

酒楼餐厅招牌菜

彩色菜谱专业版



文君 编著



中国市场出版社
China Market Press

厨师学校培训参考

酒樓
餐廳

招牌菜

文君 編著



中国市场出版社
China Market Press

图书在版编目 (CIP) 数据

酒楼餐厅招牌菜 / 文君编著. —北京: 中国市场出版社, 2006.6

ISBN 7-5092-0056-3

I. 酒... II. 文... III. 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 059932 号

书 名: 酒楼餐厅招牌菜

编 著: 文 君

责任编辑: 宋 涛

出版发行: 中国市场出版社

社 址: 北京市西城区月坛北小街 2 号院 3 号楼(100837)

电 话: 编辑部(010)68034118 读者服务部(010)68022950

发行部(010)68021338 68020340 68024335 68033577

经 销: 新华书店

印 刷: 北京冶金大业印刷有限公司

规 格: 880×1150 毫米 1/24 9 印张 130 千字

版 本: 2006 年 10 月第 1 版 2006 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN7-5092-0056-3/TS·7

定 价: 29.80 元

(所有印装质量问题可更换)

招牌菜的魅力

招牌菜，顾名思义，是指酒楼餐厅所独有的、深受顾客喜爱，并给顾客留下深刻印象的招牌菜品。

招牌菜汇百家菜精华，在原料选取、工艺制作、火候把握、口感风味等方面都有自己的独到之处。所以，大凡生意兴隆的酒楼餐厅，都有自己的招牌菜，以稳固立足于食肆林立、竞争激烈的饮食行业，在广大顾客中树立良好的口碑。

当顾客踏入酒楼或餐厅，见到菜单上“款款都是招牌菜”，尽情品尝风味别致的招牌菜，然后回味着菜肴所留的余香离去，并绘声绘色地将自己的感受传递给亲戚朋友，于是，一批批

顾客慕名而来，甚至排队等待品味这里的招牌菜。这些不正是酒楼餐厅经营者所渴望的吗？所以，招牌菜太有魅力了！不但食客爱吃，厨师爱做，酒楼餐厅老板更是特别喜欢。

本书选取了 377 道招牌菜，每道菜都详细地介绍了原料选取、制作方法、口感特点，并配有精美图片。更加周到的是，还为读者准备了实用的厨师知识，是一本实用性较强的餐饮指南。它不仅仅是酒楼餐厅厨师的好帮手，也是广大厨艺爱好者不可多得的良师益友，对于厨师学校的专业培训亦具有实际的参考作用。

目录

JIU LOU CAN TING ZHAO PAI CAI



畜肉类

红牛肉丝/2
杜仲烧牛筋/2
藿香牛百页/3
蛋花肥牛/3
西香牛肉/4
春蚕吐丝/4
红橘牛肉/5
铁板牛肉/5
菊花牛冲/6
鲜笋肥牛/6
牛肉扇排/7
黑椒牛尾/7
青竹粉蒸牛排/8
满园秋色/8
南瓜蒸羊排/9
羊肚鱼云/9
四宝炒马乳/10

菠汁红烧肉/10
狮子头/11
蛋黄肉饼/11
家常天梯/12
蛋黄大肉饼/12
蛋皮肉卷/13
青豆粉蒸肉/13
蒜香腊排骨/14
鲜笋叶儿粑/14
荷香珍珠骨/15
鸿运肘子/15
鹤迎佳宾/16
腊肉竹筒/16
青瓜烧丸子/17
青菠椒香肘/17
灌汁棒子骨/18
青椒笋粒肉末/18
酱猪手/19

什锦皮冻/19
鱼香笋夹/20
水晶虫草皮冻/20
酥香仔排/21
蒜香项圈肉/21
鲜笋糯米块/22
红烧猪脸/22
菠饺带皮兔/23
怪味兔/23
瓜盅兔丁/24
风味兔腿/24
黄瓜带皮兔/25
碎滑蛙腿/25
藿香牛蛙/26
孜然牛蛙/26

禽蛋类

八宝葫芦鸡/28

白果鸡肾/28
菠萝凤脯/29
青果鸡脯/29
金瓜粉蒸鸡/30
如意风味/30
银泊烤鸡肾/31
刷把鸡肾/31
笋丁滑鸡/32
喜鹊闹梅/32
香卤凤冠/33
鲜笋凤衣/33
芙蓉鸡片/34
酥炸鸭球/34
黄瓜酱鸭舌/35
金盏马蹄鸭/35
冬笋鸭粒卷/36
虫草鸭舌/36
葫芦鸭子/37

