

家庭川味百鸡宴



中国旅游出版社

家庭川味百鸡宴

李乐清 编写

中国旅游出版社

责任编辑：范云兴

封面设计：滕义仿

技术装帧：吴子文

家庭川味百鸡宴

李乐清 编写

中国旅游出版社出版

(北京东长安街六号)

新华书店北京发行所发行

海军大都印刷厂印刷

开本：787×1092毫米 1/32 印张：2.75 字数：56千

1989年1月第1版 1989年1月第1次印刷

印数：18000册 定价：1.20元

ISBN 7-5032-0153-3/Ts·34

目 录

写在前面的话	(1)
川味百鸡宴菜谱	(5)
一、扣鸡	(5)
二、棒棒鸡	(5)
三、烟熏鸡	(6)
四、莲花鸡	(6)
五、沙参鸡	(7)
六、绣球鸡	(7)
七、丝脱鸡	(8)
八、锅烧鸡	(8)
九、生焖鸡	(9)
十、醋熘鸡	(9)
十一、五彩鸡	(10)
十二、粉蒸鸡	(11)
十三、太白鸡	(11)
十四、小煎鸡	(12)
十五、旱蒸鸡	(12)
十六、芪归鸡	(13)
十七、叉烧全鸡	(13)
十八、卤脱骨鸡	(14)
十九、软炸仔鸡	(15)
二十、脆皮全鸡	(15)

二十一、八宝全鸡	(16)
二十二、香菌烧鸡	(16)
二十三、西瓜仔鸡	(17)
二十四、葱烧全鸡	(17)
二十五、八炸仔鸡	(18)
二十六、油淋仔鸡	(18)
二十七、大蒜烧鸡	(19)
二十八、贵州仔鸡	(19)
二十九、姜爆仔鸡	(20)
三十、月母炖鸡	(20)
三十一、家常仔鸡	(21)
三十二、板栗烧鸡	(21)
三十三、肉块烧鸡	(22)
三十四、三菌烧鸡	(22)
三十五、清蒸全鸡	(23)
三十六、贝母全鸡	(23)
三十七、白汁全鸡	(24)
三十八、慈菇全鸡	(24)
三十九、滋补全鸡	(25)
四十、格呢仔鸡	(25)
四十一、五香盐水鸡	(26)
四十二、清蒸板栗鸡	(27)
四十三、沙锅馄饨鸡	(27)
四十四、清蒸淡菜鸡	(28)
四十五、锅贴八块鸡	(28)
四十六、清汤五彩鸡	(29)
四十七、酱烧冬笋鸡	(30)

四十八、热味姜汁鸡	(30)
四十九、五香桶子鸡	(31)
五十、鱼香脆皮鸡	(31)
五十一、家常姜汁鸡	(32)
五十二、清蒸元盅鸡	(32)
五十三、黄焖磨菇鸡	(33)
五十四、八宝糯米鸡	(33)
五十五、五味脆皮鸡	(35)
五十六、芙蓉鸡片	(35)
五十七、玻璃鸡片	(36)
五十八、乌云鸡片	(36)
五十九、椒麻鸡片	(37)
六十、红油鸡片	(37)
六十一、糟醉鸡片	(38)
六十二、鲜熘鸡片	(38)
六十三、锅贴鸡片	(39)
六十四、五彩鸡片	(40)
六十五、宫保鸡丁	(41)
六十六、慈菇鸡丁	(41)
六十七、香辣鸡丁	(42)
六十八、辣子鸡丁	(42)
六十九、陈皮鸡丁	(43)
七十、花椒鸡丁	(44)
七十一、碎米鸡丁	(44)
七十二、桃米鸡丁	(45)
七十三、珊瑚鸡丁	(45)
七十四、鲜熘鸡丝	(46)

七十五、菊花鸡丝	(46)
七十六、鱼香鸡丝	(47)
七十七、平菇鸡丝	(47)
七十八、蒜薹鸡丝	(48)
七十九、青椒鸡丝	(48)
八十、四味凉鸡丝	(49)
八十一、胡豆鸡丝	(49)
八十二、酱烧鸡条	(50)
八十三、板栗鸡条	(50)
八十四、盐水鸡条	(51)
八十五、葱烧鸡块	(51)
八十六、怪味鸡块	(52)
八十七、软炸鸡块	(52)
八十八、面包鸡饼	(53)
八十九、芝蔴鸡饼	(54)
九十、花油鸡卷	(54)
九十一、如意鸡卷	(55)
九十二、红烧鸡卷	(55)
九十三、鸡豆花	(56)
九十四、双色鸡圆	(57)
九十五、金钩鸡塔	(57)
九十六、醋熘凤脯	(58)
九十七、红烧鸡翅	(58)
九十八、生烧鸡翅	(59)
九十九、蚕豆鸡米	(60)
一〇〇、鲜熘鸡米	(60)
一〇一、三鲜鸡糕	(61)

