



新派菜肴

100 味

江苏科学技术出版社

新派菜肴

100 味 

嵇步春 嵇步峰 嵇步渠 编 著

江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

新派菜肴 100 味 / 嵇步春, 嵇步峰, 嵇步渠编著.
南京: 江苏科学技术出版社, 2002.8

ISBN 7—5345—3641—3

I. 新… II. ①嵇… ②嵇… ③嵇… III. 菜谱—
中国 IV. TS972.182

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 052614 号

新派菜肴 100 味

编 著	嵇步春 嵇步峰 嵇步渠
摄 影	谈 松 谈学和
责任编辑	龚 彬
特邀编辑	高楚明

出版发行 江苏科学技术出版社
(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)

经 销	江苏省新华书店
照 排	南京人民印刷厂制版分厂
印 刷	苏州印刷总厂有限公司

开 本	787mm×1092mm 1/16
印 张	4.75
版 次	2002 年 8 月第 1 版
印 次	2003 年 2 月第 2 次印刷
印 数	4001—7000 册

标准书号 ISBN 7—5345—3641—3/Z·560
定 价 26.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

序

传

统是世代相传、具有特点的社会因素,是历史发展继承性的表现;创新往往沿着一定的轨迹向前运行,从传统中脱胎出来,去展示新的活力,不断地丰富这个精彩的世界,因此,创新具有旺盛的生命力。烹饪亦是如此。如今世界科技的发展,改变了人们的时空观念,加速了多元文化的交流与交融,这种交流与交融不是无序的、杂乱无章的,而是站在自己的文化基点上,去吸收外部的和外来文化的精华,与自己的文化菁华进行兼容、中和、糅合、创造,从而产生新的东西,并将其展示在人们的面前,去接受竞争激烈的市场的检验。

市场如茫茫大海,大浪淘沙,不乏片片浮萍,留下的却是闪烁的金沙、琳琅珠贝。嵇氏兄弟不失为赶海的弄潮儿,他们从市场大潮的升腾与回落之中,领悟烹饪的真谛,他们用智慧之线连接珠玑,奉献给读者,以期启迪大家的创新思维。

嵇步春、嵇步峰、嵇步渠昆仲皆为淮扬烹饪大师杨玉林、王立春、薛泉生、陈春松、张玉琪等先生的弟子,毕业或结业于烹饪院校,步春、步峰分别执教于扬州生活科技学校、扬州大学旅游烹饪学院,步渠为名重一方的烹饪企业家,他们从业廿余年,活跃在江苏烹坛,颇有建树。他们背负着淮扬烹饪深厚的积淀,以市场为视角,采撷饮食民风,将收集的众多新款新味菜式加以梳理、提炼、规范、升华,汇编成集,陆续付梓,以飨读者。

《新派菜肴 100 味》专集的文化特色是精致、高雅、时尚,来源于生活又高于生活,化平庸为神奇。所用原料不求高、精、奇,亦不刻意搜冷猎珍,而是以唾手可得的原料为主。他们在运用淮扬家常菜普遍规律的同时,兼收齐鲁、闽粤、川湘和西菜技法,菜品具有时代气息,以适应现代人求新求变的饮馔需求,力求平实,并在平实中追求跳跃,在反差中体味返朴归真的自然之趣,用多样性去丰富色彩缤纷、众味纷呈的饮馔世界。

王 镇

2002 年 8 月

目 录

一、畜类

叉烧芙蓉蛋	(1)
茶米扣肉	(2)
五仁橘香排骨	(3)
脆皮牛肉丝	(4)
金丝蜜南腿	(4)
芝麻牛糕	(5)
剁椒羊肉	(5)
猪头糕	(6)

二、禽类

咸鹅冻豆腐	(7)
天鹅金卷	(8)
农家瓦罐鸡	(9)
凤台风足	(9)
蛋黄焗仔鸡	(10)
OK 凤足	(11)
八宝冻鸭	(12)
火心鸡卷	(13)
糟香鸭	(13)
沙茶鸡柳	(14)
生菜鸡色拉	(15)
芥末鸡丝	(15)
大地回春	(16)
棒豆老鸭煲	(16)

三、蛋奶类

鸭红海苔卷	(17)
日出扶桑	(18)

太阳吻月	(18)
鸽蛋三圆羹	(19)
酥皮蛋黄卷	(19)
鸭红鲑鱼卷	(20)