山珍葫芦鸭/37
荷田鸭趣/38
玻璃鸭方/38
芥蓝双酱鹅肠/39
鲜笋拌鹅肠/39
油淋仔鹅/40
尖椒煸鹅肠/40
冬笋炒鸽松/41
金凤归巢/41
虾盏八宝鸽/42
一品官燕/42

水产海鲜类

碧波芙蓉/44
碧玉武昌鱼/44
三丝鱼卷/45
蝶恋花/45
芥蓝鳕鱼/46
凉粉鳕鱼/46
凉瓜蒸鳕鱼/47
虫草鳕鱼/47
脆味桂鱼/48
冰润鲑鱼卷/48
竹荪鱼糝/49
红椒鲢鱼头/49

香柠烧鱼卷/50
什锦泡菜鱼/50
鱼米之乡/51
竹燕丝瓜卷/51
竹影鱼柳/52
芽香荷包鱼/52
马乳鲈鱼羹/53
煎笋鱼/53
金钱绣球竹燕/54
苔片回锅活鱼/54
竹笋熘乌鱼片/55
菊花鱼/55
柠汁菠萝鱼丝/56
烧脆鳝/56
竹荪鲩鱼卷/57
荷叶鱼丁/57
百花江团/58
金菊肥头鱼/58
盘龙戏珠/59
风味鳝鱼/59
泡椒焖鳝段/60
泡椒竹筒黄鱼/60
琵琶鱼片/61
三头开泰/61
鲜笋三文鱼卷/62
鲜笋鱼米冬瓜盒/62

金钩鲈鱼/63
焦炸鲈鱼/63
喜鹊鱼肉/64
田园小景/64
松茸鱼肚夹/65
五柳鱼卷/65
千丝万缕/66
纸包鱼/66
辣汁鱼头/67
菠萝脆鲜鱿/67
鲜鱿生菜包/68
风味鱿鱼卷/68
鲍汁瑶柱笋/69
鲍鱼白玉虾/69
家常鲍鱼仔/70
鲍鱼冬瓜盒/70
红烧素鲍鱼/71
原汁鲍鱼/71
仙灵鲍鱼/72
干贝一品鲍/72
花椒鲜鲍片/73
玉兰焖鲍片/73
鲍汁扣辽参/74
玉盒四宝/74
双豆甲鱼/75
烧甲鱼/75

荷香甲鱼/76
霸王戏珠/76
银鱼烩苡仁/77
翅瓢辽参/77
金瓜炖鱼翅/78
猴头菇鱼翅/78
孔雀鱼翅/79
鱼翅酿竹荪/79
竹荪鱼翅/80
金钱澳贝/80
鱼香扇贝/81
菊花北极贝/81
麻婆扇贝/82
水晶芙蓉花/82
鱼香脆皮生蚝/83
炆香鱿鱼须/83
玉藕藏宝/84
口袋虾仁/84



