

新一代美食⑩

西式 牛排大餐



责任编辑：赵世平



图书在版编目（CIP）数据

西式牛排大餐 / 陈忠良主编. — 广州：广东经济出版社，2002.10
（新一代美食⑩）

ISBN 7-80677-267-7

I. 西… II. 陈… III. 牛肉-菜谱-西方国家 IV. TS972.125

中国版本图书馆CIP数据核字（2002）第062633号

出版发行	广东经济出版社（广州市环市东路水荫路11号5楼）
经销	广东新华发行集团公司
印刷	广州丰彩彩印有限公司（广州市广源西路岗头大街9号丰彩大厦）
开本	889毫米×1194毫米 1/32
印张	2
版次	2002年10月第1版
印次	2002年10月第1次
印数	1~8000册
书号	ISBN 7-80677-267-7/TS·43
定价	全套10册 148.00元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与承印厂联系调换。

版权所有 翻印必究

ISBN 7-80677-267-7



9 787806 772676 >

¥ 14.80

TS972

6

假期的盛宴

西式牛排大餐

新
一
代
美
食

新
一
代
生
活



主 编:

陈忠良

台湾著名专栏作家;餐饮培训
大师;西餐吧台顾问。



示 范:

江进福

现任台中金哥德西餐厅
主厨、台中皇家花园餐
厅主厨、唐代餐饮制作
小组餐饮部顾问。

新一代美食

新一代生活

台湾唐代文化事业有限公司出版的《感性生活》和《精致生活》丛书，从二十世纪八十年代开始风靡台湾，经久不衰，几乎影响了整整一代人的生活习惯和消费倾向。作者陈忠良先生由于撰写这批图书以及开展相关培训，成为台湾著名的美食家和培训大师。现在，唐代文化事业有限公司和陈忠良先生授权广东经济出版社独家出版该批图书。为了配合读者阅读习惯和饮食习俗，我们对原书重新编排，推出《新一代美食丛书》。《新一代美食丛书》，新一代生活时尚。

《新一代美食丛书》以精美的图片，配上高档纸张和精美印刷，读者在欣赏每一幅精美图片的同时，会有一种马上想吃的冲动。

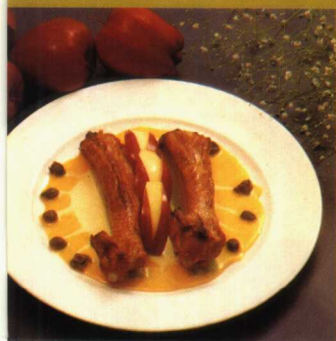
与传统菜谱图书比较，《新一代美食丛书》最大的特色是：用通俗的语言，详细说明各种菜式的制作程序和方法，读者只要对照书上内容，去一般集市购买各种物品，在家里即可自己动手做一桌色香味俱佳的菜肴。

作者陈忠良先生将在各大城市开展巡回表演和培训，解答读者疑问。本社特开设了读者服务热线，就《新一代美食丛书》各色美食的制作方法、所需材料与设备的选择与购买，回答读者问题。

读者服务热线：020—83829903、83801011。

衷心希望您会喜欢这套“高品质低价位”的好书，也希望品读玩味之余，能带给您无尽的喜悦与满足。

本书策划：赵世平





- 4 塔塔牛肉
- 6 威灵顿烤牛肉
- 8 菠菜烩猪脑
- 10 红炖牛尾
- 12 酸瓜烩牛舌
- 14 炸鸭酱小鸡
- 16 核桃椒烤小牛排
- 18 荷兰式烧鸡柳
- 20 瑞士式牛肉肠
- 22 醇酒蔬菜牛柳卷
- 24 德国式牛肉卷
- 26 烧黑枣鸡肉派
- 28 鲜瑶柱牛肉
- 30 红酒荷兰肉豆烩鸡
- 32 蓝带奖章鸡排



- 34 黑樱桃烧鸭脯
- 36 爱尔兰羊排
- 38 皇冠烧子排
- 40 苹果烧子排
- 42 翡冷翠皇家鸡巢
- 44 鹅肝酱牛排
- 46 鸭肉铁力路
- 48 菇菌酿乳鸽
- 50 奇异果猪排
- 52 红酒沙司
- 54 菠菜沙司
- 56 荷兰沙司
- 58 蘑菇沙司
- 60 黑胡椒沙司
- 62 茴香少司



