

ART OF COOKING
BY FAMOUS CHINESE COOKS
HUA HUI SHENG

 辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

中华名厨
花惠生

烹饪艺术

花惠生 著

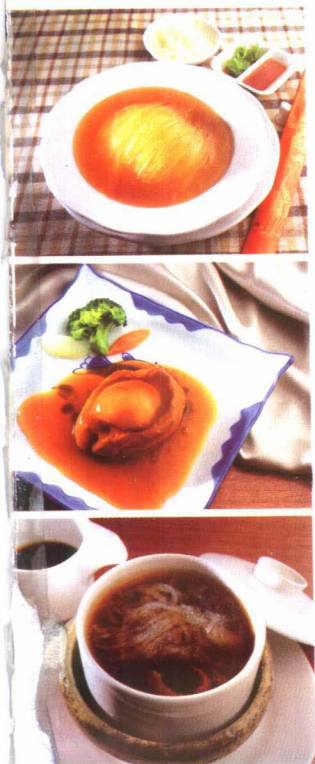




中华名厨 花惠生烹饪艺术

Art of Cooking By Famous Chinese Cooks Hua Huisheng

花惠生◎著



辽宁科学技术出版社
· 沈 阳 ·

《中华名厨》丛书编委会

主 编：刘广伟 戴书经 张汝才 孙晓春

丛书策划：刘兴伟

编 委：（按姓氏笔画排列）

王 庆	王 新	王志春	王晓丽	王维坤
王福成	史正良	卢永良	刘广伟	朱凤云
孙晓春	许菊云	李培雨	张汝才	花惠生
吴 颖	杨东林	陈来彬	武 斌	姜 忠
徐世阳	高炳义	梁玉成	曾翔云	戴书经

图书在版编目（CIP）数据

中华名厨花惠生烹饪艺术/花惠生著. —沈阳: 辽宁
科学技术出版社, 2001. 3

ISBN 7-5381-3361-5

I. 中… II. 花… III. 菜谱—中国 IV. TS972.
182

中国版本图书馆CIP数据核字（2000）第85918号

出 版 者：辽宁科学技术出版社

（地址：沈阳市和平区十一纬路25号 邮编：110003）

印 刷 者：辽宁美术印刷厂

发 行 者：各地新华书店

开 本：787mm × 1092mm 1/16

字 数：60千字

印 张：8

印 数：1~5 000

出版时间：2001年3月第1版

印刷时间：2001年3月第1次印刷

责任编辑：刘兴伟

封面设计：耿志远

版式设计：于 浪

责任校对：李 雪

定 价：50.00元

邮购咨询电话：024-23284502

序

在 21 世纪的元年，一套专门介绍中华厨艺精英、美食精华的大型系列丛书《中华名厨》即将付梓。它是当代百位中华名厨高超技艺、骄人业绩的一个缩影，它不仅是为厨者树碑立传，更是为了向世界展示中华民族光辉灿烂的饮食文化。美籍华人赵浩生先生说，有海水的地方就有人群，有人群的地方就有华人，有华人的地方就有中餐馆。由此可见，中餐文化正在无地域性地光大与远播。这就是说，中餐文化不仅仅属于中国，而且属于世界，为人类所共同享有。如此评价中餐文化，是一个更高的视角，是一个客观的视角。由此想到众说纷纭的中国菜系问题，我一直认为以往的八大菜系、四大菜系之争议，说到底就是个地域性分类问题。那么，现在我们应该从全球的角度来重新认识中餐文化地域性的划分？是否可以划分出本土派、外域派？是否可以划分出东亚派、南亚派？是否可以划分出北美派、北欧派？诸类等等。口味的多样性与营养的平衡性，是中餐文化立足于世界的两大优势，是相辅相成的。可以断言，如果说 20 世纪的中餐是以口味的多样性而被各国人们所接受。那么，21 世纪的中餐则将以其营养的平衡性而在全世界得到更多人们的喜爱。21 世纪的中餐厨师将更加受人尊敬。