凤尾豆腐虾/85

剁椒爽口虾/85

红梅桂花虾/86

宫保龙虾/86

苦笋炒虾球/87

鸡汁虾卷/87

荷塘虾趣/88

箱箱虾仁/88

脆皮玉米虾/89

金鱼基围虾/89

鸟语花香/90

菠萝虾球/90

炆锅土豆虾/91

泡椒凤尾虾/91

珍酿豆腐虾仁/92

水晶鲜笋虾/92

锡纸虾仁/93

太极大虾/93

玉簪虾/94

太极虾球/94

蟹肉扒竹荪/95

蛋黄焗肉蟹/95

蟹黄燕乳/96

蟹肉烩玉米/96

鲜笋肉蟹盅/97

东海腾龙/97

糯米蛭子王/98

川香大花螺/98

蔬菜类

八宝南瓜/100

八宝珍珠圆子/100

五宝素烩/101

白果竹荪蛋/101

白油扒竹笋/102

蛋黄焗茄条/102

群英云聚/103

脆绿笋花/103

焯菜/104

果汁瓜条/104

火焰马板肠/105

葫芦果鲜/105

尖椒地瓜/106

金钩吉庆/106

鸡汁冬瓜盏/107

竹荪咸黄卷/107

奇味凉瓜/108

冰粉金瓜/108

果脯蜜汁藕/109

象形萝卜/109

金钩凤尾/110

家常煸双笋/110

椒香脆皮竹荪/111

锅贴香菇/111

金色麦穗/112

菊花云豆/112

兰花笋尖/113

兰花扣素三丝/113

芦荪相烩/114

芦笋白菜包/114

奇味素蚕蛹/115

蜜汁雨花石/115

麒麟竹荪/116

如意冬笋/116

三元烩笋菌/117

水豆豉浸剑笋/117

山椒泡苦笋/118

烧拌鲜苦笋/118

烧椒拌笋/119

生拌苦笋/119

太极竹荪羹/120

田园四宝/120

五谷丰登/121

西米龙眼竹荪/121

西式竹珍烩/122

鲜菇冬瓜圆/122

咸黄香酥冬笋/123

香菇烩笋/123

香菇四宝/124

香煎水笋/124

香薰鲜笋/125

香炸草菇/125

雪花瓜泥/126

象眼冬瓜/126

芽菜扣笋菌/127

腰果西芹炒荪盖/127

百合一品竹荪/128

蝴蝶竹荪肝膏汤/128

千张刷把笋/129

蛋黄葵菜/129

剁椒干黄瓜/130

蜜糖冰果/130

灵芝扣青瓜/131

檬汁脆藕/131

鱼香笋夹/132

竹林素烩/132



豆腐类

橙香豆腐/134
百花豆腐/134
豆腐酿凉瓜/135
豆乳米糕/135
熘豆腐/136
翡翠豆腐/136
瓜盅豆腐/137
凤凰豆腐/137
锅塌豆腐/138
挂霜豆腐/138
蛋黄烩豆腐/139
串串豆腐/139
花仁豆腐/140
夹心豆腐/140
金钱豆腐/141
兰花豆腐包/141
箱子豆腐/142
青椒酿豆腐/142
三明治豆腐/143
珍珠豆腐/143
虎皮豆腐/144
金豆腐/144
麒麟豆腐/145
葵花豆腐/145
金银豆腐/146

果汁豆腐圆/146
苦瓜酿豆腐/147
酥皮豆腐/147
腊梅豆腐/148
莲蓬豆腐/148
龙井豆腐/149
龙眼豆腐/149
茼蒿炒豆腐/150
东坡豆腐/150
葡萄豆腐/151
豉椒豆腐/151
雀巢豆腐/152
罗汉豆腐/152
兰花扣豆腐/153
白菜豆腐卷/153
茄汁豆腐排/154
泡椒酿豆腐/154
红白豆腐/155
鱼香豆腐/155
菱角豆腐/156
四喜豆腐/156
松仁豆腐/157
泡椒豆腐包/157
素鱼豆腐/158
太极豆腐/158
小葱拌豆腐/159

五彩豆腐/159
绣球豆腐/160
雪梨豆腐/160
一品豆腐/161
花仁豆腐饼/161
百花豆腐汤/162
榨菜蒸豆腐/162
檬汁脆皮豆腐/163
鞭子豆腐/163
灯笼豆腐/164
烧酿豆腐/164
熊掌豆腐/165
汤包豆腐/165
如意豆腐/166
五色豆腐/166

小吃类

白玉馒头/168
黄金玉米馒头/168
黑米馒头/169
玉米窝窝头/169
豆沙包/170
芝麻煎包/170
农家黄粑/171
皇城叶儿粑/171
荣州泡粑/172

棉花糕/172
方块油糕/173
玉米糕/173
果酱白蜂糕/174
翡翠烧麦/174
海棠花卷/175
红枣花卷/175
椒盐小花卷/176
肉包子/176
韭菜盒子/177
口蘑小包/177
柳叶小包/178
芋茸三叶包/178
荞面佛手包/179
龙眼酥/179
金钩洋芋/180
珍珠圆子/180
天府麻圆/181
麻婆香饼/181
玫瑰苕饼/182
玉米黄金饼/182
芝麻苕饼/183
外婆锅摊/183
酥皮龙眼烧/184
卤味生菜夹/184
风味蒸饺/185

