

海鲜类 淡水产类
汤菜类

中国川菜制作大全

远方出版社



享誉全国 驰名中外

目 录

中国川菜——海鲜类

四味鲍鱼·····	3	宫保鲜贝·····	15
白汁鲍鱼·····	4	熘鲜贝·····	16
三元鲍鱼·····	5	虾淖鱼翅·····	17
竹荪烩鲍鱼·····	6	干烧鱼翅·····	18
一口锅巴·····	7	鸡丝烩鱼翅·····	20
软炸蛎黄·····	8	姜葱鳗鱼·····	21
金银蛎子·····	9	菊花鱼肚·····	22
火爆海螺·····	10	棋盘鱼肚·····	23
芙蓉蛤仁·····	11	家常鱼肚·····	24
炒西施舌·····	12	菠饺鱼肚·····	25
韭黄蛭子·····	13	砂锅鱼唇·····	26
鲜炒竹蛭·····	14	奶汁鱼唇·····	27

奶汤鱼皮	28	干烧大虾	50
红烧鱼皮	29	水煮大虾	51
三鲜海参	30	姜汁基围虾	52
家常海参	31	清蒸活蟹	53
酸辣海参	32	早蒸海蟹	54
凤翅海参	33	海龙酥蟹	55
腐皮鱿鱼	34	青蒸石斑鱼	56
干煸鱿鱼丝	35	干烧石斑鱼	57
玻肚鱿鱼	36	早蒸黄花鱼	58
荷包鱿鱼	37	糖醋黄花鱼	59
海味针锦	38	银丝全鱼	60
红烧墨鱼	39	鲜熘虾仁	61
醋溜墨鱼花	40	生爆虾仁	62
青椒墨鱼条	41	茨菰虾仁	63
鲜熘海蜇丝	42	干煸银鱼丝	64
茄汁大虾	43	鲜熘银鱼鸡丝	65
宫保大虾	44	香麻带鱼	66
芙蓉龙虾	45	干烧带鱼	67
菠萝大虾	46	带鱼烧豆腐	68
生食活龙虾	47	清炸带鱼	69
川味龙虾	49	大蒜仔鲞鱼	70

中国川菜——淡水产类

豆瓣鱼	73	大蒜团鱼	92
荔枝金鱼	74	红烧甲鱼	93
糖醋脆皮鱼	75	大蒜鲢鱼	94
清蒸鲤鱼	76	黄花田鸡	95
泡菜鱼	77	麻辣酥鱼	96
辣子鱼	78	五香熏鱼	97
酸菜鱼	79	麻辣鳝丝	98
糖醋鲫鱼	80	盐水鲜虾	99
红烧鲜鱼	81	菊花鱼	100
叉烧鱼	82	纸包鱼	101
砂锅鱼头	84	富贵鱼	102
新津黄辣丁	85	瓢鳝段	104
大蒜熏鱼	86	米酥鱼片	105
家常鳝鱼	87	鲜熘鱼片	106
大蒜鳝鱼	88	水煮鱼片	107
干煸泥鳅	89	宫保鱼丁	108
芹黄鱼丝	90	家常鱼丁	109
蒜烧泥鳅	91	花椒鱼丁	110

芹网鱼卷·····	111	芙蓉鲫鱼·····	128
糖醋鱼卷·····	112	凉粉鲫鱼·····	129
鱼香鳞卷·····	113	软烧仔鲢·····	130
干煸鳞丝·····	115	泡菜烧鱼·····	131
香椿鱼丝·····	116	渝洲醋鱼·····	132
桂花鱼丝·····	117	砂锅雅鱼·····	133
小煎鱼条·····	118	清蒸雅鱼·····	134
宫保鳞花·····	119	水煮鳊鱼·····	135
鲜熘鱼脯·····	120	三丝鳊鱼·····	136
糖醋鱼脯·····	121	双冬榨菜鱼·····	137
双味鱼圆·····	122	丝瓜烧牛蛙·····	138
活吃鲤鱼·····	123	宫保牛蛙·····	139
叉烧全鱼·····	124	独蒜烧牛蛙·····	140
酥麻花鱼·····	126	炸熘蛙腿·····	141
清炸脆皮鱼·····	127	茄汁干烧鱼·····	142
		锅贴乌鱼·····	143