作为厨者，要具备三个条件：一是能吃苦。厨行属于勤行，夏天面对一团热火，冬天时常两手冰水，吃不了苦，学不了厨；二是头脑灵。事厨貌似粗活，实则离不开智慧，离不开艺术，离不开创造；三是不自满。从厨应谦虚，这是因为学到手的菜，永远不如没学到手的菜要多，深谙此理就会永不自满，掌握更多的厨艺。具备这三个条件，才有可能成为大厨。

作为厨者，要经过三个阶段：一是求像。追求如何像书本、像师傅、以像为目的；二是显技。乐意显示所掌握的技巧，能做很多菜品，会别人所不会，有高超的烹调技能；三是适客。能根据原料、环境、客人的不同，随心所欲施烹施味，造化创新以味媚客。进入第三阶段，才算烹饪大家。

作为厨者，要追求三个标准：一是厨德。要不断提高自身的修养，追求人格的高尚品位。不如此，即使掌握了一定的技术，也难臻最高境界。德有多高艺

有多高；二是厨艺。厨艺是为厨的立身之本，学无止境，需要且琢且磨、精益求精；三是厨绩。应有卓越的厨绩。理论有建树，厨艺有风格，菜式有品牌，授业有来者。达到这三个标准，才可称中华名厨。

本套丛书计划用三五年的时间，从全世界范围内选出百位成就非凡、德才兼备的中餐名厨，出百种书，全面介绍他们的厨艺作品，展示他们的卓越才华。他们既是中华厨艺的优秀代表，又是各个区域菜品艺术的顶尖人物。每个人都有各自的绝活，每个人都精通一方菜系。他们大多都是我的好友，有的在国内，有的在国外，很多都到东方美食学院来授过课、传过艺。他们既是老厨艺的继承者，又是新厨艺的开拓者，是千千万万厨师中的佼佼者，他们为中餐文化的发展做出了巨大贡献。

社会进步、市场繁荣、物流畅达，人们的口味在不断变化，在 21 世纪刚刚开始的时候，推出这套丛书是非常有意义的。我们处在一个高速发展的时代，新原料、新厨具、新工艺层出不穷。也许再过一百年，这些菜品已不再时兴，但名厨依然是名厨。这不仅仅在于他们的厨艺，更在于他们的厨德和厨绩。我确信，未来百年中华厨艺兼收并蓄，将有更大的发展；我确信，《中华名厨》对年轻一代厨师的承前启后，将发挥不可估量的作用；我确信，21 世纪的厨师能够成为真正的烹饪艺术家；我确信，21 世纪的中餐能够更多地走进世界各地的 Hotel，能够更好地为人类提供美味与健康，这不仅仅是我，也是我们这一代中餐厨师的共同心愿。

东方美食杂志社社长
东方美食学院院长

刘广伟

2001 年 1 月

老老实实为人 认认真真做菜 (代序)

中国烹饪技艺历史悠久源远流长，菜式纷呈，是我国人民长期辛勤劳动的结晶和中华民族灿烂文化的瑰宝。

中国幅员辽阔，自然条件各异，各族人民饮食习惯亦不尽相同。他们在长期的劳动中创造出富于地方特色和风味不同的多种菜系、各类美味佳肴。其中作为四大菜系之一的淮扬菜系早以“中国饮食文化一颗明珠”为人们所称颂，其影响遍及长江中下游地区，在国内外享有盛誉。

江苏地处长江下游，东濒黄海，西拥洪泽，南临太湖，长江横贯于中部，古运河沟通南北，河塘淀泊星罗棋布，气候温和，盛产鱼、虾、蟹、粮油珍禽、鲜蔬野味，有“鱼米之乡”之称。素以物产丰富，人文荟萃，商贸发达，饮食兴旺，历代名厨高手辈出而著称于世。中餐高级烹饪技师花惠生便是当代淮扬名厨高手杰出的代表之一。

花惠生生于苏州浒土关，毕业于吴县烹饪学校，先在木渎石家饭店、苏州西山金庭饭店、启蒙师傅杨根泉、张盘生、杨小毛。1978年到南京丁山宾馆从事烹饪工作，师从名师徐鹤峰。1983年进入江苏省首家五星级饭店、世界一流饭店组织成员(The Leading Hotel Of The World)——南京金陵饭店。他处处拜师求教，苦练烹饪技艺，钻研业务理论，不断提高自己的知识素养，以惊人毅力，练就了一身过硬本领，积累了丰厚的中式烹饪理论底蕴，他的不凡身手在众多厨师中传为佳话，曾赴日本、新加坡东方文华酒店学习交流。他列任案板、炉灶分点厨师长、中餐总厨师长，中西厨行政总厨。