鱼香豆腐饺/185

翡翠如意饺/186

鱼香虾仁蒸饺/186

京酱笋丁拌面/187

三丝春卷/187

传统油条/188

醉豆花/188

赖汤圆/189

酥肉豆花/189

桥头三鲜米线/190

白米八宝粥/190

厨房知识

雕刻小知识/192

食品雕刻常用原料/192

选用雕刻原料/192

原料和成品保管/192

雕刻的刀法/192

雕刻的手法/193

雕刻的类型/193

雕刻前注意事项/194

制作象形拼盘/194

象形拼盘的原料种类/194

拼盘原料的刀工/195

拼盘的拼摆手法/195

拼盘的制作步骤/195

烹饪小知识/196

配菜的形状搭配/196

配菜的颜色搭配/196

用刀的技巧/197

炒菜放料的顺序/197

勺工操作要求/198

菜肴挂糊/198

不宜勾芡的菜肴/199

掌握火候/199

掌握油温/199

焯水的方法/199

菜肴保鲜的方法/200

液体味料的使用/201

固体味料的使用/201

辛香料的作用/202

烹饪注意事项/202

白糖的妙用/203

醋的妙用/203

葱姜蒜椒的用法/204

烹饪技巧/204

剔除鱼刺的技巧/204

处理大虾的技巧/205

烹制豆腐的技巧/205

制作干锅菜的技巧/205

做红烧菜的技巧/205

拌菜调味技巧/206

炆菜的技巧/206

卤汁配制技巧/207

制作饺子馅的方法/207



畜肉类





红牛肉丝

【用料】

牛肉 200 克, 红白萝卜、芹菜各 100 克, 姜蒜丝、郫县豆瓣、精盐、味精、料酒、水豆粉、鲜汤、胡椒粉、精炼油各适量。

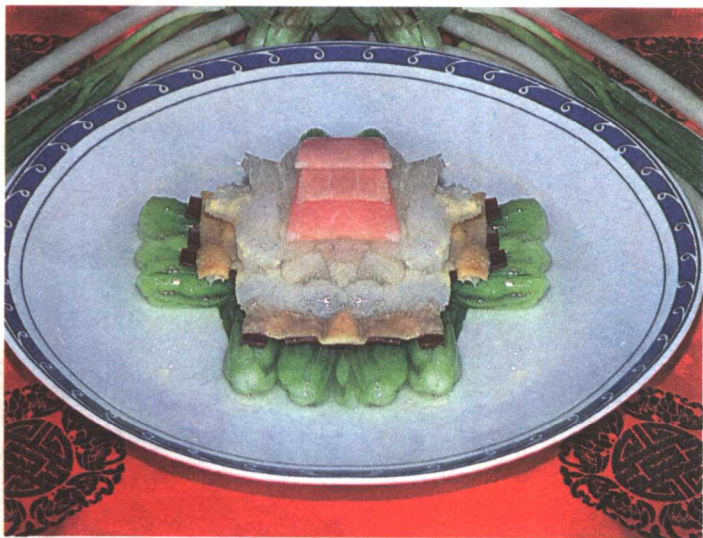
【做法】

1. 牛肉切成粗丝, 用盐、料酒、水豆粉码味; 红、白萝卜切丝, 芹菜改成寸节; 用味精、鲜汤、胡椒粉、水豆粉对成汁。

2. 炒锅置旺火上, 放油烧至四成热, 下牛肉丝炒至发白, 放少许豆瓣炒出色, 下姜蒜丝炒香, 再下红白萝卜丝、芹菜翻炒至断生, 烹入对好的汁, 颠匀起锅装盘即成。

【特点】

风味别致, 与众不同。



杜仲烧牛筋

【用料】

水发牛筋、杜仲各 200 克, 川续断、鸡血藤、青菜心、火腿、熟鸡皮、鸡油、姜葱、精盐、料酒、胡椒粉、淀粉、味精、化猪油、奶汤各适量。

【做法】

1. 水发牛筋氽透, 用冷水冲凉洗净, 切段泡入凉水; 鸡皮切块; 火腿切片; 杜仲刮粗皮切条; 菜心洗净用化猪油滑透; 川续断、鸡血藤洗

净用纱布包好; 姜洗净切片, 葱洗净切段。

2. 锅烧化猪油五成热, 下姜葱炒香, 掺奶汤放入药包、杜仲, 牛筋烧七成熟, 捞出姜葱和药包, 放进菜心、鸡皮、火腿、盐、料酒、胡椒粉煨熟透, 先拣菜心、鸡皮于盘中央。锅内放味精, 勾薄芡收汁, 淋入鸡油, 起锅入盘, 火腿盖面即成。

