

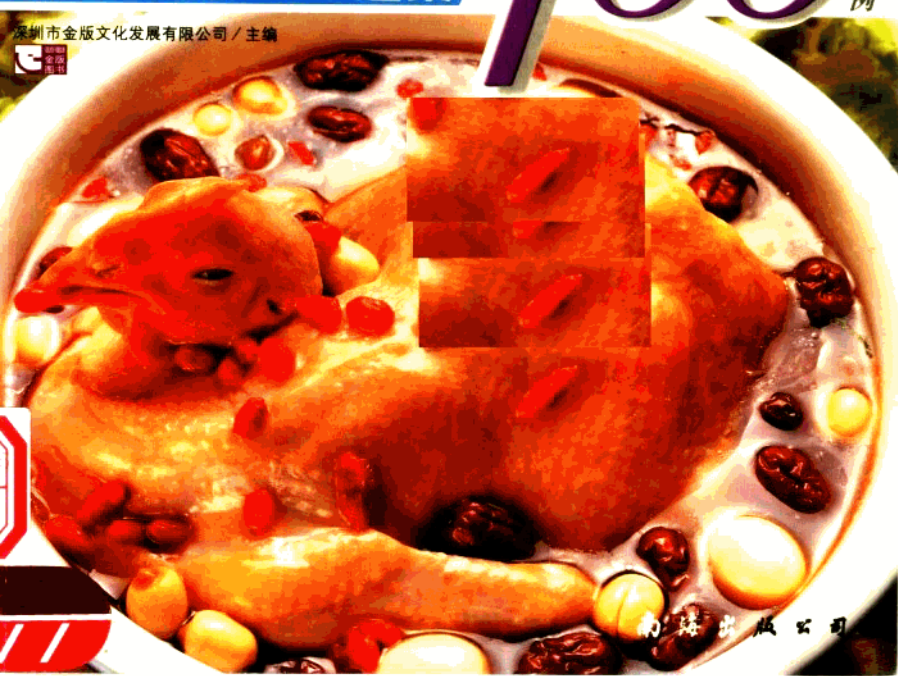
鸡鸭鹅

《百姓百味》丛书(4)
烹饪完全读本

100例

1册 = 10元 = 100道菜

深圳市金版文化发展有限公司 / 主编



南海出版公司

目录

CONTENTS

冬瓜鸡茸百花展	2	泡椒鹅肠	42	鹅菇土豆汤	82
鱼香八块鸡	4	冬笋烧鸡	44	黄焖朝珠鸭	84
菜胆扒鸭肾	6	猴菇鸡球	46	清炖鸡汤	86
红烧鸡翅	8	青豆烧鸡	48	淮山杞子蚬鸭煲	88
宫保鸡丁	10	香芋烧鹅	50	鸭菇冬瓜汤	90
香芋儿烧鸡	12	葱油莴笋鸡	52	药膳鸡汤	92
珍珠蒸鸡	14	辣子鸭	54	锅仔鹅头	94
泡椒鸭肠	16	芙蓉鹅片	56	奶汤草菇鸭	96
三色鸡丁	18	豆腐焖鸡	58	肉豆蔻仔鸡 / 冻鸭掌	97
泡椒鸭肾	20	鸡蓉酿苦瓜	60	豆渣鸭脯 / 姜爆鸭丝	98
千张鸭	22	尖椒酿鸡柳	62	怪味鹅掌 / 水晶舌掌	99
木耳烧鸡	24	枸杞芡实鸡米	64	怪味鸭 / 陈皮鸭	100
椒盐鸡块	26	香酥鸭	66	香酥鸭 / 神仙鸭	101
板栗烧鸡	28	清蒸盐水鹅	68	糟片鸭 / 玉兰炒鸭肾	102
冬瓜鸭片	30	清蒸板鸭	70	蚝皇鲜鹅肠 / 盐焗鹅肝	103
辣子鸡	32	兰花烤鸭	72	湘西雷打鸭 / 口味鸭	104
香菇烧鸡	34	白切鸡	74	芙蓉鸭片 / 豆酱雁鹅	105
蚝油豆腐鸡球	36	香酥鸡翅	76	青豆烧鸡 / 泡椒鹅肠	106
花雕焖鸡三件	38	酥香鸡柳	78	清炖鸭块汤 / 卤水掌翼	107
翡翠鸡丁	40	啤酒鸭	80	吊锅姊妹鸡 / 麻仁鸡卷	108