花惠生苦苦钻研，孜孜以求，对烹饪技法和厨艺理念有独到见解。他不仅较好地继承了淮扬菜选料严格、刀工精细，以水鲜为主，汇江河湖海特产为一体，注重配色，讲究造型，擅长炖、焖、煨、炆、清新平和，咸甜适中，酥烂脱骨而不失其形，滑嫩爽脆而显本味的特点。他还对川、湘、粤菜颇有研究，尤其精通火候与口味的调和，所制菜肴色、香、味、形一步到位，整鸭出骨两分钟内即可完成，显示了扎实精湛

的技术功底。他亲自设计国宴菜单并主理过诸多外国首脑如前朝鲜劳动党总书记金日成、法国总统密特朗、美国前总统布什、比利时首相德阿纳、刚果总统卡比拉、泰国王储玛哈·哇集拉隆功、新加坡内阁资政李光耀及党和国家领导人出席的宴会。他烹制的精美肴馔，受到中外嘉宾的一致好评。为知名人士霍英东博士设计的“无油、少盐”的宴会菜单，霍博士用餐后亲自找到他表示衷心感谢，对菜肴赞不绝口。

花惠生善于与外地宾馆、饭店合作，“走出去，请进来”，不断推出各种形式、风味的食品节，亲自率队到北京、上海、广州、珠海、四川、浙江等地，远及美国、新加坡、泰国、香港、台湾等国家和地区举办淮扬美食节，创立了“金陵美食”的瑰丽形象。

在泰国蓝波人酒店(Blue Wave Hotel)表演淮扬美食技艺，他巧手掌勺，精心烹制，将淮扬菜鲜纯爽口、南北适宜的特点发挥得淋漓尽致。

他应邀赴美国夏威夷参加第50届“水仙花皇后艺术节”在“世界名厨汇演”中大展烹饪绝技，受到与会者的高度赞扬，夏威夷电视台还作了现场直播。

他曾率队赴香港怡东酒店和香港文华酒店举办“中华淮扬菜巡礼”，引得美食界与演艺界人士蜂拥而来。

最具影响的是1998年8月，应台湾福华大饭店的邀请，他亲率4位精英高厨，携3套国宴菜单，29款淮扬名菜赴台献艺，在台湾引起轰动。无论是在台北、台中，还是在高雄，“美食节”天天宴开数十桌，场场爆满，仅在台北的7天时间，就接待了3000多次宾客就餐。台湾极有影响的《中国时报》载文说：“台湾福华大饭店和南京金陵饭店的合作，首开了海峡两岸五星级饭店饮食文化交流的先河，也为惯于举办异国美食节的台湾五星级饭店注入了一股新鲜气息。”

1999年7月，花惠生率队赴杭州五洲大酒店举办“金陵风味美食节”，在杭城掀起了一股“金陵热”。此次食品节亦成为金陵饭店从宣传淮扬美食到大张旗鼓弘扬“金陵美食”的一个重大转折，标志着金陵饭店已形成一套自己风味特色菜肴。

“老老实实为人，认认真真做菜”是花惠生的座右



铭。在研究淮扬本帮菜的同时，他还细心揣摩客人求新、求异的饮食心态，适应时令不断推出新菜牌，“夏之冬”、“荷香满苑”、“金秋烧烤”、“民族风情宴”等颇具特色的促销活动，备受八方宾客青睐。