一〇二、桃酥鸡糕·····	(61)
一〇三、金钩鸡淖·····	(62)
一〇四、番茄鸡淖·····	(62)
一〇五、鱼翅鸡淖·····	(63)
一〇六、鸡蒙冬苋菜·····	(64)
一〇七、鸡皮烧青笋·····	(64)
一〇八、青元鸡丝汤·····	(65)
一〇九、鸡火白菜汤·····	(65)
一一〇、鸡肘心汤·····	(66)
鸡的原料、烹制加工知识·····	(67)
有关名词术语解释·····	(75)
编写说明·····	(79)

写在前面的话

——鸡 的 故 事

中国是世界上最早饲养鸡的国家之一，据历史文献记载，早在公元前一千四百多年就开始了养鸡。我国培育出的鸡种很多，广泛流传于各个国家，各国的鸡种都和中国的鸡有血缘关系。鸡的祖先叫做“原鸡”，它翅膀较短，身体较小，重量较轻，飞翔不高，是一种野禽。据生物学家研究考证：中国是“原鸡”的故乡之一。在当初，原母鸡一年只能下十个蛋，那只是为了自身繁衍后代所用，人们并不知道食用它。原公鸡善于鸣叫，鸣叫的声音可达20余秒，所以，人们在古代没有钟表，使用原公鸡鸣叫这一特点来计时，在我国古书中还有“犬守夜、鸡司辰”的记载。据考证，大约在五千年前，原鸡才被驯化成家禽，人们在这时便知道用来食用其肉了。当然，把鸡用作娱乐工具也是一项重要活动。在我国古代，人们专门驯养了“斗鸡”，用来娱乐游戏，上至王公贵族，下至黎民百姓，人人爱好，参预观看，并逐渐发展为一种赌博之风。相传古代山东的“寿光鸡”十分有名，长得高大，善斗，家家饲养。当地人连自己女儿出嫁，拿几个种蛋到公婆家去，都不允许。当时还有一种头像锥棒的斗鸡，两腿很长，特别凶猛，像个“武士”一样。中国斗鸡传统风俗影响极大，并发展到了国外。

鸡是一个十分庞大的“家族”，全世界现在鸡的品种已达三百多个，按照品系来分也有一百七十多个，人们通常饲养的只有七十余种。一般可分为四类：即肉用鸡、蛋用鸡、观赏鸡和斗鸡。肉用鸡是专供人们食用的鸡。它的饲养是选择了专门的肉用鸡种，在一定的条件下饲养的。具有时间短、生长快，肉多而嫩的特点，但味道上不及其它鸡肉。我国肉用鸡品种不少，较有名的有：江苏的狼山鸡、山东的“九斤黄”、广东的惠阳鸡、上海的浦东鸡、北京的油鸡、湖北的洪山鸡等；从外国引进的肉用鸡有奥平顿、白洛克、澳洲黑、康尼鸡等。产蛋鸡以“来亨鸡”为冠军，原产于意大利来弯港。一只鸡一年一般可产蛋240~370个左右。中国的浙江“仙居鸡”，每天可产蛋1~2个，当地人称之为“家珍”。肉蛋兼用鸡，较有名的有：河南的固始鸡，从国外引进的“九斤黄”、“来亨鸡”，还有杂交而成的洛岛红鸡等。观赏鸡有日本的长尾鸡等，还有一种矮脚鸡，脚几乎看不到，此外，球冠鸡由于头顶着一个大绒球，显得很美，也很有名。斗鸡的品种较多，除中国的斗鸡外，日本、印度、马来西亚等国的斗鸡也很出名。奇怪的是，非洲的津巴布韦有一种“辣鸡”，全身散发着浓烈的辣味，烹制熟了，连肉汤都是辣的。

中国还有一个著名的鸡种，叫做“乌鸡”，它产于江西省泰和的武山下，也叫“竹丝鸡”，这是一种珍贵的药用鸡，虽然全身长着白色的绒毛，但皮、肉、骨均是乌黑的。据说这种鸡常饮武山下的泉水，因泉中含矿物质，便增加了鸡肉的药用价值。用它炮制的中成药“乌鸡白凤丸”治疗妇女病，效果颇佳。

