生粉勾芡，淋入蒸好的酿扇贝上即可。