他身体力行，和海内外名厨高手切磋技艺，同时征询美食各家的意见，挖掘传统名菜，在淮扬菜的基础上，博采众长，熔古今中外名菜于一炉，开发出一系列极富特色的名菜名点，达到了色、香、味、形、器、情、景的完美结合。他创制的“八宝凤翼”、“南腿金勾翅”两菜入选《全国五星美食》一书；“黄油焗龙虾”、“酥皮海味”两菜在由138家星级饭店、260多名选手参加的江苏省旅游饭店名厨名菜交流展示会上，脱颖而出，获总分第一，并荣膺“最佳创新名菜名点”，他本人被誉为“五星名厨”；“双龙粉皮煲”、“瓜茸活鲍”等菜点，深受美食节欢迎，已列入金陵饭店八大名菜；“蟹粉粉皮煲”脍炙人口，多次出现在国宴中，受到极高评价；“小龙虾氽鲫鱼”物美价廉，受到不同层次人士喜欢，一时成为当地餐馆争相效仿的名肴，在社会上广为流传。

花惠生努力倡导创新。1990年组织成立了“金陵饭店菜肴研制控制中心”，长期深入市场调研，广泛收集各类菜肴的制作方法与发展动态，充分发挥厨师们的聪明才智，注重标准化、科学化的菜肴制作方式，先后举办了九届创新菜大奖赛，共创新菜点160余款，款款可口，风味隽永。对如何创新，他有不少创见，他认为：“要用科学理论指导创新，宾客才是真正的美食家，他们的需求才是我们创新菜努力的方向。”“在菜肴制作上一定要精益求精，每做一道菜，就要把它当做一件艺术精品展现在客人面前。”“创新菜要跟得上时代的步伐，又要有较高的文化口味。”“厨师的最高追求就是‘有味变无味，无味变有味’。”

花惠生积极探索餐饮“中西合璧”的课题，大胆运用西餐的烹调方法和原料，采用中餐菜，西式装盘的方法，客人在保持原有用餐习惯的同时，又享受到西方饮食文化的氛围。“酥皮焗鱼翅”、“鳕鱼香卷”、“酥盒芙蓉虾仁”、“五彩酥盒龙虾”、“龙虾鲜茄茸”，多

次用于国宴，好评如潮。马来西亚副总理安瓦尔·伊卜拉还亲自到后台询问菜肴的制作过程和配方。

花惠生极为重视烹饪理论研究，把自己的所得毫不保留传授给同行，他辛勤耕耘的成果已凝聚成数万余字、图文并茂的《金陵饭店食谱88》、《金陵饭店点心100》两本书，集中体现了一流餐饮水准和金陵美食特色，风格自成一家。百忙之中，他曾多次去南京旅游学校授课。《东方美食》杂志特为其开辟“花厨谈艺”专栏，介绍他的卓越厨艺、精美菜品、经营思路、管理经验。

1999年6月法国“世界顶级名厨”组织获准他成为内地惟一的“世界名厨协会”会员，他的杰出厨艺得到国际认同，从此跻身于世界名厨之林。其高超厨艺和管理能力也得到社会承认，1996年他当选为江苏省劳动模范。2000年3月，国家人事部和国家旅游局授予他“全国旅游系统劳动模范”称号。

30年的刻苦钻研，不懈追求，花惠生在发展淮扬菜，弘扬中华饮食文化方面做了大量工作，付出了极大的心血和汗水，为菜肴创新做出了突出贡献，所制菜品清新雅丽，力避空泛，务求实用，体现其厨艺正向更深、更广的领域迈进。

闻《中华名厨花惠生烹饪艺术》一书出版，欣然提笔为序。

卢明

庚辰重陽

(中国美术家协会理事

美术家协会江苏分会主席)