鸡肉在各种肉类中以味道鲜美而著称，鸡菜在各种菜肴

中更是一朵奇葩。我国八大菜系中鸡菜不下几百种。食之各有风味，人人喜爱。江浙地区的“叫化鸡”、湖南的“东安子鸡”、河南的“道口烧鸡”、四川的“宫保鸡丁”、江西的“流浪鸡”等等，历史悠久，风味独特。中国以鸡为原料的菜肴丰富多彩，饮誉中外，目前世界上还没有哪个国家可与之媲美。我国人民之所以宠爱鸡肉，不仅因为它是佐膳之佳肴，而且因为它是“营养之源”。科学分析表明：鸡肉里面蛋白质含量高达23.2%，比猪肉、羊肉、牛肉、鹅肉的蛋白质高三分之一或一倍以上。而鸡肉的脂肪含量只有1.2%，比各种家禽畜肉低得多。由于鸡肉的营养价值高，产妇、老年人、体弱多病者吃些鸡肉是非常有益的。

鸡肉不但是美味佳肴，而且有很高的药用价值，民间称之为“济世良药”。祖国传统医学认为：鸡的全身均可入药，鸡肉有益五脏、补虚损、健脾胃、强筋骨、活血脉、调月经和止白带等功效；鸡肝有补肝、益肾、安胎、止血、补血、治夜盲的作用；鸡心有补心、镇静、安神之功；鸡肾可治头晕眼花、咽干盗汗等症；鸡胆汁有清热、解毒的功效；鸡脑能补脑益心，可治多梦易惊、小儿惊痫；鸡油可治头秃、脱发；鸡血有补血和养血安神的作用。近年来的研究还证明，鸡血对支气管炎、功能性子宫出血、哮喘、溃疡病和慢性肝炎有一定的疗效。鸡胃里的“鸡内金”是常用中药，有很高的药用功能，因为它含有大量的胃消化酶，对于食欲不振，消化不良，宿食腹胀，小儿食积，遗精阳痿，月经不调，口疮肿毒等都有良好的疗效。药用鸡以乌鸡最好，有白毛乌骨、黑毛乌骨、斑毛全乌、骨肉全乌等品种，主治一切虚损之症，月经不调、白带过多、不孕症、腰酸腿疼、贫血萎黄、结核盗汗、头晕耳鸣等症。中医用鸡治病，

认为公鸡、母鸡有所不同点。即公鸡属阳性，善补虚弱，用于青、壮年男性患者；母鸡属阴性，用于老年人、妇女、产妇及体弱多病者为宜。

川味百鸡宴菜谱

一、扣 鸡

原料：带骨鸡肉500克，胡萝卜250克。

调料：葱段15克，姜米10克，葱花5克，花椒25克，胡椒1克，精盐5克，料酒10克，鸡汤150克。

制法：将鸡肉放在汤锅内氽一下，斩成4厘米长、1.7厘米粗的条，依刀口排入碗内（鸡皮向下）。胡萝卜切成“滚刀块”，放在鸡肉上面，放入姜、葱、花椒、盐、胡椒、料酒、鸡汤，上笼蒸熟烂，拣去姜、葱、花椒，翻扣在汤盘内，撒上葱花即成。

特点：质地嫩软，清香爽口。

二、棒 棒 鸡

原料：嫩公鸡脯肉、腿肉250克。

调料：白糖10克，酱油10克，花椒面2.5克，葱丝5克，香油5克，辣椒油5克。

制法：将鸡脯肉、腿肉放入汤锅中，煮约10分钟至肉刚熟时，捞出沥干晾冷。再用小木棒轻捶，使鸡肉松软。然后将鸡肉撕成丝放入盘内，葱丝放在上面。取碗一个，放入酱油、白糖、味精、花椒面、香油、辣椒油调成汁，淋在鸡丝

上即成。

特点：鸡肉细嫩，咸甜麻辣味俱备。

三、烟熏鸡

原料：肥仔鸡1只，卤水适量，熏料适量。

制法：将鸡宰后除净毛及内脏，从鸡腿膝部砍去脚，下卤水卤烂，再放入沸油锅内泡一下捞出。用碎米糠100克、柏树枝砍成碎节，放在熏锅底部，将锅置火上，放上烟熏专用蒸笼，将鸡放笼内熏，中途翻动几次，鸡身全部熏黄后才取出，砍成小块入盘。

特点：鲜味奇特，辛香突出。

四、莲花鸡

原料：鸡脯肉100克，鲜笋50克，火腿50克，莲子50克，海带10克，虾米5克，鸡蛋1个，糯米100克，猪化油50克。

调料：精盐10克，味精1克，胡椒0.5克。

制法：将发好的虾米放入碗当中，莲子发涨去心摆在虾米周围。鸡脯肉煮熟连同海带、火腿、鲜笋均切成直径约3厘米的正方形片，分层摆入碗内。鸡蛋煮熟，剥壳去蛋黄，将蛋白切成四瓣嵌入碗内，然后将糯米下锅煮熟捞起沥干放入猪化油拌匀按在碗内，入笼蒸熟之后，翻入汤碗中灌入加味的鲜汤即成。

