

宴台菜

YANHUI TOUCAI

山西省烹饪协会 编



山西科学技术出版社

SHANXI SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

宴会头菜. 1/ 山西省烹饪协会编. —太原: 山西科学技术出版社, 2006. 1

ISBN 7-5377-2613-2

I. 宴... II. 山... III. 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第127330号

主 编

张天才 冯守瑞 史先锋

编委名单

韩国良 李嗣良 倪子良 庞 煜 李春勋 李志文 杭伟州
王建军 杨章平 邵卫红 王俊如 王 凤 韩永旺 阎润明

策 划 周光荣 营养点评 刘玉宝

宴会头菜

山西省烹饪协会 编

*

山西科学技术出版社出版 (太原建设南路15号)

新华书店经销

山西新华印业有限公司美术印刷分公司印刷

*

开本: 889×1194 1/24 印张: 3.5 字数: 90千字

2006年1月第1版 2006年1月太原第1次印刷

*

ISBN 7-5377-2613-2

Z·551 定价: 20.00元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请印厂联系调换。

山西省烹饪协会 / 编

宴会

头

菜

山西科学技术出版社



前言



宴会头菜



在一个部落里的首领叫“头人”，在一群狼中的狼王称“头狼”，走在羊群最前面的羊，谓之“头羊”，在一桌筵席中，占有重要地位的热菜曰“头菜”。

头菜又称“首菜”、“帅菜”、“定格菜”、“镇席菜”，它是整个筵席的主帅和灵魂，头菜要能够达到凤鸣九皋、百鸟回应的强烈效果，要体现出筵宴的规格和风韵，整桌筵席实际上就是由头菜这根大梁定格，加上彩拼，座汤，首点之根立柱，支撑起冷碟、酒水、热炒、大菜、饭点、茶果这几大构件组合而成的一个完美的整体结构。在制作整桌的筵席之时，各个环节都十分重要，都需一丝不苟，但一般来说，在制作整桌筵席之时，要更加注重突出热炒，要下足功夫，在热炒之中要重点突出大菜，在大菜之中要突出头菜成为重中之重，

前言



◎
宴会头菜

这样才能使整桌筵席做到组合合理，衔接有序，稳重大方，节奏感强。头菜是整桌筵席中原料最好的，质量最精的，名气最大的，价格最高的菜肴。头菜要求原料精美，烹制精细，装盘丰满，雅俗共赏，整桌筵席的头菜一旦选定，其它菜品便会“云从龙，凤随虎”各就各位，一气呵成，头菜通常选用山珍海味或名蔬佳果配制而成，或扒、或烩、或烤、整只、整块、整条置于大盆、大碗、大盘或精美的小吃器皿之中，率先上席，它要求菜品质地或香味，或爽脆，或鲜嫩，或肥美，在质与量上都得超过所有菜品，起到领衔压阵，统帅全席的作用。

本书收录了78道精美筵席头菜，以飨读者。

目录



宴会头菜



白玉焖翅皇	6	江南农家肉	26
百花一品鲍鱼	7	酱油醋大闸蟹	27
宝塔肉	8	酱油醋烧素鲍	28
潮式金牌烤肉	9	金鼎鱼翅泡饼	29
虫草一品锅	10	金瓜蟹钳翅	30
葱烧梅花参	11	金钱连环	31
脆皮三丝鱼卷	12	金扇扒鲍脯	32
蝶戏鱼花	13	金丝土豆王	33
鹅肝酱烧鱼腐	14	金丝银盏	34
飞燕归巢	15	金玉满堂	35
汾酒醉花肉	16	菊花龙宫宝	36
福寿千层肉	17	菊花石榴雪鱼丁	37
富贵甲鱼	18	菊花虾排	38
富贵鲈鱼	19	菌露莲池浸鱼花	39
鲜肚雪鱼花	20	孔雀报平安	40
宫廷酥肉	21	兰花裙边	41
桂龙万贯财	22	累累硕果	42
红烧蹄膀	23	连蓬鱼	43
火龙献宝	24	龙城百珠鸡	44
火灼白鳝	25	龙颜悦色	45