中国川菜——蔬菜类

- | | | | |
|-------|-----|-------|-----|
| 回锅胡萝卜 | 147 | 豆油皮松 | 166 |
| 家常芹菜 | 148 | 素烧瓜条 | 167 |
| 双色菜心 | 149 | 炒南瓜丝 | 168 |
| 素烧莴菜 | 150 | 甜椒丝瓜 | 169 |
| 煨辣油菜苔 | 151 | 玫瑰花菜 | 170 |
| 糖醋韭黄 | 152 | 素烧平菇 | 171 |
| 瓢番茄 | 153 | 白汁瓢冬菇 | 172 |
| 番茄青豆 | 154 | 三鲜蘑菇 | 173 |
| 三鲜青豆 | 155 | 酱烧高笋 | 174 |
| 炆苋菜 | 156 | 白汁芦笋 | 175 |
| 炒苕蓝丝 | 157 | 糖醋莲排 | 176 |
| 白水茄子 | 158 | 素烧蚕豆 | 177 |
| 炆黄瓜条 | 159 | 翡翠豆泥 | 178 |
| 八宝素烩 | 160 | 白菜板栗 | 179 |
| 玫瑰苕泥 | 161 | 醉八仙 | 180 |
| 百花豆腐 | 162 | 油炸藕圆 | 181 |
| 口袋豆腐 | 163 | 什锦杂烩 | 182 |
| 酱烧豆腐 | 164 | 草菇白菜 | 183 |
| 河水豆花 | 165 | 罗汉大菜 | 184 |
| | | 子姜雪魔芋 | 185 |

中国川菜——汤菜类

原汁清汤·····	187	肝片汤·····	205
酸菜肉丝汤·····	188	酸菜海参汤·····	206
原汁奶汤·····	189	酸辣汤·····	207
三鲜汤·····	190	凤尾白玉汤·····	208
榨菜肉丝汤·····	191	三鲜冬瓜汤·····	209
萝卜连锅汤·····	192	冬菜豆芽汤·····	210
苋菜豆腐汤·····	193	酸菜粉丝汤·····	211
肉片汤·····	194	泡菜豆腐汤·····	212
豆腐圆子汤·····	195	蘑菇肉片汤·····	213
酥肉汤·····	196	腰片汤·····	214
花生蹄花汤·····	197	丝瓜肉片汤·····	215
连锅汤·····	198	一清二白汤·····	216
豆芽豆腐排骨汤·····	199	清炖鸡汤·····	217
清炖牛肉汤·····	200	牛尾汤·····	218
菜鱼汤·····	201	清炖羊肉汤·····	219
冬菜腰片汤·····	202	羊杂碎汤·····	220
蹄花汤·····	203	西红柿煎蛋汤·····	221
肚条汤·····	204	砂锅鱼头汤·····	222

汽锅乳狗汤·····	223	半汤鱼·····	231
生烧连锅汤·····	224	龟凤汤·····	232
枸杞牛鞭汤·····	225	酸辣鳝丝汤·····	233
归芪羊肉汤·····	226	番茄皮蛋汤·····	234
鹿鞭汤·····	227	菜头肉片汤·····	235
枸杞狗肉汤·····	228	黄瓜三丝汤·····	236
游龙凤翅汤·····	229	开水白菜·····	237
菠菜鸭肝汤·····	230		

中国川菜——海鲜类

四味鲍鱼

原 料

罐头鲍鱼	400克	粉 皮	200克
番 茄	1个	川 盐	适量
味 精	适量	白 糖	适量
醋	适量	蒜 泥	适量
姜 汁	适量	酱 油	适量
花 椒	适量	小葱叶	适量
红辣椒油	适量	芝麻酱	适量
熟芝麻	适量	芝麻油	适量

制 法

1. 将鲍鱼片成薄片，入沸水中略煮捞出，沥干水，入碗，加川盐、味精、芝麻油拌匀。

2. 将粉片切成菱形片，用川盐、味精、芝麻油拌匀，入盘垫底。再将鲍鱼片，在粉片上整齐地摆成半球形。番茄去皮、去籽，切成6~8片荷花片，镶在鲍鱼周围。

3. 以红辣椒油、酱油、白糖、味精，亦可视情况加醋、蒜泥、芝麻油调成红油味汁；以川盐、姜汁、酱油、味精、醋、芝麻油调成姜汁味汁；以花椒和小葱叶剁茸，加川盐、酱油、冷鸡汤、味精、芝麻油调成椒麻味汁；以川盐、酱油、红辣椒油、花椒粉、芝麻酱、白糖、熟芝麻、芝麻油、味精调成怪味浓汁。分别入碟，与鲍鱼同时入席即成。