【鸡鸭鹅100例】

酸辣鸡球 / 麻酥鸡	109
黄焖鸡块 / 虾仁子鸡	110
鸡丝拌香椿 / 滑炒鸡米	111
油炸鸡 / 鱼香鸡丝	112
香辣鸡腿 / 风干鸡	113
火腿鸡卷 / 姜香仔鸡	114
白果炖金鸡 / 家常鸡肉	115
滑溜鸡丝 / 鸡片白菜汤	116
丝瓜豆腐炖鸡片 / 酸辣凤爪	117
川味子鸡 / 碎米鸡丁	118
鸡腿冬瓜盅 / 鸡翅咖喱	119
人参枸杞炖鸡 / 麻辣仔鸡	120



深圳市金版文化发展有限公司/主编

南海出版公司

2004 · 海口

图书在版编目(CIP)数据

鸡鸭鹅100例 / 深圳市金版文化发展有限公司主编. —海口: 南海出版公司, 2004

(百姓百味: 4)

ISBN 7-5442-2410-4

I. 鸡... II. 深... III. 荤菜—菜谱 IV. TS972.125

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第019066号

BAIXI'NG BAIWEI 04 — JIYA'E 100 LI

百姓百味04——鸡鸭鹅100例

主 编 深圳市金版文化发展有限公司

主理厨师 周玉金 黄 飞

责任编辑 陈正云 周诗鸿

封面设计 深圳市金版文化发展有限公司

出版发行 南海出版公司 电话(0898) 65350227

社 址 海口市蓝天路友利园大厦B座3楼 邮编 570203

电子信箱 nhcbgs@0898.net

经 销 新华书店

印 刷 深圳市极雅致印刷有限公司 (0755) 82055846

开 本 635mm×965mm 1/48

印 张 25

版 次 2004年5月第1版 2004年5月第1次印刷

书 号 ISBN 7-5442-2410-4

定 价 100.00元(共10册)

南海版图书 版权所有 盗版必究

如有印刷装订质量问题,请直接与印刷厂联系调换



此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com



冬瓜鸡茸百花展

【原材料】

西兰花200克 冬瓜750克 鸡脯肉250克
红椒1个 鸡蛋2个 鹌鹑蛋250克 葱少
许

【调味料】

生粉、盐、胡椒粉、鸡精、香油各适量

做法...



1 冬瓜洗净去皮，切成大小相等的菱形块，再把中间也挖成菱形。鸡脯肉剁成末待用，西兰花切的大小要相等，鹌鹑蛋煮熟后去壳待用。



2 鸡肉末加生粉、盐拌匀，填入挖空的菱形冬瓜中，摆入盘内，再上锅蒸熟。西兰花入水中烫开后，捞起沥干，和鹌鹑蛋一起摆在蒸好的冬瓜周围，葱切成细长条，红椒切成小菱形，在冬瓜上摆成花朵样。



3 锅烧热，放少许油，加入鲜汤，烧开后加胡椒粉、鸡精勾芡，芡中淋入香油，再将芡浇在装好的冬瓜上即可。

特色介绍：

※ 咸鲜可口。



鱼香八块鸡



【原材料】

鸡肉50克，泡椒50克，姜1块，葱2根，蒜2瓣

【调味料】

香油6克，盐5克，胡椒粉5克，鸡精3克，醋5克，白糖5克，生粉5克

做法...