花惠生个人简历

A Biographical Sketch of Hua Huisheng

1956年8月16日 出生于江苏省吴县市浒士关镇
 1963~1969年 吴县浒关中心小学读书
 1969~1972年 浒关中学读书
 1972~1973年 吴县烹饪培训班就读1年
 1973~1978年 西山金庭饭店从事烹饪工作
 1972~1980年 中国江苏苏州西山饭店从事烹饪工作
 1980~1983年 中国江苏南京丁山宾馆中餐厨师
 1983年8月~ 中国南京金陵饭店餐饮部, 历任中餐宴会
 1989年4月 组厨师、领班
 1988年 任中国南京金陵饭店中餐厨师长
 1989年5月 赴新加坡东方大酒店学习厨房管理
 1990年4月 任南京金陵饭店餐饮部总厨师长
 1990年12月 获金陵饭店店级标兵
 1991年~ 连续4年荣获中国江苏省旅游行业先进
 1994年 工作者称号
 1993年5~ 赴新加坡东方文华酒店学习餐饮管理1
 6月 个月
 1994年4月 率团赴泰国 Blue Wave Hotel 举办淮扬菜
 美食节
 1995年 出版《金陵食谱》, 任副主编
 1996年8月 获中国中餐烹饪高级技师职称
 1996年10月 获中国江苏省劳动模范
 1998年8~ 率团赴台湾福华大饭店举办淮扬菜美
 9月 食节
 1998年8月 任南京金陵饭店行政总厨师长
 1998年12月 在中国江苏首届星级旅游饭店名厨名菜
 (名点) 交流活动中, 获“五星名厨”称号
 1999年2月 应邀赴美国夏威夷水仙花艺术节献艺
 28日~3月11日
 1999年 出版《金陵点心100例》, 任副主编
 1999年6月1日 加入法国“世界顶级名厨”组织, 并获
 准名厨协会会员
 1996~1999年 每年一次, 应邀赴香港怡东或东方文华
 酒店举办淮扬菜美食节
 1999年7月 应邀赴杭州五洲大饭店举办金陵风味美
 食节(此次食品节是宣传淮扬美食到金
 陵美食的转折)
 2000年3月 被人事部和国家旅游局授予“全国旅游
 系统劳动模范”称号

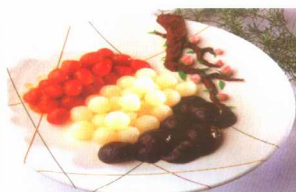
Aug. 16, 1956 born in the town of Huguan, Wu County, Jiangsu
 Province.
 1963 - 1969 studying at the Central Elementary School of
 Huguan, Wu County
 1969 - 1972 studying at Huguan Middle School
 1972 - 1973 studying at the cook training class in Wu County
 1973 - 1978 working as chef at Xishan Hotel, Suzhou, Jiangsu
 Province, China
 1972 - 1980 working as chef at Xishan Hotel, Suzhou, Jiangsu
 Province, China
 1980 - 1983 working as chef of Chinese cuisine in Dingshan
 Hotel, Nanjing, Jiangsu Province, China
 Aug. 1983 - working as banquet chef, head chef, at the
 department of food and
 April 1989 drinks, at Jinling Hotel, Nanjing, China
 1988 head chef, department of Chinese food, Jinling Hotel,
 Nanjing, China
 May 1989 studying kitchen management in Eastern Hotel,
 Singapore
 April 1990 head chef, department of food and drinks, Jinling
 Hotel, Nanjing
 Dec., 1990 honored as Pacesetter by Jinling Hotel
 1991 - 1994 entitled model Tourist Worker of the tourist
 industry in Jiangsu Province for four years running
 May-June, 1993 studying food and drinks management in
 Eastern Wenhua Hotel in Singapore
 April 1994 leading a delegation to Thailand and holding
 Huaiyang Food Festival in the Blue Wave Hotel
 1995 publishing Recipes of Jinling, associate editor
 August 1996 senior culinary technician of Chinese food
 October 1996 Model Worker of Jiangsu Province, China
 Aug.-Sept., 1998 leading a delegation to Taiwan and holding
 Huaiyang Food festival in Fuhua Hotel
 August 1998 head chef in charge of administrative affairs in
 Jinling Hotel, Nanjing
 Dec., 1998 entitled Five-Star Chef in the First Famous Chefs
 and Cooking Skills Exchange among star-level
 tourist hotels in Jiangsu Province
 Feb. 28- invited to Nawai and showing his skills during Nar-
 cissus art
 March 11, 1999 Festival
 1999 publishing 100 Recipes of Pastry, associate editor
 June 1, 1999 joining the organization of World Top Chef in
 France and became a member of the Association
 of famous Chef
 1996 - 1999 invited annually to Hong Kong and holding
 Huaiyang food Festival in Yidong Hotel or
 Eastern Wenhua Hotel
 July 1999 invited to Hangzhou and holding Jinling Food festi-
 val of Local Flavors (This is a turn in propagation
 from Huaiyang Recipes to Jinling Recipes)
 March 2000 entitled National Model Tourist Worker by the
 Ministry of Personnel and the National Tourist
 Bureau