四、水产类

佛手鲳鱼	(21)
家常萝卜鱼头	(22)
五彩墨鱼圆	(23)
三丝带鱼	(24)
酸辣泥鳅	(24)
脆龙徽子	(25)
麻辣生鱼片	(25)
锅贴鳕鱼	(26)
鲑鱼扣藕饼	(27)
南瓜白鱼	(28)
密瓜鳕鱼	(28)
油酱焗青蟹	(29)
田螺煲老鹅	(29)
酥皮大虾	(30)
荷香藏鳖	(31)
香炸银鱼排	(31)
香菜龙袍	(32)
脆辣咸鱼	(32)
瓜汁鳕鱼	(33)
金沙鳗鱼	(33)
水浴将军扇	(34)
独占鳌头	(35)
箩筐银鱼	(36)
香炸竹蛏	(36)



五、野味类

- 辣子蛇段 (37)

六、粮食类

- 腊八粥 (38)
松香血糯 (38)
血糯腊肉卷 (39)
脆皮香糯卷 (39)
醋熘素排 (40)

七、豆制品类

- 碧螺素鸭脯 (41)
汤浴干丝 (42)
金丝大圆 (42)
梅香酿豆腐 (43)
炸熘素带子 (43)
回卤千张 (44)
香炸臭豆腐 (44)

八、蔬菜类

- 冬瓜菊花 (45)
西兰色拉 (46)
奶油烤二茄 (46)
爆酱鲜黄瓜 (47)
煎酿芋饼 (47)
素焖黄雀 (48)
素炒宝石 (49)
煎烹捶藕 (50)
桃仁芋茭丸 (50)

- 鱼香南瓜条 (51)
五仁红包 (51)
铁板南瓜条 (52)
萝卜球炖四宝 (53)
珍珠三圆 (54)
柠汁金丝 (54)
酥熘海带卷 (55)
奶油酥茄 (55)
甜脆慈姑 (56)
火腿炖白菜心 (57)
南瓜藕粉圆子 (58)
球葱手镯 (58)
淡菜扣素火腿 (59)
芋茭狮子头 (59)
美人菜心 (60)

九、果品类

- 松炸猕猴桃 (61)
酒香苹果 (62)
纸包鲜果 (62)
马托基蕉饭 (63)
地瓜水果色拉 (63)
宫廷蜜枣 (64)

十、综合类

- 春蚕吐丝 (65)
五味柴把 (66)
珍珠萝卜丸子 (67)
鱼羊狮子头 (67)
熘六奶 (68)

叉烧芙蓉蛋是将叉烧肉与炒芙蓉相结合而设计出的创新菜，既有浓郁的特色又有洁白玉嫩的特点。肉丝酱红色，鲜咸味略有回甜，酥烂而香浓。配上香菇丝、笋丝、葱丝，色味兼容，相得益彰。再用芙蓉衬托，高雅、味香。

原 料

叉烧肉 200 g、熟笋 50 g、香菇 30 g、葱白段 30 g、鸡蛋清 4 只、精盐、味精、胡椒粉、精炼油各适量。

制 法

将叉烧肉、笋、香菇、葱白段切成细丝，放入碗中，加鸡蛋清、精盐、味精、胡椒粉拌匀。炒锅上火，放精炼油 500 g，烧至约 120℃ 时放入拌好的原料滑油至熟，沥油装盘即成。

操作要领

- 四种原料切成丝要细而不断。
- 鸡蛋清要先搅均匀起泡。
- 滑油时火候要旺火快速。

叉烧芙蓉蛋





茶 米 扣 肉

茶米是糯米的别称,“扣”是烹调工艺中的一种制作手法,是指将单一或多个原料按菜品设计的要求通过排叠、镶嵌等手法巧妙地紧密配合在一起,经调味加热后形成的菜式。

原 料

猪五花肉(带皮)一块约1 kg、糯米250 g、姜片、葱段、绍酒、红腐乳、胡椒粉、柱候酱、芝麻酱、绵白糖、精盐。

制 法

将猪五花肉切成长薄片,用葱段、姜片、绍酒、精盐腌渍1小时。将糯米淘洗后沥水,再将肉片拣去姜、葱,加入绍酒、红腐乳泥、胡椒粉、柱候酱、芝麻酱、绵白糖拌匀后,逐片粘满糯米,再一片片整齐地排叠在碗中(皮朝下),入笼蒸约1小时,至肉酥烂入味,取出覆入盘中(皮朝上)即成。