1 将鸡肉洗净后剝成八大块状，姜切片，葱切段，蒜切片，泡椒切成碎末。

2 锅中水煮沸后，放入鸡块过水焯烫至熟后，捞起沥干水分

3 锅中油烧至五成热，下入鸡块炸至金黄色后捞起，锅中留少许油，爆香姜片、泡椒、蒜片，下入鸡块，调入盐、胡椒粉、醋、白糖、香油，并用少许生粉勾芡即可。

特别提示：

※ 泡椒一定要下锅炒香。



菜胆扒鸭肾

【原材料】

鸭肾300克，上海青200克，红椒1个，生姜1块，蒜2瓣，葱2根

【调味料】

泡椒15克，盐5克，料酒8克，香油5克，鸡精3克

做法...



1 将鸭肾洗净切成十字花刀，红椒去籽切菱形片，生姜切丝，葱切段，上海青洗净，蒜去皮备用。



2 锅中水煮沸后，放入少许油，盐，下入上海青焯烫后，捞起沥干水分，摆于盘周备用。



3 锅中留少许底油，加入蒜，姜片，红椒，泡椒爆香后，下入鸭肾炒至翻花，调入盐，料酒，鸡精和香油炒熟后，盛于盘中。

特别提示：

※ 鸭肾一定要打十字花刀，炒时才入味。



此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

红烧鸡翅

【原材料】

鸡翅3个 红辣椒1个 蒜3瓣 葱2根
姜1块

【调味料】

盐8克 生抽5克 料酒5克 醋5克 白糖3克 淀粉8克 胡椒粉5克

做法...



1 鸡翅洗净切块 红辣椒切成菱形片状 葱、蒜、姜均切片备用



2 将鸡翅放入碗中 加入盐、胡椒粉、料酒腌制约5分钟 锅中油烧至四成热 下入鸡翅炸至金黄色后捞起沥干油分



3 锅中留少许底油 加入蒜片、姜片爆香后 放入鸡翅 调入盐、生抽、料酒、醋和少许白糖、淀粉 加水煮至熟透即可

特别提示：

※ 煮鸡翅时火不能太大，要用细火慢煮。



宫保鸡丁

【原材料】

鸡脯肉300克，花生50克，红萝卜20克，
青瓜20克，葱3根，姜、蒜少许

【调味料】

油10克，盐5克，鸡精2克，胡椒粉5克，
生粉10克，料酒10克，生抽少许

做法...



1 将鸡脯肉洗净切成丁，放入盐、胡椒粉、料酒码味。青瓜、红萝卜洗净切丁。

2 锅内放油烧热，将码好味的鸡丁炒熟，倒入红萝卜、青瓜一起炒熟后捞起，花生米炸熟备用

3 锅内留少许油，放入豆瓣酱，加上汤，倒入鸡丁、萝卜丁、青瓜略炒，放入糖、盐、鸡精、胡椒粉，加入生抽、生粉勾芡，起锅即可。

特别提示：

※ 炸鸡丁时油温不能过高，花生要炸熟。



香芋儿烧鸡



【原材料】

鸡翅膀3个 芋儿5个 蒜6瓣 生姜1块、
蒜苗少许

【调味料】

盐5克、料酒4克、胡椒粉5克、淀粉4克、
吉士粉3克、泡椒8克

做法...



1 鸡翅切块，芋头切成滚刀块，生姜、蒜去皮切片，蒜苗洗净切段，泡椒切小块备用。



2 将鸡翅块装入碗中，加盐、料酒、胡椒粉腌制约5分钟，加入淀粉、吉士粉沾裹备用。锅中油烧至七成热时，下入鸡块炸成金黄色，捞起沥干油分。再下入芋儿炸酥后，盛起沥干油分。



3 锅中留少许底油烧热，爆香泡椒、姜片，下入鸡块、芋儿，调入盐、料酒，鸡精炒匀即可。

特别提示：

※ 鸡块不能炸太久，否则影响其色泽。



此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com