目 录 CONTENTS

序 / 3	罐焖鲍鱼 / 29
老老实实为人	鲍鱼泡饭 / 30
认认真真做菜(代序) / 4	龙虾鲜茄汁 / 31
花惠生个人简历 / 8	澳龙两吃 / 32
红烧鱼翅 / 1	酥盒虾仁 / 33
秘制大活鲍 / 2	凉瓜蒜茸虾 / 34
琥珀炖官燕 / 3	香芒龙虾沙律 / 35
野山菌炖花胶 / 4	圆葱爆象拔蚌 / 36
金陵烤鱼翅 / 5	西卤明骨 / 37
瓜茸活鲍脯 / 7	红花炒海鲜 / 38
酥皮海味 / 8	金陵扇贝 / 39
双龙粉皮煲 / 9	菜核绣球卷 / 40
金陵排骨 / 10	锅贴干贝 / 41
金陵盐水鸭 / 11	脆皮鲜贝串 / 42
虾籽三黄鸡 / 12	水晶龙王宫 / 43
卷筒鸡 / 13	蟹钳鲜莼菜 / 44
双黄腐皮 / 14	蟹黄焗虾面 / 45
镇江肴肉 / 15	蟹粉扒鱼头 / 46
鸡丝苔菜 / 16	蟹粉粉皮煲 / 47
盐水茭白 / 16	生炒甲鱼 / 48
金钱素鸡 / 17	南腿裙边 / 49
赛脆鳝 / 18	薄脆一口香 / 50
素烧鹅 / 19	清蒸刀鱼 / 51
香菜腐衣 / 20	时果鱼柳 / 52
芙蓉珊瑚 / 21	锡纸鳊鱼 / 53
上汤鱼翅配菜胆 / 22	柴把鳊鱼 / 54
野山菌炖翅 / 23	金盅鱼米 / 55
南腿金钩翅 / 24	金陵鱼面 / 56
绣球竹荪翅 / 26	绿波鳊鱼 / 57
金箔炖鱼翅 / 27	豉汁鲈鱼蒸豆腐 / 58
鱼翅泡饭 / 28	松花鳊鱼 / 59



- 过桥鲈鱼 / 60
腐衣寸金 / 61
玉佩蔬菜卷 / 62
虾籽玉环 / 63
蟹粉狮子头 / 64
四喜肉 / 64
海味豆腐煲 / 65
珧柱炖竹荪 / 66
双龙戏珠 / 67
芙蓉鱼羹 / 68
财源滚滚 / 69
中意牛排 / 70
八宝鸡翅 / 71
素海参 / 72
杨中丞豆腐 / 73
铁扒羊排香草汁 / 74
咸鹅干张煲 / 75
桃园三结义 / 77
香炸双味 / 78
太极酥 / 79
芦香酥肉角 / 80
半月花酥 / 81
蟹味酥 / 82
烤鸭包 / 83
金陵石榴包 / 84
柠汁翠珠盏 / 85
三文鱼酥饼 / 86
芙蓉酥饼 / 87
雪映红梅 / 88
酥皮鱼 / 89
八珍扇贝酥 / 90
萝卜丝饼 / 91
龙凤球 / 92
萝卜芋泥角 / 93
三丝眉毛酥 / 94
香炸鳕鱼饺 / 95
雨花汤团 / 96
冰碗鲜果拼 / 97
空心煎堆 / 98
福、禄、寿、喜、财（栗子蒸糕） / 99
金陵方糕 / 100
香橙蜜瓜 / 101
蜜柿小点 / 102
莲茸墨鱼包 / 103
虾鳢面 / 104
南京牛肉面 / 105
葱油饼 / 106
香打麦场 / 107
金陵煲仔饭 / 108
荠菜炒饭 / 109
鱼汤刀面 / 110
虾仁两面黄 / 111
五彩银针粉 / 112
金陵油条皇 / 113
一品荠菜锅贴 / 113
三鲜猫耳朵 / 114
细沙燕窝粥 / 115
栗粉枇杷 / 116
南瓜小元宵 / 117
2001 鲜果西点 / 118
莲茸鸭角 / 119
双层水果拼盘 / 120