操作要领

- 猪五花肉要选小膘猪肉,取硬五花部分。
- 拌调料时达到口味咸鲜、酱香略有回甜。
- 粘糯米时要轻轻地粘上,不宜压紧。
- 在扣好碗后,用保鲜膜封好碗口,以防蒸馏水渗入,影响口味与质量。
- 旺火足气,一气呵成,以防糯米夹生。

五仁橘香排骨是用粳米、糯米、黄豆、花生仁、芝麻等五仁与陈皮一起炒至焦香后磨碎,与排骨一同蒸熟,然后撒上鲜橘皮丝而成。通过加热,五仁香与橘香诸味串和而产生一种特殊的美味。

原 料

猪小排 1 kg, 粳米、糯米、黄豆、花生仁、芝麻各 50 g, 陈皮、鲜橘皮、松肉粉、甜面酱、蚝油、绵白糖、鸡精、精盐、橙皮酊、熟猪油、鸡汤、精炼油。

制 法

将粳米、糯米、黄豆、生仁、芝麻、陈皮淘洗晾干后放入炒锅上小火炒香呈淡黄色,冷却后磨碎待用。将猪小排每根骨头用刀分开,再剁成 6~8 cm 长的段,用 15 g 松肉粉、15 g 绵白糖拌匀,置 30℃ 左右的温度下约 30 分钟,放甜面酱、蚝油、鸡精、精盐、橙皮酊拌匀,腌约 20 分钟,加入熟猪油 50 g、鸡汤 50 g,再拌入五仁粉,装在一垫有锡纸的盘中,大火蒸制 20 分钟,再转小火蒸至酥烂取出,撒上鲜橘皮丝,淋上 30 g 180℃ 的精炼油即成。

操作要领

- 五仁粉的制作要注意控制火候,五仁要用小火慢慢炒制,待散发出浓烈香味,全部变色,再冷后碾成粉。
- 选猪小排时要注意骨头上有足够的肉。
- 用咸味调料时要注意控制菜的总咸度。
- 排骨制嫩时要控制好松肉粉的用量,掌握静置的时间和环境温度。

五仁橘香排骨



脆皮牛肉丝是美国人喜食的一道中国菜,目前在美国东部许多城市较为流行,其风味的形成是建立在四川名菜干煸牛肉丝的基础上,进行了适当的改进。脆皮牛肉丝的特点是酥脆、香辣。

原 料

牛里脊肉 300 g、干辣椒 30 g、葱白段 25 g、西芹 25 g、绵白糖、浙醋、绍酒、酱油、精盐、松肉粉、精炼油、淀粉、鸡蛋、芝麻油。

制 法

将牛肉、葱、西芹均切成丝,牛肉丝先用松肉粉制嫩,再用精盐、鸡蛋上浆,拍上干淀粉,放入油温 165℃ 的油锅炸至外壳起脆捞起。炒锅上火,放精炼油煸干辣椒、葱丝、西芹丝,放绵白糖、绍酒、酱油、精盐、少量水,放入牛肉丝,再放浙醋,用湿淀粉勾芡,淋上芝麻油装盘。

脆皮牛肉丝



操作要领

- 牛肉切丝要顶肌纹切,以保证不塞牙。
- 牛肉制嫩时要放少量绵白糖助嫩,要注意控制温度和时间。
- 牛肉丝炸制很重要,一定要达到脆而酥。
- 糖和醋的比例要按各人的口味而定。



金丝蜜南腿

金丝蜜南腿是一道南北皆宜的甜菜,在婚宴上常见。南腿是指著名的浙江金华火腿,金丝蜜枣是指将河北的金丝小枣用南枣的加工工艺而制成的金丝蜜枣。此菜风味特点是咸鲜甜蜜,红白相间,香醇糯烂。

原 料

金华火腿、河北金丝枣、绵白糖、甜桂花卤、精盐、白兰地酒、精炼油。

制 法

将火腿泡洗干净(去掉咸卤味),上笼蒸熟,压平冷却,切成薄片排扣入碗中(叠一层);金丝蜜枣用沸水烫洗去核,加扣在碗中,撒一层绵白糖,淋些白兰地酒,用保鲜膜封好上笼蒸透,覆入盘中,滗去卤汁。炒锅上火,放少量水,放绵白糖、精盐、白兰地酒、少量精炼油、桂花卤,勾薄芡浇在火腿上即成。