特 点

配以红油、姜汁、椒麻、怪味四种味碟，口感川味独特。

白汁鲍鱼

原 料

罐头鲍鱼	400 克	熟火腿	100 克
冬 笋	100 克	白菜心	300 克
番 茄	1 个	姜 葱	适量
川 盐	适量	味 精	适量
胡椒粉	适量	料 酒	适量
湿淀粉	适量	化猪油	适量
清 汤	适量		

制 法

1. 将鲍鱼片成薄片；熟火腿切成薄片；番茄洗净，去皮切成片；白菜心去筋，洗净，入沸水锅中烫煮至半熟，捞入冷汤中浸泡待用。

2. 锅置火上，放化猪油烧至五成熟，下姜、葱炒香，掺清汤烧沸，捞去姜、葱，下白菜心、冬笋片、火腿片、番茄片，加川盐、胡椒粉、料酒烧入味，将白菜心拣入盘中垫底，其余配料镶在菜心周围。

3. 锅内下鲍鱼片，约烧 3 分钟，捞出姜于菜上，锅中汤内下湿淀粉勾薄芡，待收汁时加味精推转，舀淋于鲍鱼上即成。

特 点

成菜色彩丰富，汤汁浓白，质地脆嫩，清鲜适口。

三元鲍鱼

原 料

鲜鲍鱼	150克	净鱼肉	50克
净虾仁	50克	鸡脯肉	50克
猪肥膘肉	60克	鸡蛋	2个
水发兰片	20克	冬菇	20克
时令鲜菜	20克	番茄酱	15克
姜葱	适量	川盐	适量
料酒	适量	味精	适量
胡椒粉	适量	湿淀粉	适量
化鸡油	适量	化猪油	适量
奶汤	适量		

制 法

1. 将鲍鱼洗干净，正面向下，由上而下片为厚3毫米的圆形片，用沸水略烫捞出，沥干水；时令鲜菜烫好与玉兰片均切成小排骨片；冬菇洗净，大的切成4片。

2. 将鸡肉、鱼肉、虾仁、肥膘肉分别用刀背捶成茸。取鸡茸加肥膘茸20克、蛋黄2个、川盐、湿淀粉和适量的清水，搅成黄色鸡糝；鱼茸加肥膘茸20克、蛋清1个、川盐、湿淀粉和适量的清水，搅成白色鱼糝；虾茸加入肥膘茸20克、蛋清1个、番茄酱、川盐、湿淀粉和适量的清水，搅成红色虾糝。再将三种糝分别挤成直径1.5厘米的圆子，入沸水中煮至断生，连汤汁一起舀入碗中待用。

3. 锅置火上，下化猪油烧至五成熟时，放入姜、葱炒香，再下玉兰片、冬菇、时令鲜菜翻炒，烹入料酒，加川盐、味

精、胡椒粉，掺奶汤烧沸，再将三圆捞入锅内，再用湿淀粉勾薄芡，淋入鸡油推匀，起锅即成。

特 点

色艳，味鲜，形美，为筵席中的大菜。

竹荪烩鲍鱼

原 料

罐头鲍鱼	200克	竹 荪	25克
胡萝卜	50克	黄瓜皮	50克
川 盐	适量	味 精	适量
料 酒	适量	姜 葱	适量
鸡 油	适量	化猪油	适量
湿淀粉	适量		

制 法

1. 将鲍鱼片成薄片，仍泡入原汁中；竹荪用温水泡软，淘净，切去两头，切成长3厘米的节，入沸水中氽透；胡萝卜、黄瓜皮均切成花刀小片，入沸水中氽熟；姜切片；葱切节。

2. 锅置火上，放化猪油烧至五成热时，下姜、葱炒香，掺鲜汤稍煮，打去姜、葱，放入鲍鱼，再放入竹荪、胡萝卜、黄瓜皮，加川盐、味精调好味，用湿淀粉勾二流芡，加少量鸡油推转起锅即成。