金陵四大精品

红烧鱼翅

主料：水发金钩鱼翅针 150 克。

副料：高汤 500 克，银芽 50 克，香菜 10 克。

调料：浙醋 10 克，精盐 3 克，味精 2 克，胡椒粉 1 克，蚝油 4 克，鸡粉 3 克，料酒 5 克。

制作方法：

- (1) 金钩翅针放入高汤，加鸡粉、料酒上笼蒸至翅针软滑待用。
- (2) 起上汤加蚝油、精盐、味精、胡椒粉烧开勾芡。浇在过滤装好盘的鱼翅上即可。带银芽、香菜、浙醋上桌。

操作要点：

- (1) 鱼翅要蒸透，蒸时不可放盐，否则鱼翅会缩。
- (2) 要上两面芡，即先在盘底浇一点芡汁，排放好鱼翅后再浇一层琉璃芡。

成品特点：传统菜新制，菜式华贵，鱼翅软糯，滋味醇厚。

营养成分：鱼翅是高蛋白、低糖、低脂食品。其味甘、性平，可补五脏、清痰、益气开胃。

秘制大活鲍

主料：澳洲活鲍鱼 600 克。

副料：西兰花 10 克，橄榄形胡萝卜 5 克，萝卜 5 克，上汤 300 克，老母鸡 1 只，排骨 750 克，火腿 750，猪蹄 1 只（煲 2000 克鲍鱼的汤料）。

调料：精盐 5 克，味精 3 克，蚝油 8 克，糖 5 克，冰糖 15 克，酱油 15 克，葱、姜各 10 克。

制作方法：

- (1)老母鸡、排骨、火腿、猪蹄、冰糖、酱油制汤。鲍鱼宰杀，涮尽污物后放入汤内煲 12 小时左右。
- (2)煲鲍鱼原汁倒入沙锅加上汤、蚝油、糖、味精烧开。将鲍鱼从煲锅中取出放入沙锅，烧开，收芡，装盘待用。
- (3)另取一沙锅加上汤、蚝油、糖、盐、味精烧开，勾芡，浇在鲍鱼上，西兰花、胡萝卜、萝卜在加盐的鸡汤中焯水，取出围边即成。

操作要点：

- (1)鲍鱼要煲透，用筷子试戳一下检验。
- (2)沙锅内收芡的味要浓，另取的沙锅加煲鲍鱼的原汁，上汤勾芡浇上即成。

成品特点：鲜活原料，色泽诱人，原汁原味，香滑味美。

营养成分：富含蛋白质、脂肪、碳水化合物及矿物质，尤其以钠、钙、铁、硒为多。

金陵四大精品





金陵四大精品

琥珀炖官燕

主料：水发官燕 75 克。

副料：桂圆净肉 4 粒。

调料：冰糖 75 克。

制作方法：

- (1) 官燕放入盅内上笼蒸 15 分钟，将熬好水的桂圆肉放入同蒸 5 分钟待用。
- (2) 制冰糖桂圆水：冰糖和水的比例为 1:1，上笼合蒸化开即可。
- (3) 将蒸好的燕窝、桂圆合装一小碗，冰糖桂圆水单独装一碗上桌。

操作要点：

- (1) 官燕要蒸透，细燕毛要拣干净。
- (2) 冰糖水和燕窝上桌由客人自己调口。

成品特点：燕窝洁白透明，口感滑爽，汤色呈深琥珀色。

营养成分：中医认为燕窝其味甘、性平，可养颜润燥，益气补中。桂圆味甘，性温，具有益心脾、补气息和安神等功效。桂圆肉中含多种维生素和微量元素。

野山菌炖花胶

主料：发制好的花胶鱼肚 50 克。

副料：泡发好的松茸 25 克，泡发好的羊肚菌 20 克，上汤 75 克。

调料：精盐 1 克，味精 1 克，姜 5 克，料酒 5 克。

制作方法：

(1) 用泡松茸的汁水 25 克，鸡上汤适量和羊肚菌一起，加精盐、味精上笼蒸 1 小时左右。

(2) 花胶鱼肚焯水后，放入松茸水内，和松茸、羊肚菌合蒸 15 分钟，取出调味即可。

操作要点：

(1) 花胶焯水要多放一些姜、酒以去腥。

(2) 要选用雄鱼肚制作，用松茸原汁可保证菜品鲜味足。

成品特点：花胶肉厚韧滑，汤汁菌香扑鼻。

营养成分：羊肚菌富含蛋白质（人体必需 8 种氨基酸全有）和较多膳食纤维。鱼肚属高蛋白、低糖、低脂食品，营养价值较高，可用为滋补食品。其味甘、性平，可补肾益精、滋养筋络、止血散瘀消肿。