操作要领

- 火腿泡洗要干净,如外表呈黄色,要浸泡在热碱水中刮洗净。
- 扣好碗后蒸制要透。
- 放盐量和火腿的咸度相加不能超过口感的咸度。



芝麻牛糕

芝麻牛糕是一道江苏的特色凉菜,琥珀色,晶体状,有弹性,咀嚼香,为佐酒佳肴。

原料

水发牛筋、熟牛肉、脱壳熟芝麻、香菜、绍酒、精盐、味精、牛肉汤。

制法

将牛筋用牛肉汤上小火煨至熟烂,捞出牛筋,用绞肉机绞碎。熟牛肉、香菜切成末;炒锅上火,放入原牛肉汤汁、牛筋茸,放绍酒、精盐、味精、芝麻、牛肉末烧沸,撇去浮沫,倒入方搪瓷盘中,略凉后撒上香菜末拌匀,冷却后放入冰箱,在1~3℃的温度下冷置2小时后取出,切成片装盘即成。

操作要领

- 要用原汁牛肉汤制作此菜。
- 香菜末可以在凝固前撒入。

剁椒羊肉

江苏靖江、泰兴一带制作羊肉菜颇具特色,尤其善于烧羊肉,无论红烧或白烧都必须带皮,带皮羊肉制出的菜肴汤汁黏稠。剁椒羊肉是一道大菜,在制法上它吸取了扣肉与剁椒鱼头的特点,具有泡椒风味。