塔塔牛肉

做法：



1 洋葱、青葱、红葱头、牛肉、蒜仁切碎、吐司切薄片成△型烤过后备用。

材料：
红葱头少许
吐司2片
香料少许
蛋黄1个
洋葱碎2匙
芥末酱半匙
酸豆5粒
味精、盐少许
牛肉4盘斯
青葱少许
蒜仁末2粒



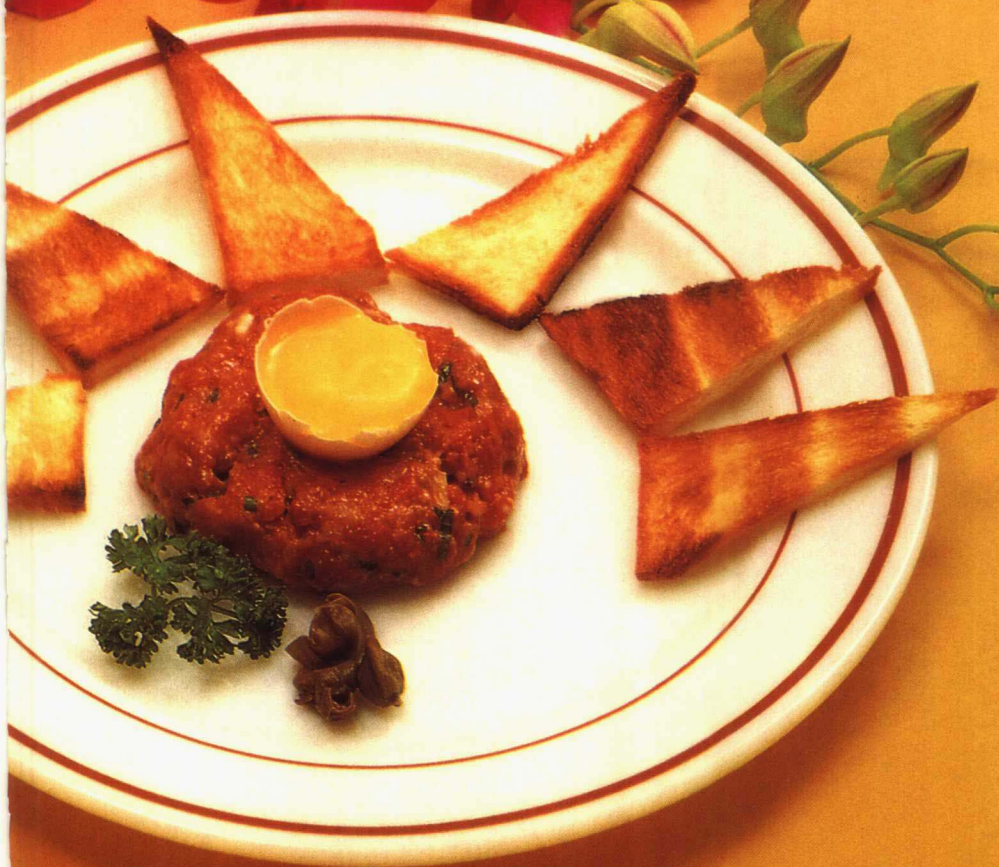
2 把洋葱、青葱、红葱头、蒜仁、蛋黄、芥末酱、酸豆、牛肉混合味精、盐搅拌均匀。



3 混合过的材料摆放于盘中，周围排放烤过的吐司薄片即可。

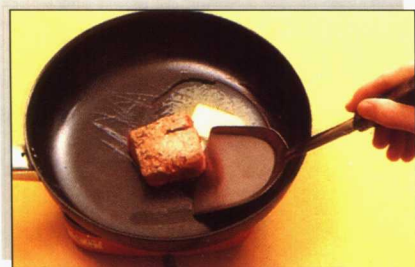


塔塔牛肉





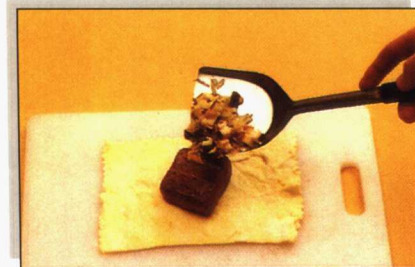
1 香菇、洋葱、金针菇切丁块备用。



2 备好的牛肉(菲力)放入锅中煎至呈金黄色即可。



3 香菇、洋葱、金针菇加白脱油、味精、盐炒熟热。



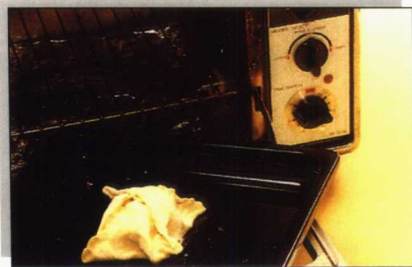
4 用脆皮包牛肉及炒过的蔬菜，然后在脆皮涂上蛋黄。

威灵顿烤牛肉

做法：

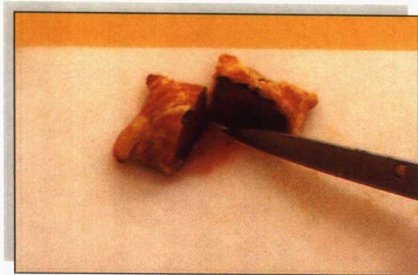
材料：

鲜奶少许	白脱油 1/2 块	金针菇、草菇少许	洋葱碎、蘑菇少许	香菇 3 朵
蛋黄 1 个	牛排 6 盎斯	脆皮 1 块	玉桂叶 2 片	味精、盐少许



5 已包好脆皮的牛肉放入烤箱，以220℃烤约8分钟。

威灵顿烤牛肉



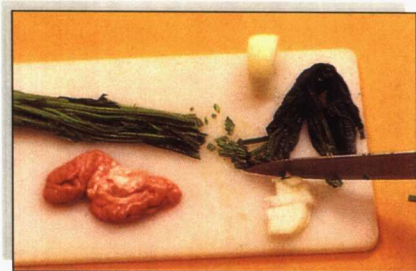
6 将烤好的牛肉对切成二份摆放于盘内。



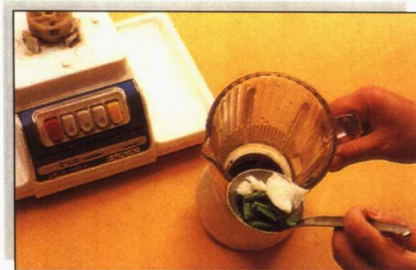
7 淋上红酒沙司即成。

菠菜烩猪脑

做法：



1 菠菜、洋葱切丁块备用。



2 菠菜、洋葱加半碗高汤至果汁机内打成汁。

高汤半碗
红酒、洋葱少许
味精、盐少许
香料少许
猪脑1副
菠菜3颗
材料：



3 猪脑放至锅中煮至熟热。



菠菜烩猪脑