特 点

鲍鱼鲜嫩，竹荪脆香，属高级筵席之菜。

一品锅巴

原 料

鲜鲍鱼片	50 克	鲜 贝	50 克
明 虾	50 克	鲜鱿鱼	50 克
锅 巴	200 克	火 腿	25 克
香 菇	25 克	冬 笋	25 克
豌豆尖苞	10 朵	姜 葱	适量
泡红辣椒	适量	鸡蛋清	适量
细干淀粉	适量	川 盐	适量
料 酒	适量	胡椒粉	适量
鲜 汤	适量	菜 油	适量

制 法

1. 鲜鱿鱼洗净，去头骨膜，在有骨的一面，以刀距 3 毫米，深为肉厚的 4/5 剖十字花刀，改成长 4 厘米的菱形块；明虾去壳，对剖去尽沙肠；泡辣椒去蒂去籽，切成马耳朵形；锅巴掰成 4 厘米大的片块。

2. 将鱿鱼、明虾、鲜贝入碗，用川盐码味，再用鸡蛋清、细干淀粉调成的蛋清淀粉拌匀，入六成热的油锅中滑散，倒入漏瓢内，锅内再放油 50 克，烧至五成熟时，下拍破的姜和葱节炒香，掺鲜汤烧沸，捞去姜、葱，下火腿片、冬笋片、香菇片、料酒、胡椒粉略烧，再倒入鲍鱼片、鱿鱼、鲜贝、明虾、泡辣椒节，烧沸后，用湿淀粉勾薄芡至收汁，舀入装有豌豆尖苞的碗中。

3. 另用净锅置火上，下菜油烧至八成熟时，下锅巴用漏瓢不断翻动，炸至呈黄色时捞入深圆盘内，同汁一齐上桌，将

锅巴摆放桌上，再将配粉汁倒入即成。上桌时动作应迅速，使锅巴和汁均保持高温，始能发出声响。

特 点

成菜清鲜味美，锅巴酥香。

软炸蛎黄

原 料

鲜牡蛎	1000克	龙虾片	15克
川 盐	适量	姜葱汁	适量
味 精	适量	料 酒	适量
花椒粉	适量	蛋清淀粉	适量
菜 油	适量		

制 法

1. 鲜牡蛎用刀将壳劈开，取出蛎黄肉，摘去牙边，洗净沥干水，入碗，用川盐、料酒、姜葱汁码入味后，用蛋清豆粉拌匀待用。

2. 锅置旺火上，下菜油烧至六成熟时，下蛎黄肉炸成浅黄色时捞起，待油温上升至九成熟时，将蛎黄二次入锅，炸成金黄色时捞起，沥尽油后装盘。

3. 龙虾片入油锅中炸胀，出锅摆在牡蛎周围即成。入席时，用熟川盐、花椒粉对成椒盐味碟同上，蘸而食之。

特 点

色泽金黄，外酥内嫩，鲜香爽口。

金银蛎子

原 料

蛎 黄	50 个	乌鱼肉	150 克
猪里脊肉	150 克	姜葱汁	适量
川 盐	适量	味 精	适量
料 酒	适量	鸡 蛋	适量
湿淀粉	适量	菜 油	适量
芝麻油	适量	椒盐味料	适量

制 法

1. 蛎黄洗净，入沸水锅中略焯，捞出沥干水，入碗，加姜葱叶、川盐、味精、料酒、芝麻油拌匀，使之入味；乌鱼肉、猪里脊肉洗净，去尽细刺和筋络，片成长6厘米、宽4厘米、厚3毫米的薄片2.5张；用鸡蛋清、湿淀粉调成蛋清糊；鸡蛋黄、湿淀粉调成蛋黄糊待用。

2. 分别用鱼肉片、里脊片，每片铺开，逐片包上一个蛎黄，卷成鱼卷和肉卷各25个。

3. 锅置火上，下菜油烧至六成熟时，鱼卷、肉卷都分成2份，1份裹蛋清糊，1份裹蛋黄糊，入锅炸制成白色和金黄色两种蛎卷。起锅沥干油，将白色卷摆放在盘子中间，黄色卷摆放四周成型，配椒盐味碟入席即成。

特 点

成菜黄白相伴，外酥内嫩，鲜香味美。