原料

羊肋条肉、八角、桂皮、葱、姜、绍酒、豆豉、红泡椒、鲜红椒、花椒粉、洋葱、精盐、鸡精、精炼油。

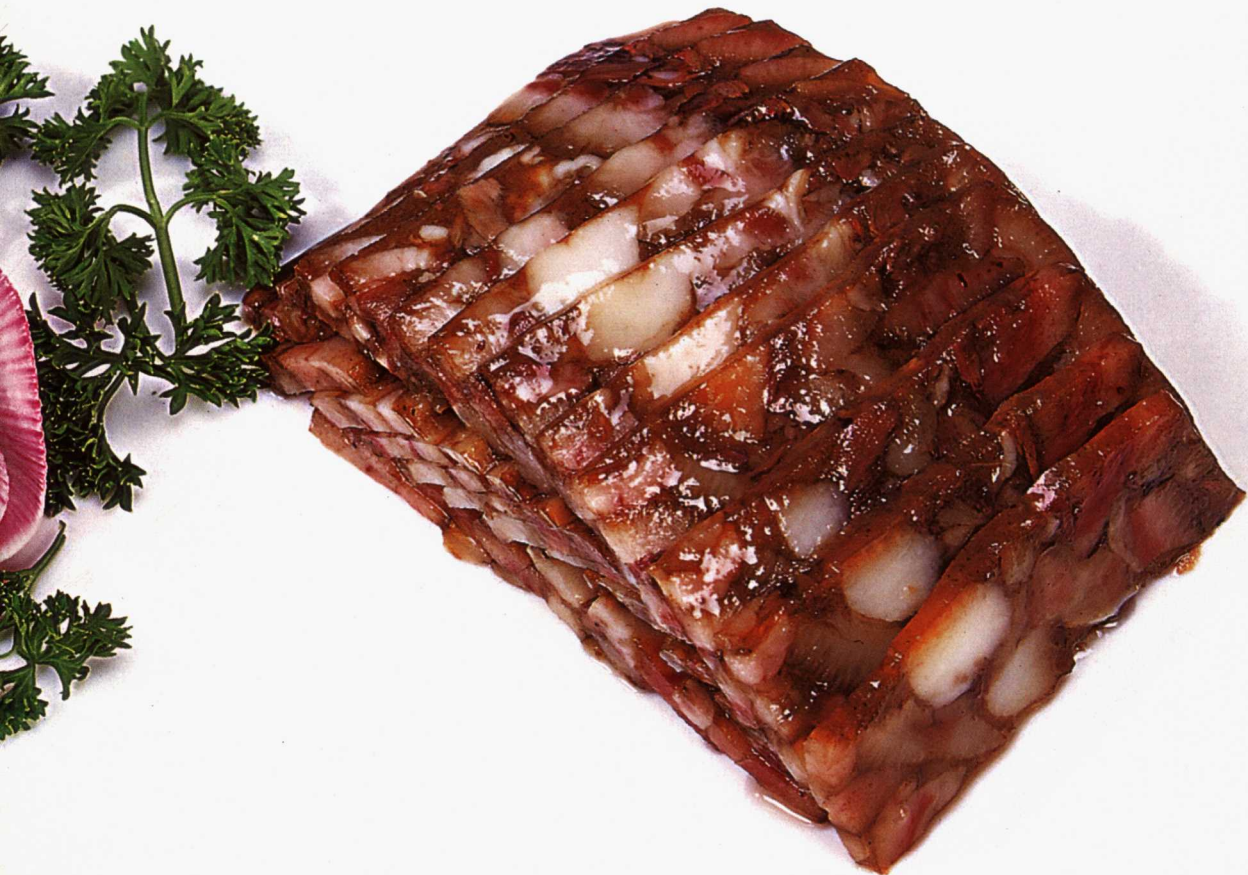
制法

将羊肉带皮去骨刮洗干净,修成约15 cm×15 cm见方的块,焯水后加八角、桂皮、葱、姜、绍酒、水,煮至八成烂,取出肉晾凉切成片状,整齐扣入一只碗中(皮朝下),将豆豉、洋葱斩碎铺在碗中,再放精盐、鸡精、绍酒、原汁羊肉汤,上笼蒸透,覆入盘中(皮朝上);将姜、葱切成丝、红泡椒和鲜红椒均切碎,撒在羊肉上,再撒上花椒粉;炒锅上火,放75 g精炼油,烧至约180℃浇在碎椒上即成。



操作要领

- 羊肉一定要选肋条方肉部位,而且一定要带皮。
- 调料要以红泡椒、花椒为主,形成剁椒、花椒风味。



猪 头 糕

猪头糕是苏北沿海地区农村家常菜,尤其在江苏南通地区,每逢春节来临,当地百姓总要用猪头做上一大盘猪头糕,也有农家用笼布将猪头糕捆扎紧,吊挂在屋梁上慢慢食用。

原 料

猪头 1 只、葱、姜、绍酒、八角、花椒、丁香、小茴香、桂皮、草果、精盐、味精、醋。

制 法

将猪头刮洗净,劈成两半,取出舌头、猪脑,进行焯水、刮洗三次(去净头骨、猪毛、耳污、淋巴、舌苔、松泡状的肥肉等)。锅上火,放入猪头、舌头、猪脑、葱、姜、绍酒、八角、花椒、丁香、小茴香、桂皮、草果,水放至与猪头齐平,烧沸后撇去浮沫,盖上锅盖用小火焖烂;将猪头捞出锅,稍冷切碎;锅上火,放少许猪头肥肉煸至出油,放葱花、姜米煸香,再将全部猪头肉下锅煸透,放原汤汁、精盐、味精烧沸(撇去浮油),装在一只有搪瓷盘中,取一平板压成 4 cm 左右的厚度,冷冻成晶体糕状,食用时,切成片装在盘中,带姜米、醋碟佐食。

操作要领

- 猪头初加工要干净,不能留下血污异味。香料可用一块纱布扎成包。
- 煮熬时尽可能将肥油撇去。
- 放盐调味时,可偏咸点,冷冻后咸度会下降。



咸鹅冻豆腐

咸鹅冻豆腐原系冬季地方菜肴。咸鹅香酥，肥嫩而不腻，冻豆腐松软鲜纯。在江苏，溧阳的咸鹅与仪征的风鹅比较有名。咸鹅与风鹅在农历大雪节气前后腌制，经过不少于一个月晾干，肉质发生了变化，淡红而带有浓郁的腊香，熟制后做凉菜，腊香味美，用于炖汤，汤汁具有腊香味，鲜美可口，若配以冻豆腐，用冻豆腐的海绵状的结构，吮吸鲜汁，使平淡无味的冻豆腐也鲜酥而富有弹性。现代的烘房、冷冻与密封技术，使咸鹅、风鹅、冻豆腐的生产不受时令限制，因此可用来做成常年菜肴。

原 料

咸鹅半只、冻豆腐 6 块、葱段、姜块、青蒜末、绍酒、精盐、味精。

制 法

将咸鹅先用水浸泡 2 小时，再入冷水锅焯水洗净，放入锅中，加水、葱、姜、绍酒烧沸，移至小火上煮至七成烂取出，拆去骨，切成块，再用沸水焯水，沥去水，将咸鹅块、豆腐块同码入沙锅中，放姜块、葱结、绍酒、原汁咸鹅汤，盖上盖，上小火炖约 40 分钟，放精盐、味精调味，撒上青蒜末即成。