特点：碗内摆形如莲花，味鲜可口。

五、沙 参 鸡

原料：肥母鸡 1 只，沙参 200 克，花油（猪网油） 100 克。

调料：精盐 5 克，姜米 5 克，葱花 25 克，味精 1 克，胡椒 0.5 克，料酒 10 克，鲜汤适量。

制法：将鸡宰杀后除尽毛去内脏去头脚。沙参下锅煮涨切成短节装入鸡肚内。然后将鸡放在蒸钵内将花油披在鸡上，加进鲜汤和各种调料，用纸将钵口密封，入笼蒸四个小时左右，将鸡蒸烂即成。

特点：味鲜香，质烂嫩，富有营养，可补中益气，清肺化痰，生津止渴。

六、绣 球 鸡

原料：鸡脯肉 200 克，鸡蛋 2 个，火腿 50 克，冬笋 50 克，香菌 25 克，干贝 5 克，淀粉 25 克，猪化油 25 克。

调料：精盐 5 克，味精 1 克，胡椒 0.5 克，料酒 25 克，葱花 25 克。

制法：先将鸡脯肉捶成茸，用清水搅散，加精盐、味精、鸡蛋清、淀粉调成糊，制成圆子。火腿、冬笋、香菌切成碎片，干贝洗净发涨撕成短丝，一并调匀滚动粘在圆子上，然后放盘内入笼蒸熟，翻入汤碗内，用鲜汤加调料勾二流汁淋在圆子上，撒上葱花即成。

特点：肉质烂嫩，汤味咸鲜清香，最宜酒后食用。

七、丝 脱 鸡

原料：鸡腿15个，菜子油100克。

调料：精盐1克，酱油10克，姜5克，葱10克，花椒1克，冰糖50克。

制法：将鸡腿修理，整洗干净，用刀尖将每个鸡腿刺切成纹路，然后加进精盐、酱油、葱及花椒码入味。锅内下油烧至七成热，将鸡腿炸成浅黄色捞出。锅里放鲜汤少许烧开后，将鸡腿放入，并加入冰糖、酱油、胡椒、姜葱等调料移至文火上煨到脱骨时即熟，然后将鸡腿舀出淋麻油上席，或者将鸡舀出后码放在盘中。将锅内的汁收稠淋在鸡腿上。还可以将鸡先油烧后下锅烩熟然后装碗定型入笼蒸烂，上菜时翻入盘中。

特点：鸡肉脆嫩，鲜香可口，最宜下酒。

八、锅 烧 鸡

原料：肥母鸡1只，火腿25克，泡红海椒5克，香菌25克，鸡蛋1个，清油耗100克。

调料：精盐2.5克，酱油50克，白糖100克，胡椒1克，葱25克，五香粉50克，姜1块，麻油25克。

制法：将鸡宰杀后去毛，在腹部开口去内脏洗干净。五香粉、胡椒用布袋包好扎紧。锅里加水烧开后加进五香胡椒袋和酱油、白糖，烧开后即将鸡下锅加葱姜煮，直到将鸡煮成深红色五香味渗透到鸡肉中后，即将鸡捞出。另用锅下清油（菜子油）烧到七成热时，将鸡下锅炸成皮骨酥脆时取

出，砍成大块，依照整鸡形状摆入盘中。熟火腿切成细丝，泡红海椒入油锅泡一下切成细丝，香菌入煮鸡的五香锅内煮透后切成细丝，鸡蛋摊成蛋皮切成细丝，葱也撕成细丝。将各丝扎起铺在鸡身的背面，如羽毛状，均匀地淋上麻油即成。

特点：形如整鸡，酥脆而香。

九、生 焖 鸡

原料：带骨鸡肉500克，猪化油100克。

调料：精盐2.5克，豆瓣50克，泡海椒100克，白糖25克，醋25克，姜15克，葱25克，水淀粉25克，料酒25克。

制法：先将鸡肉砍成50克重的三角形块。锅内下猪化油烧至七成热时，将鸡肉下锅加精盐、料酒，煸干水气，将鸡肉拨在锅边，将豆瓣下锅炸后打去渣，然后放进糖、醋、姜、葱和泡海椒，加适量鲜汤烧开后在文火上焖熟，再加水淀粉把汁收浓即成。

特点：汁浓味鲜，鸡肉耙香。

十、醋 熘 鸡

原料：仔公鸡脯肉250克，莴笋50克，泡红海椒25克，鸡蛋2个。

调料：干细淀粉40克，蒜米10克，姜米5克，葱花15克，酱油15克，醋15克，味精0.5克，白糖2.5克，精盐1.5克，水淀粉5克，鲜汤25克，猪化油100克。

制法：将公鸡肉拍松切1.5厘米大的丁。把精盐、鸡蛋