【特点】

营养丰富。



藿香牛百页

【用料】

毛肚 300 克, 藿香、精盐、味精、香油各适量。

【做法】

1. 毛肚洗净, 入沸水中氽熟, 捞出切成长方块; 藿香洗净, 取茎, 放入打糝机中搅成汁。
2. 用毛肚片将藿香叶卷成筒形, 摆入盘中。
3. 用一调味盅, 放入藿香汁、盐、味精、香油, 调成藿

香味汁, 浇在毛肚卷上即成。

【特点】

毛肚脆嫩, 藿香味浓。

【小贴士】

该菜含蛋白质、脂肪、铁、钙、磷、维生素 B₁、维生素 B₂ 等营养成分。



蛋花肥牛

【用料】

肥牛肉、酥脆去皮花仁各 200 克, 鸡蛋 1 个, 淀粉、精盐、味精、白糖、醋、香油、生菜、精炼油各适量。

【做法】

1. 肥牛肉用盐码味, 放入用鸡蛋和淀粉调制成的浆液中上浆待用; 酥花仁碾碎, 将码好味、上好浆的肥牛肉均匀沾上碎花仁。
2. 锅置火上, 下油烧四成

热, 下入肥牛肉炸至色呈金黄、成熟时捞起, 改刀成条装盘, 旁边摆上糖醋味的生菜即可。

【特点】

制法新颖, 味道酥香。

【小贴士】

牛肉为高蛋白质、低脂肪食物, 适宜虚损羸弱、消渴、脾弱不运、痞积水肿、腰酸膝软等营养不良之疾病患者。



西香牛肉

【用料】

人参果 250 克, 牦牛肉干、牛展肉各 200 克, 肉肠、黄瓜、胡萝卜、西香菜、白糖、奶油各适量。

【做法】

1. 人参果氽水成熟, 加糖、奶油收干。
2. 牦牛肉烟熏制干; 牛展白卤, 切片; 肉肠切片。
3. 黄瓜、胡萝卜切片; 主辅

料依次摆放于盘即可。

【特点】

有荤有素, 口感丰富。

【小贴士】

牦牛肉含蛋白质、脂肪及维生素 A、B 族维生素、维生素 D 及钙、铁等, 有补气养血、健脾益肾、强筋健胃等功效。黄瓜性凉味甘, 可清热解暑, 生津止渴, 利尿。



春蚕吐丝

【用料】

糯米粉 200 克, 南瓜 200 克, 芽菜、牛肉馅、火腿、芝麻白糖馅、面包生坯料、鸡蛋、椰茸粉、白糖各适量。

【做法】

1. 面包生坯料搓成条, 编成面簾箕入烤箱内烤成型; 再搓几条细面条烤成面棍, 在大盘内装饰好; 用糖粉加蛋清调好, 搓成蚕形, 分别在盘内摆好待用。

2. 糯米粉用水揉成团, 分成 40%、60% 两份; 南瓜蒸熟制成泥, 加入小的一份中拌均匀, 包入芽菜、牛肉馅搓成蚕茧形; 另一份包入火腿白糖馅, 也搓成蚕茧形, 一起入笼蒸熟取出, 将白色的蘸上椰茸粉, 分别在盘内摆好。