操作要领

- 咸鹅泡水很重要，要泡去咸鹅的咸卤味。
- 冻豆腐要冻起孔，否则风味不能突出。
- 炖制宜小火，汤汁保持清醇。



天 鹅 金 卷

“天鹅”是指扬州盐水鹅，已有数百年的历史。其肉香、嫩、鲜美，与南京盐水鸭齐名。用扬州盐水鹅制作的新款菜“天鹅金卷”，是以煲的形式做成的一款热菜。

原 料

熟盐水鹅半只、鸡蛋、猪五花肉、紫菜、葱、姜、蒜头、绍酒、淀粉、胡椒粉、鸡精、鸡汤、精盐、味精。

制 法

将鸡蛋磕入碗中，放少量淀粉、精盐、味精搅匀，将鸡蛋液用炒锅烙成一张蛋皮；将猪五花肉斩成茸，葱、姜切碎与肉茸一起放入碗中，加入一只鸡蛋、适量淀粉、绍酒、精盐、胡椒粉、鸡精，搅匀上劲成肉馅；将蛋皮铺开，抹上一层肉馅，铺上紫菜，再抹上一层肉馅，卷成两根蛋卷，放在盘中蒸制成熟，稍冷却后斜切成块，整齐扣入一只碗中，倒入盐水鹅原卤汁，再上笼蒸制。

将盐水鹅剔去大骨剁成块，装入煲中，加盐水鹅老卤和适量的鸡汤，放蒜泥、鸡精上火烧沸，用淀粉勾米汤芡，再将蒸过的一碗蛋卷覆入煲中，盖上盖烧沸，即可上席。

操作要领

- 要掌握好菜肴嫩度，特别是盐水鹅不宜在火上烧过长时间。做蛋卷的肉要选五花肉，以确保滋润度。
- 要控制好咸度，盐水鹅原卤汤与鸡汤加起来的咸度要恰当。
- 盐水鹅原卤与鸡汤、咸鹅肉、猪肉蛋卷的多种原味相和，通过煲的加温产生一种和合的美味，从而形成这道菜的特殊风味。



农家瓦罐鸡

苏北农村用瓦罐子焖制菜肴，煨汤、熬“香茶”的习俗流传已久。瓦罐外表乌黑，无釉无彩，腰鼓形，上面还翘着个小把儿，质朴无华，它孕育的农村饮食文化，流传至今，具有返朴归真之雅。目前瓦罐菜肴已在许多高级宴席上频频出现，然而，宴席用的瓦罐，大都是釉光彩色、小巧玲珑，既保持了瓦罐保温的性能，原汁原味，又物化、美化了菜肴文化色彩。

原 料

草鸡、鸭血、千张(百叶)、冬笋、火腿、香叶、虾籽、精盐、味精、绍酒。

制 法

将鸡宰杀、褪毛、开膛，掏出内脏，取出肫、肝、心剖开洗净，将鸡剁成块，连同内脏焯水洗净，装入瓦罐。千张裁成条扎成结，冬笋切成柴块焯水，火腿切片，全部装入瓦罐，再放入香叶、虾籽、绍酒烧沸，撇去浮沫，移小火盖焖3小时，放精盐、味精即成。

操作要领

- 草鸡初加工时血、毛等要去净。焯水时间要短。
- 不宜用大火，宜用小火、微火，这样才能保持汤清见底，鲜醇味浓，原汁原味。

凤 台 凤 足

将鸡、鸭、鹅的爪制成菜，这在淮扬传统菜当中，屡见不鲜，如：掌上明珠、水晶舌掌等。凤台凤足为兴化市凤台大酒店首创，以淮扬风味为基础，吸收了粤菜凤足的做法，将小吃品种升格为热菜，颇受欢迎。

原 料

鸡爪、绍酒、蜂蜜、蒜泥、精盐、味精、美极鲜酱油、葱花、味精、精炼油、胡椒粉、葱段、姜片。

制 法

将鸡爪剥去趾甲，削去老茧，洗净焯水，用蜂蜜、绍酒、葱段、姜片腌渍1小时，再放入油温为180℃的油锅中，炸至表层起皱、起脆、呈金黄色时捞起，泡入温水至回软，将每只鸡爪改刀成两截，装入盘中，排叠好，撒上较多的蒜泥、胡椒粉，加姜片、葱段、绍酒、精盐、味精拌匀，蒸制1小时，去掉葱、姜，再撒上蒜泥、葱花，淋上用鸡汤稀释的美极鲜酱油，浇上200℃的葱油50g即成。