金陵四大精品





金陵饭店六大名菜

金陵烤鱼翅

主料：水发湿鱼翅 600 克。

副料：黄油薄酥皮 10 张，鸡蛋黄 1 个，鲍鱼壳 10 只，鲍鱼汁 250 克，卤汤 250 克。

调料：精盐、味精各适量，料酒 10 克，生粉 25 克。

制作方法：

- (1) 鱼翅焯水后，用鲜鲍汁卤汤烧好，调味，勾薄芡，分装在 10 个鲍鱼壳内。
- (2) 鸡蛋黄打散，刷在黄油酥皮的一面，盖在鲍鱼壳上，放入 200℃ 烤箱内烤至金黄色时取出即可。

操作要点：

- (1) 鲍鱼汁、卤汤保持原汁原味。
- (2) 烤制时间要恰当。

成品特点：创新菜，中西合璧风格。色泽金黄油润，鱼翅香鲜软糯，味美醇厚。

营养成分：鱼翅属高蛋白、低糖、低脂肪食品。中医认为其味甘、性平，可补五脏、清痰、益气开胃。同酥皮同食，营养更为全面。





瓜茸活鲍脯

主料：澳洲活鲍鱼1只。

副料：冬瓜750克，老母鸡1只，排骨500克，猪蹄1只，花旗参10克，枸杞10克，火腿300克。

调料：葱10克，姜10克，精盐5克，味精5克，胡椒粉5克，料酒10克。

制作方法：

- (1) 冬瓜去皮、去子，上笼蒸熟，打碎成细茸。
- (2) 鲍鱼宰杀洗净。母鸡、排骨、蹄膀、花旗参、枸杞、火腿、葱、姜吊制成浓汤，放入净鲍鱼煲至成熟。
- (3) 炒锅上火，舀入鲍鱼煲成的汁水，倒入瓜茸烧开，调味，倒入罐中，取出煲好的鲍鱼切成片，盖在冬瓜茸上即可上桌。

操作要点：

- (1) 冬瓜皮子要多去一些，成茸后中间不能夹有硬粒。
- (2) 鲍鱼汁要尝口，火腿会使原汁增加了咸度，调口时适量放盐。

成品特点：创新菜，原汁原味，鲍鱼香滑味美，瓜茸味浓醇厚。

营养成分：鲍鱼富含蛋白质、脂肪、碳水化合物及矿物质，尤其以钠、钙、铁、硒为多。冬瓜肉维生素品种含量较多。其味甘淡、性凉，有利水、清热、消痰、解毒的功效。



金陵饭店六大名菜

酥皮海味

主料：青口1只，海参15克，发好珧柱1粒，金元鲍15克，火腿5克，虾球1个。

副料：酥皮1块，鸡汤100克，蛋黄半个。

调料：葱段、姜片各10克，盐1克，味精1克，胡椒粉少许，料酒10克。

制作方法：

- (1)炒锅上火，煸香葱姜，下青口、海参、金元鲍、虾球，喷料酒，加水，焯水出锅，洗净放入洋葱罐内，珧柱、火腿也放进罐内，撒少许胡椒粉。
- (2)鸡汤放盐、味精、料酒，调好口，冷却后放入罐内。
- (3)用酥皮封住口，蛋黄打散，刷在酥皮表面上，放入220℃烤箱中烤25分钟左右，酥皮泡起呈金黄色即可。

操作要点：

- (1)海鲜要用葱、姜焯水。
- (2)灌汤七层即可，太多酥皮易塌陷。

成品特点：创新名菜，中西合璧风格。酥皮酥香，汤汁鲜美，别具一格。

营养成分：富含蛋白质、维生素A和维生素E及矿物质。