3. 白糖加水熬成汁, 用专用工具蘸糖浆甩成细丝, 把糖丝放在蚕茧上即成。

【特点】

色泽淡雅, 软糯细嫩。



红橘牛肉

【用料】

鲜牦牛肉 300 克，米粉、豆瓣、姜末、辣椒面、花椒面、胡椒粉、酱油、醪糟汁、香油、精炼油、冷鲜汤、盐、鸡精、大红橘、香菜各适量。

【做法】

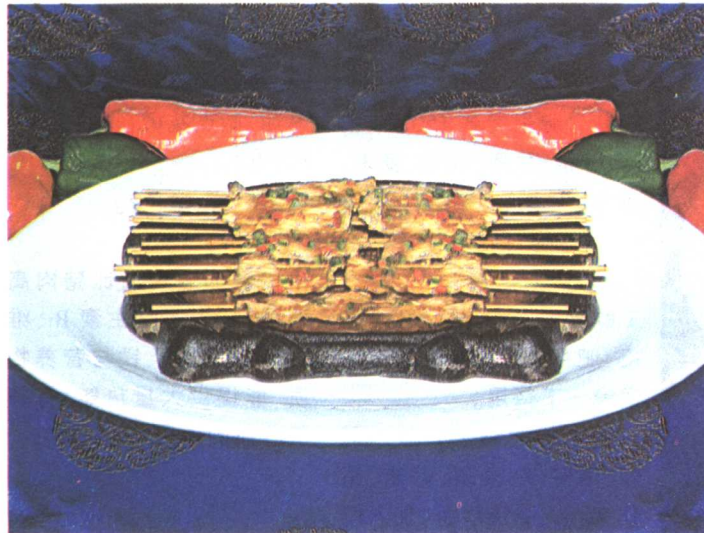
1.用小刀在橘蒂部戳齿开盖，掏去橘肉；牦牛肉洗净，按横筋切 6 厘米长、4 厘米宽、0.4 厘米厚的片，加入剁细的豆瓣、酱油、姜末、盐、

鸡精、胡椒粉、辣椒面、醪糟汁、冷鲜汤、米粉和精炼油拌匀，入笼蒸 10 分钟。

2.将牦牛肉分别装于红橘壳内，再用旺火蒸 5 分钟，摆入盘内，撒上花椒面、香菜、香油，盖上盖即成。

【特点】

麻辣鲜香，果味浓郁。



铁板牛肉

【用料】

牛里脊肉 150 克，洋葱、香槟酒、泡椒米、青红椒粒、姜末、蒜茸、松肉粉、精盐、味精、鸡精、美极鲜酱油、胡椒粉、料酒、蛋清淀粉、香菜末、香油、淀粉、精炼油各适量。

【做法】

1.牛肉切片，加入松肉粉、盐、胡椒粉、料酒、蛋清淀粉拌匀，腌渍 30 分钟后用竹签穿成串；洋葱切粗丝备用。

2.锅烧油三成热，下泡椒米略

炒，速下姜末、蒜茸、青红椒粒炒出色味，加入香槟酒、鸡精、味精、酱油调味，淀粉勾芡，加入香油、香菜末，盛于碗内，成香槟汁。

3.锅烧油五成热，下牛肉串炸熟装盘，随洋葱丝、香槟汁、热铁板上席；依次将洋葱丝、香油、牛肉串倒在铁板上，迅即淋上香槟汁即成。

【特点】

肉嫩不腻，香浓爽口。



菊花牛冲

【用料】

鲜牛冲 200 克，鸡鸭骨、西兰花、姜（拍破）、葱段、精盐、鸡精、胡椒粉、料酒、淀粉、鲜汤、油、鸡油、菠萝、红樱桃各适量。

【做法】

1. 牛冲清洗、撕皮、刮净，余水至硬捞出；压力锅中鸡鸭骨垫底，放牛冲加清水蒸 10 分钟，取出浸于清水，切段，剖成两片，每片等距离

剖刀深而不断。

2. 锅烧油，下牛冲爆至卷曲如菊花时捞出；锅中留油投入姜、葱段爆香，加牛冲、料酒、盐、鸡精、鲜汤、胡椒粉至入味，拣出牛冲摆于盘；西兰花入锅内汁水浸熟点缀盘边；菊花上放一红樱桃；菠萝削成卧牛状摆盘。