目录



◎
宴会头菜

龙眼鳊鱼	46	酥肘莲蓬	66
满园春色	47	绣球扣瑶柱	67
满载而归	48	太极八卦龙虾	68
南海西汁芦荟	49	太极果爽灌汤翅	69
盘龙戏凤	50	太极虾球	70
琵琶龙虾球	51	桃仁红烧肉	71
千张肉	52	荷花满台香	72
乔家丰收年	53	脱骨带鱼	73
全蟹狮子头	54	香菠满箩	74
群龙出山	55	腰缠万贯	75
群龙双珠	56	一品印方	76
三色爆虾球	57	鱼香情节	77
珊瑚肥牛	55	珍珠灌汤龙虾球	78
山菌烩双宝	59	珍珠燕菜	79
身怀绝技	60	桂鱼马哈籽珍珠蛋	80
什锦里脊	61	蛟龙献宝	81
双味明虾	62	翡翠一品鱼肚	82
双味酿茄瓜	63	翡翠油螺	83
双味葡萄鱼	64		
松塔肉	65		



白玉焖翅皇

制法:

1. 将老母鸡、老鸭、干贝、金华火腿、肉排余水后，加清水、味精煲6小时制成顶汤；
2. 萝卜整形后酿入发好的鱼翅；
3. 浇入顶汤，加精盐、白糖、鸡粉、葱姜末上火蒸几分钟即可装盘，锅上火加适量顶汤，烧开后加味精，勾入生粉成芡汁，浇在盘中，用兰花点缀即成。

主料 / 白萝卜一个、鱼翅适量。

辅料 / 老母鸡、老鸭、干贝、金华火腿、肉排、生粉各适量。

调料 / 盐、味精、鸡粉、白糖、葱末、姜末各适量。

特点 / 鱼翅滑软有劲、萝卜软烂不散、口感咸香、香醇。

技法 / 酿。

营养成分 / 含蛋白质、钙、铁及多种维生素和矿物质等。有滋补养颜、养血壮阳、消食润肤、祛风消食等功效。



制法:

1. 将用蚝油、精盐、白糖、上汤煲的鲍鱼改刀成12片备用;
2. 南瓜改刀成扇形后氽水后蘸干水分,拍少许生粉,抹上虾胶、蛋清,制成百花,上笼蒸6~8分钟备用;
3. 西兰花氽水后垫底,将煨制好的鲍鱼片放入盒中摆成馒头形,浇上鲍汁,用蒸好的百花围边,浇入用淀粉、精盐、味精、上汤勾的白汁即可。

百花一品鲍鱼



主料 / 煲制好5头干鲍鱼、虾胶250克。

辅料 / 南瓜1个,蛋清2只,生粉25克,西兰花适量。

调料 / 蚝油15克,精盐3克,味精5克,白糖3克,上汤500克。

技法 / 酿、煨。

营养成分 / 含蛋白质、糖类、钙、磷、钾、胡萝卜素、矿物质、氨基酸等。有调经润燥、补肾壮阳、解毒驱虫、平肝明目等功效。



宝塔肉

制法:

1. 五花肉经氽水后加入精盐、白糖、生抽、老抽、曲米、胡椒粉、五香包煮至八成熟时, 捞出晾凉后备用, 梅菜泡洗干净切碎;
2. 五花肉改刀成塔形, 将切碎的梅菜塞入塔肉内, 上笼蒸制, 红萝卜, 莴笋雕刻成绣球氽水后加以点缀, 浇入炖肉汁即可。