4 打成汁的菠菜汁倒于锅中煮熟。



5 煮熟的猪脑放入盘内，淋上菠菜汁即成。

红炖牛尾

做法：



1 牛尾、红萝卜、洋葱洗净切块备用。



2 先将牛尾块油炸呈金黄色。

材料：
牛尾 1 条
红萝卜、洋葱 少许
蒜头 5 粒
草菇 6 粒
番茄粒 3 匙
美极鲜味露 少许
高汤 2 碗
白脱油 $\frac{1}{4}$ 块



3 再把红萝卜、洋葱、草菇加美极鲜味露、番茄粒、白脱油、番茄糊和牛尾块一起轻炒。



红炖牛尾



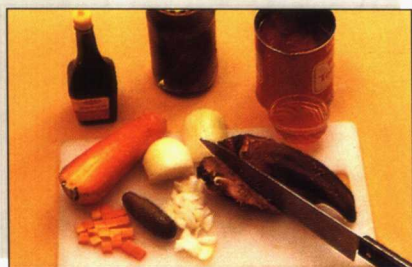
4 炒过的材料加2碗高汤，至锅中用小火炖煮1个半小时。



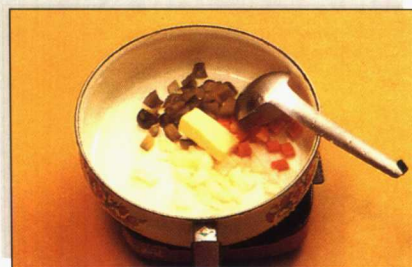
5 已作好的成品拼排于盘中，周围作花样装饰即成。

酸瓜烩牛舌

做法：



1 红萝卜、洋葱、酸黄瓜切丁块，牛舌切片备用。



2 洋葱、酸黄瓜、胡萝卜加白脱油轻炒。

材料：
牛舌 1 条
洋葱 1 粒
红萝卜 半条
酸黄瓜 少许
番茄粒 配司少许
加美极鲜味露 少许
高汤 3 碗
味精、盐 少许
白脱油 1/4 块
番茄汁、红酒 少许



3 炒好的材料加3碗高汤和番茄粒配司、番茄汁、牛舌、红酒、美极味精、盐，炖煮约1时30分钟。

酸瓜烩牛舌



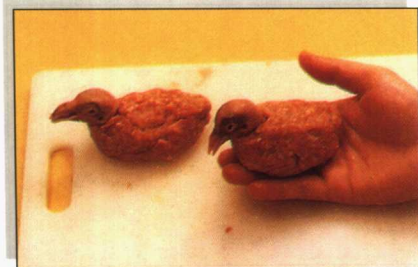
4 将炖煮好的成品放于盘中，淋上红酒沙司，周围作花样装饰即成。

炸鸭酱小鸡

做法：



- 1 猪肉、鸭胸肉绞碎，洋葱、芹菜切碎丁备用。



- 2 猪肉、鸭胸肉加蛋混合，再用肉酱包乳鸽头做成小鸡形状。

材料：
猪肉 200 克
鸭胸肉 300 克
洋葱碎 3 匙
芹菜碎 2 匙
味精、盐少许
面粉、面包粉少许
蛋 1 个
乳鸽头 2 个（带脖子）



- 3 捏好的乳鸽先沾面粉，然后沾蛋，再沾面包粉备用。



炸鸭酱小鸡



4 沾过面包粉的乳鸽油炸约五分钟。



5 将炸好的乳鸽排放于盘中，淋上红酒沙司，装饰花样即可。