3. 拣去锅内姜葱，烧沸去浮沫，勾芡，淋入鸡油调匀，浇于盘中即可。

【特点】

姜葱味浓，咸鲜爽口。



鲜笋肥牛

【用料】

鲜笋、肥牛肉各 150 克，精盐、味精、豆瓣、淀粉、姜末、蒜末、豆豉、泡辣椒、花椒粉、鲜汤各适量。

【做法】

1. 鲜笋去皮切片，余几水待用；肥牛切片，码芡后下油锅滑一下待用。

2. 锅中加油烧热，放入豆瓣、泡辣椒、姜末、蒜末、豆豉、精盐、味精炒香，加入鲜

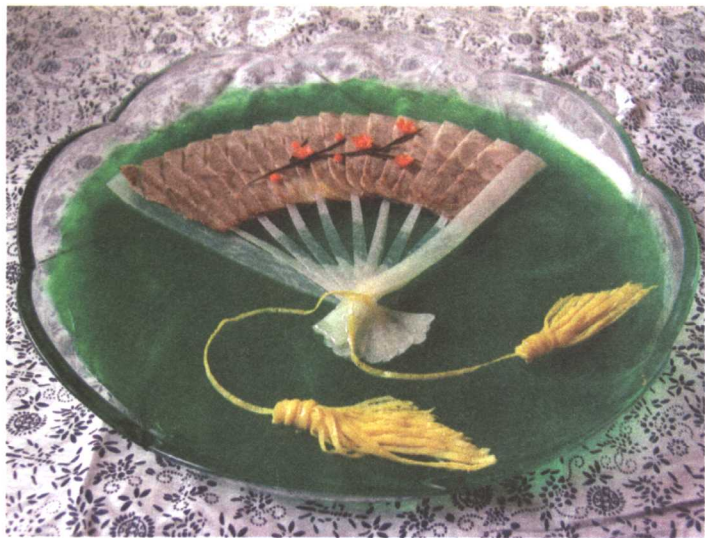
汤，放入鲜笋和肥牛，勾芡，淋油，撒点花椒粉即可。

【特点】

麻、辣、鲜、嫩、烫。

【小贴士】

牛肉含的蛋白质比猪肉高两倍，还含有维生素 B₁、维生素 B₂、钙、铁与营养物质，能提供大量热能，有补气养血的作用。



牛肉扇拼

【用料】

卤牛肉、卤鸡胗各 150 克，猕猴桃、心里美萝卜、象牙白萝卜、黄瓜、蛋皮丝、琼脂等。

【做法】

1. 取一圆形玻璃盘，琼脂熬化，放入盘中。
2. 用蛋皮丝摆成 160 度扇形。
3. 摆入黄瓜、卤牛肉、卤鸡胗、猕猴桃、心里美萝卜等

即成。

【特点】

成菜美观，饱口福。

【小贴士】

牛肉可补精益气，补益脾胃，强筋活骨。鸡胗有滋阴益气、补精添髓的功效。猕猴桃能解热除烦，止渴利尿。



黑椒牛尾

【用料】

罗汉笋、牛尾各 100 克，黑胡椒、蚝油、湿淀粉、高汤各适量。

【做法】

1. 牛尾剁成一寸长左右，煨熟。
2. 罗汉笋切成牛尾节长，再同牛尾一起入高汤煮，加黑胡椒、蚝油煨熟，使其入味，勾芡装盘即可。

【特点】

其味醇厚，竹笋清脆。

【小贴士】

牛尾含蛋白质、脂肪、维生素、钙、磷、铁等成分，具有补脾胃、补气血、强筋骨等功效。



青竹粉蒸牛排

【用料】

牛肉 200 克, 鱼乍粉、豆瓣酱、姜末、泡辣椒末、豆腐乳、味精、红糖、香菜、辣椒面、花椒面、红油各适量。

【做法】

1. 牛肉切片, 加入豆瓣酱、姜末、豆腐乳、红油、泡椒末、味精、红糖、鱼乍粉和成粉蒸鱼乍馅。

2. 用青竹叶包好粉蒸馅, 盛入小圆竹筒内, 上笼蒸熟。

3. 起笼走菜时打开竹叶, 撒上花椒面、辣椒面、香菜即可。

【特点】

色泽红亮, 麻辣清香。



满园秋色

【用料】

卤牛肉、卤墨鱼、卤猪肝、基围虾各 50 克, 香菇、黄瓜、火腿、青笋、鸡糁、蒜薹、心里美萝卜、番茄、蛋黄糕、蛋白糕、香油、盐、味精、鲜汤适量。

【做法】

1. 用香菇、鸡糁、卤猪肝做成小螃蟹; 基围虾煮熟去壳, 黄瓜去皮, 青笋切成柳叶片, 番茄切片, 蒜薹汆一

水, 卤墨鱼切片, 卤牛肉切成柳叶片, 蛋黄糕、蛋白糕切成柳叶片。

2. 取一个大平盘, 用卤牛肉、虾、墨鱼先摆出山和花草, 再用黄瓜皮、青笋、蒜薹等摆出荷叶, 最后摆上螃蟹, 刷上香油、盐、味精、鲜汤调成的浓汁即成。

【特点】

营养丰富。