主料 / 五花肉。

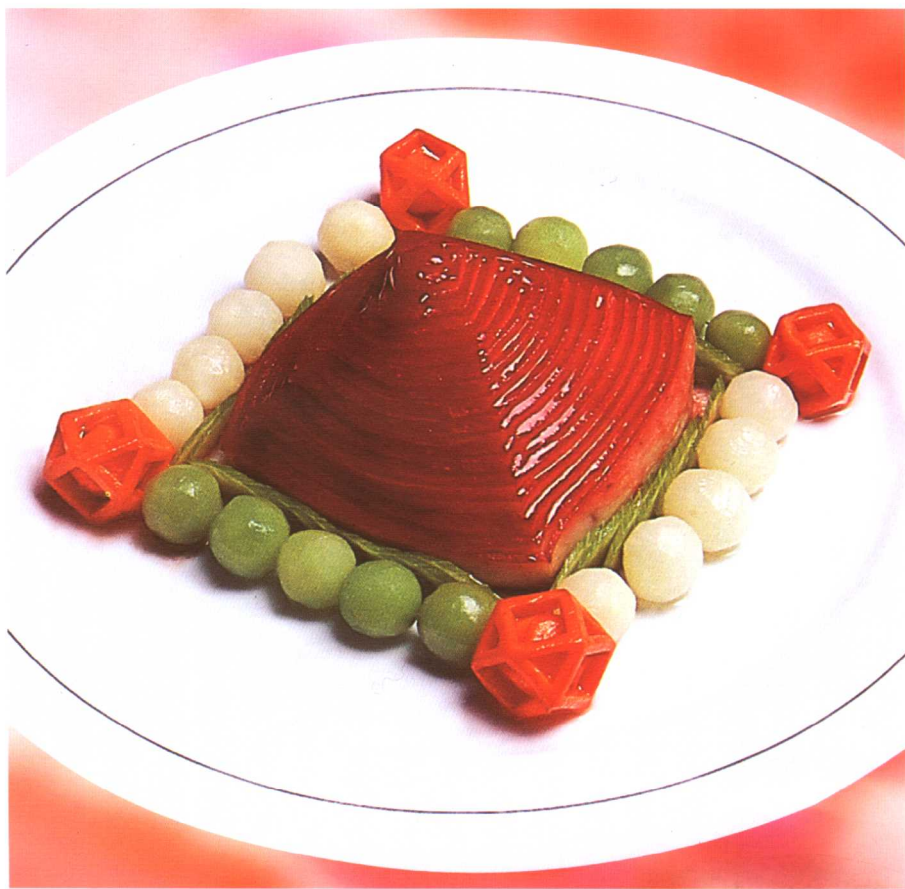
辅料 / 梅菜、红萝卜、莴笋各适量。

调料 / 精盐、味精、白糖、生抽、老抽、曲米、鸡精、胡椒粉各适量, 五香包一个。

特点 / 色泽红亮, 形态逼真, 肥而不腻, 风味独特。

技法 / 蒸。

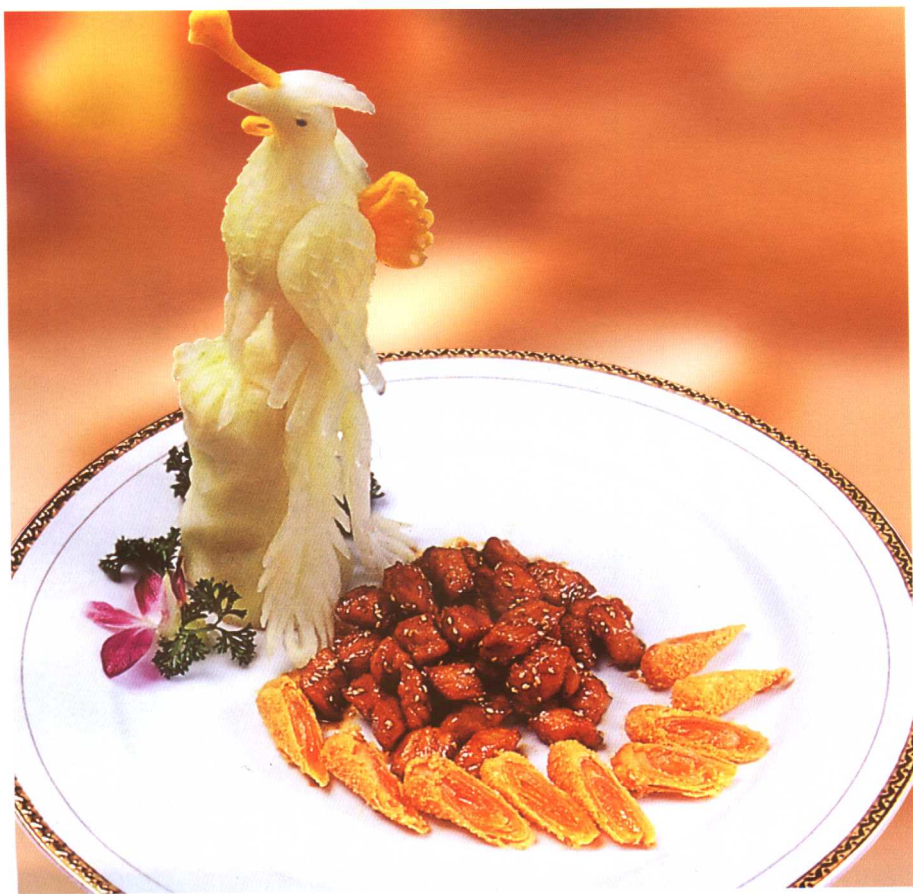
营养成分 / 含蛋白质、脂肪、碳水化合物、钾、维生素A、B₁、B₂、维生素C等, 有补肝益肺、补虚理气、促进消化的功能。