操作要领

- 选鸡爪时要注意选大而肉厚的。
- 鸡爪在油炸前要提前从腌制的卤汁中捞起，晾干。
- 注意咸度的控制，美极鲜酱油要用鸡汤稀释后才能用。



蛋黄焗仔鸡

此菜的主要风味是用江苏名产高邮的咸鸭蛋黄将仔鸡锅焗而形成的。由于咸鸭蛋黄中胆固醇、甘油三酸脂、磷脂含量较多,我们在这道菜的制作中加入 50% 的胡萝卜泥,不仅减少了人体对胆固醇的过多吸收,也巧妙地运用蛋黄的脂肪适应于胡萝卜素的脂溶性溶解,恰到好处。

原 料

光仔鸡一只,咸鸭蛋黄 2 只,胡萝卜 100 g、鸡汤、精盐、味精、淀粉、吉士粉、葱段、姜片、绍酒、精炼油。

制 法

将仔鸡剁成块,用葱、姜、绍酒腌渍 10 分钟,拣去姜、葱,再将鸡块拍上粉(淀粉与吉士粉之比例为 2:1),放入油温为 180℃ 的油锅中炸熟。胡萝卜削去皮,与鸭蛋黄同蒸熟烂,压成泥状,加少许鸡汤调匀。炒锅上火,放少许精炼油,放入蛋黄泥、胡萝卜泥,放盐、味精煸炒上劲,放入鸡块锅焗 20 秒钟翻锅,将蛋黄泥、胡萝卜泥均匀地裹于鸡块周围即成。

操作要领

- 鸡块油炸时,火候控制在将鸡块外表结一层硬壳,鸡肉处于刚熟的状态。
- 蛋黄泥、胡萝卜泥煸炒时可适当淋点芡,煸上劲,煸出香味。
- 鸡块锅焗时,要调小火,让蛋黄泥与鸡块能充分融合。

OK 是英语中“好”的意思,在这里,一是形容此菜的色、香、味、形俱佳,二是因为使用了英国的“OK 汁”的缘故。OK 凤足是以“OK 汁”为主要风味调料,将鸡爪制成的一款风味独特的小吃菜肴。

20 世纪 70 年代,广州、深圳、珠海等地引进了英国产的“OK 汁”,厨师以其为主要风味调料,加入酱卤鸡爪的卤汁当中,发现鸡爪的味道更美,由此而产生了一道风味独特的小吃菜肴——OK 凤足。此后它便以色泽枣红、奇香扑鼻、味多而富于变化、形似翠竹而流传至各地。

原 料

肥大鸡爪 20 只、酱油 20 g、绍酒 50 g、葱、姜、豆瓣 50 g、浙醋 25 g、饴糖 50 g、蚝油 60 g、精盐、绵白糖 50 g、OK 汁 50 g、蒜头、洋葱、芝麻油、精炼油。

制 法

将鸡爪撕尽外层老皮,去掉掌心老茧,剁掉趾甲,洗净后晾干,放在一盆中,加酱油 5 g、绍酒 20 g、姜、葱拌匀腌渍约 2 小时,取出稍晾备用。洋葱切成块,豆瓣斩碎。炒锅上火,放入 1 kg 精炼油,烧至油温 200℃时,放入鸡爪,炸至鸡爪皮起皱,色呈金黄时,捞出沥油。炒锅复上火,放入 50 g 精炼油,放入蒜头、洋葱块煸出香味,放豆瓣煸出红油,放浙醋、绵白糖、饴糖、蚝油、OK 汁、精盐、酱油、鸡爪、水(淹过鸡爪)等,大火烧沸后,移小火上焖 4 小时左右,待鸡爪骨肉欲离时,放芝麻油,用大火收稠卤汁,装入盘中稍晾后,分装入食碟中即成,食用时上笼蒸 5 分钟。

操作要领

- 鸡爪的色由操作者控制,主要是腌渍、过油,放酱油、饴糖,要掌握好量。
- 要控制好盐的用量。
- 形态要完整,收稠时不宜翻锅,只能转锅。
- 火候很重要,鸡爪要保证极烂而不变形。

OK 凤 足