制作:

1. 先将精通脊猪肉改刀成菱形块后,用清水洗净后控干水分,加南乳汁、鸡蛋、姜酒汁、生粉、白芝麻、鸡精粉拌匀后腌制1小时后备用。
2. 将咸蛋黄用刀压成薄片后,放在威化纸上,再放上用白糖拌好的猪肥膘肉薄片后,卷成卷,再滚上鸡蛋液,蘸上面包粉备用。
3. 芥兰切3厘米段后,再切成花形,用水泡上备用;
4. 将腌制好的通脊肉入七成热的油锅炸制成熟呈棕红色捞出。锅底留油放入适量的麦芽糖、蜂蜜加热后放入炸好的精脊肉,再加入少量的孜然粉和辣子粉,拌匀后出锅后装在盘中间,将卷好的肥肉卷入油锅在五成热油内炸成金黄色,出锅后改刀成马蹄块,围在盘边即可。

潮式金牌烤肉



主料 / 精通脊猪肉250克。

辅料 / 咸蛋黄5个,威化纸5张,猪肥膘肉薄片5片,鸡蛋2个,生粉、面包粉各适量。

调料 / 白糖2克,精油、南乳汁、鸡精、姜酒汁、精盐、白芝麻、麦芽糖、蜂蜜、孜然粉、辣子粉各适量。

特点 / 主料色泽红亮,并配黄、绿原料,营养搭配合理、外脆里嫩,香、咸、甜适中,别有风味。

技法 / 炸。

营养成分 / 含蛋白质、脂肪、糖类、钙、磷、铁、维生素A、维生素B₂、维生素C等。有清肺热、降阴火、补虚、增气等功效。



虫草一品锅

制法：

将鸭宰杀后，取鸭脯泡出血水，切成大块，余水后加入金华火腿、虫草、枸杞、精盐、葱段、姜块、生抽、料酒、白糖，隔水炖6小时，加入油菜略炖，撒香菜，分装十个小盅中即成。

主料 / 北京老鸭一只。

辅料 / 虫草200克，浙江金华火腿500克，枸杞子、油菜心各适量。

调料 / 料酒、盐、葱段、姜块、生抽、白糖各适量、香菜各适量。

特点 / 汤鲜味美，鸭子补肝血、明目，虫草有补虚损、益精气、壮肾阳、止咳化痰等功效。

技法 / 炖。

营养成分 / 含蛋白质、脂肪、糖类、维生素B、E、C及多种微量元素。有补气健脑、滋阴养胃、通便消肿等功效。





制法:

将发好的梅花参提前加精盐、白糖、酱油、蚝油、一品鲜煨透备用,菜胆根部切成十字刀后余水放入盘边摆成形状备用。锅内放色拉油烧热,将葱煎成金黄色,加入高汤,放入梅花参调好味,勾湿淀粉芡成后装在盘中间即成。

葱烧梅花参



主料 / 水发梅花参 1条, 约 350 克。

辅料 / 菜胆 100 克、淀粉适量。

调料 / 精盐 5 克, 葱段 30 克, 味精 3 克, 糖 5 克, 酱油 3 克 (半汤匙), 东古一品鲜 5 克 (1 汤匙), 色拉油 50 克, 蚝油 10 克, 高汤适量。

特点 / 葱香浓郁、肥嫩醇厚, 色泽红亮。

技法 / 葱烧。

营养成分 / 含蛋白质、低脂肪、糖类、多种矿物质及独特的维生素 A、B。有补肾壮阳、益气生精、通肠润燥、止血消炎、延缓衰老之功效。

脆皮三丝鱼卷

制作:

1. 芦笋余水, 用竹签串成竹筏状。胡萝卜刻成龙头、龙尾, 摆成龙船状。
2. 三文鱼切成长7厘米、宽6厘米、薄厚均匀的片, 加入料酒、精盐、味精、鸡精腌渍入底味。用鱼片将火腿丝、京葱丝、胡萝卜丝卷成鱼卷。
3. 将卷好的鱼卷拍干粉面, 拖脆皮糊, 下入五成热的油锅中炸脆, 成金黄色时捞出装盘, 即可配花椒盐和炼乳上桌。

主料 / 三文鱼 500 克, 金华火腿丝、京葱丝、胡萝卜丝、芦笋各适量。

辅料 / 粉面、脆皮糊。

调料 / 精盐、味精、料酒、鸡精、色拉油、椒盐、炼乳各适量。

特点 / 选取用三文鱼和金华火腿搭配, 口味鲜美, 营养丰富, 香松可口。

技法 / 炸。

营养成分 / 含蛋白质、脂肪、糖类、钙、维生素 A、D、B₆、B₁₂、多种矿物质等。可降血脂、防心血管疾病, 抵抗糖尿病等慢性疾病。



制法:

1. 将桂鱼去鳞、去内脏洗净,剔骨去刺分为两扇,一扇打成鱼花,用精盐、味精、料酒腌渍备用,蛋清、淀粉搅拌成芡汁待用,油锅上火,待油七成热时,鱼花蘸芡汁用油炸至金黄色熟透出锅装盘。锅上火加油,待油热加入番茄汁、白醋、白糖、精盐、味精、红椒末、香菇末搅拌均匀成味汁,加湿淀粉勾芡,浇入炸好的鱼花上。
2. 另一扇制成鱼泥,制成蝴蝶状,上笼蒸3~5分钟即熟,摆入盘中成造型,浇味汁,点缀香菜即成。

蝶戏鱼花



主料 / 桂鱼一条。

辅料 / 香菇末、油菜心、香菜、红椒末、淀粉各适量。

调料 / 番茄沙司100克,白醋20克,白糖150克,精盐10克,味精10克,料酒15克,色拉油适量。

特点 / 色泽红亮、外脆里嫩、味美肉鲜、造型美观。

技法 / 溜、蒸。

营养成分 / 含蛋白质、脂肪、钙、磷、铁、硫胺素、核黄素等。有益脑、益气、补虚劳、杀癆虫、消恶水等功效。

鹅肝酱烧鱼腐

制法:

1. 将鱼肉制成泥加蛋清、淀粉、盐少许，一部分挤成鱼圆，用温油滑熟。
2. 塘菜余水用鱼泥子、青红椒制成金鱼上火蒸熟备用。
3. 锅放底油烧热，青红椒末下锅爆香，放鹅肝酱油、美极鲜老抽、精盐、味精，加少许高汤调好口味下鱼圆，翻炒均匀，勾芡，淋明油出锅装盘，用金鱼围边点缀即成。

主料 / 鱼肉 500 克。

辅料 / 塘菜 150 克，淀粉适量，青红椒 150 克，蛋清 2 个，高汤适量。

调料 / 鹅肝酱油 30 克，美极鲜老抽 5 克，盐 3 克，味精 2 克。

特点 / 风味独特，口感滑嫩。

技法 / 烧。

营养成分 / 含蛋白质、脂肪、钙、磷、铁及多种维生素等。具有滋补、健胃、利尿、消肿、清热、解毒、止咳的功效。



制法:

1. 将鱼去鱼鳞、内脏洗净,去骨后将尾部分开。鱼肉片开成翅膀,鱼肉剖上十字花刀,即成燕子形状。
2. 将加工好的鱼拍生粉放入160℃的油锅中,炸成金黄色成熟即成。
3. 锅上火加油,待油热,加入番茄沙司、醋、精盐炒成糖醋汁,浇在鱼身上。
4. 将大虾肉馅做的5个小燕子上水锅焯熟,放入雀巢里,摆入盘中即成。

飞燕归巢



原料 / 草鱼一条,净重1500克。

辅料 / 炸好的雀巢1个,大虾、肉馅做成的小燕子5个,生粉适量。

调料 / 白糖、醋、番茄沙司各50克,精盐、调和油适量。

特点 / 造型逼真,外焦里嫩,酸甜可口。

技法 / 焗、炸。

营养成分 / 含蛋白质、脂肪、钙、磷、铁、硫胺素、核黄素等。有暖胃和中、平肝等功效。