

砂锅汽锅火锅 菜制作260例

黄永进 陈伍仁 章谊 编



中国华侨出版公司

砂锅、汽锅、火锅菜制作260例

黄永进 陈伍仁 章 谊等编

中国华侨出版公司

砂锅、汽锅、火锅菜制作260例

黄永进 陈伍仁 章 谊等编

出版者 中国华侨出版公司

北京北新桥三条4号

(邮政编码: 100007)

经销者 新华书店总店北京发行所

印刷厂 一二〇二工厂

字 数 152 千字 9 印张

开 本 787×1092 32开本

版 次 1989年11月第1版

印 次 1989年11月第1次

书 号 ISBN7-80074-147-8/G·24

定 价 2.90元

前 言

砂锅、汽锅、火锅菜，是我国传统饮食文化的一个组成部分。地不分东西南北，人不分男女老少，均不同程度地对“三锅”菜饶有兴趣，古今中外不少美食家给予很高评价。这些美味可口的佳肴，取料广泛，做法多样，味道各异，象北京的涮羊肉，四川的毛肚火锅，广西的砂锅果子狸，江苏的汽锅鸡等，都中外驰名，备受欢迎。随着人民生活水平的不断提高，人们对膳食的要求越来越高，尤其是风格别具的“三锅”菜，越来越受到人们的青睐，不少读者需要了解，掌握这方面的烹调知识。

为适应这种需求，我们编写了《砂锅、汽锅、火锅菜制作260例》一书。该书分为砂锅菜制作，汽锅菜制作，火锅菜制作，常识四个部分，从选料、用量、操作方法到风味特点，都有比较详细的介绍，融知识性、实用性于一炉。不仅适用于餐馆、饭店、食堂等单位，也是广大家庭主妇和烹饪爱好者的良师益友。

参加本书编写的主要有黄永进、陈伍仁、章谊、陈柳梅、陈淑英等同志。在编写过程中，还得到了有关领导和专家的支持、指导，并参考了一些报刊、书籍资料，在此深表谢意。

编 者

一九八九年五月

目 录

砂 锅

砂锅白肉·····	(1)
砂锅丸子·····	(1)
砂锅蛋肉·····	(2)
砂锅白肉汤·····	(3)
砂锅什锦汤·····	(3)
六品砂锅汤·····	(4)
什锦砂锅·····	(5)
砂锅狮子头 (一) ·····	(5)
砂锅狮子头 (二) ·····	(6)
三鲜砂锅 (一) ·····	(7)
三鲜砂锅 (二) ·····	(7)
红枣炖肘·····	(8)
火腿炖芽菜·····	(9)
炖金银蹄·····	(10)
清炖蟹粉狮子头·····	(11)
黄精煨肘·····	(11)
百花酒焖锅·····	(12)
哈蜊刮肉·····	(13)

扬州砂锅刮肉·····	(14)
冰糖蹄花·····	(15)
丹参炖蹄花·····	(15)
红煨猪舌·····	(16)
马铃薯膀·····	(17)
石耳炖蹄膀·····	(18)
沙茶焗排骨·····	(18)
金腿脊梅炖腰酥·····	(19)
砂锅肚肺·····	(20)
石榴白肺·····	(21)
砂锅煨酥腰·····	(22)
砂锅蹄筋·····	(23)
淡菜煨脚筋·····	(23)
砂锅下水·····	(24)
砂锅牛肉·····	(26)
砂锅炖牛肉·····	(27)
山药炖牛肉·····	(27)
砂锅牛尾·····	(28)
砂锅牛尾汤·····	(29)
砂锅牛腱子·····	(30)
枸杞炖牛冲·····	(31)
砂锅羊头·····	(32)
新疆砂锅羊肉·····	(32)
羊肉豆腐砂锅·····	(33)
枸杞炖羊肉·····	(34)
当归炖羊肉·····	(34)

羊肉羹·····	(35)
当归羊肉汤·····	(36)
当归生汤羊肉汤·····	(36)
附片羊肉汤·····	(37)
黄芪羊肉砂锅汤·····	(38)
雪浓汤·····	(38)
砂锅熊掌(一)·····	(39)
砂锅熊掌(二)·····	(39)
红煨熊掌·····	(41)
清炖熊掌(一)·····	(42)
清炖熊掌(二)·····	(43)
砂锅什锦熊掌·····	(45)
砂锅熊排骨·····	(45)
御府鹿尾·····	(45)
红烧果子狸·····	(46)
黄焖狗肉·····	(47)
上豉焖狗肉·····	(48)
南京砂锅狗肉·····	(49)
吉林砂锅狗肉·····	(50)
湖南砂锅狗肉·····	(50)
五香兔肉·····	(51)
罐焖野兔·····	(52)
什锦余兔肉圆·····	(53)
砂锅全鸡·····	(54)
砂锅焗鸡·····	(55)
炭沙茶鸡·····	(55)

葱焗童鸡·····	(56)
砂锅人参鸡·····	(57)
全家福砂锅·····	(58)
砂锅凤脯猴蘑·····	(59)
芝麻酱焗鸡·····	(60)
焗棋斗鸡球·····	(61)
焗鲤鱼鸡腿·····	(62)
蛋美鸡·····	(63)
五香鸡爪·····	(64)
栗子烧鸡块·····	(65)
清炖鸡·····	(66)
清炖二鸡·····	(67)
芪归炖鸡·····	(68)
瓦罐鸡汤·····	(68)
清炖什锦野鸡·····	(69)
砂锅原炖鸡加温蛋·····	(70)
全鸡清汤·····	(71)
砂锅鸡块汤·····	(72)
砂锅炖家野·····	(72)
罐焖鸭·····	(73)
虫草焖鸭·····	(74)
鸽蛋焖野鸭·····	(75)
出骨八宝鸡·····	(76)
火腿炖鸭·····	(77)
参芪鸭条·····	(78)
八宝全鸭·····	(79)

水饺鸭子	(80)
豆腐鸭架汤	(81)
砂锅野鸡	(81)
板栗红煨鸽	(82)
石耳炖鸽	(83)
鹌鹑煲水獭	(84)
“飞龙”砂锅	(85)
鸳鸯戏水	(86)
砂锅元鱼	(86)
红柳元鱼	(87)
砂锅炖甲鱼	(88)
山药桂圆炖甲鱼	(89)
砂锅鱼头	(89)
大头鱼锅	(90)
砂锅头尾	(91)
砂锅鳊鱼头	(92)
砂锅鱼头豆腐	(93)
天麻砂锅鱼头	(94)
参芪砂锅鱼头	(95)
砂锅鲶鱼	(95)
砂锅嘉鱼	(96)
砂锅雅鱼	(97)
红炖河鳗	(98)
炖生敲	(99)
砂锅煨脐门	(100)
大理砂锅鱼	(101)

砂锅什锦鲫鱼	(102)
砂锅鱼头尾	(103)
青鱼头尾砂锅 (一)	(104)
青鱼头尾砂锅 (二)	(105)
砂锅头、尾、皮	(105)
砂锅烩鱿鱼	(106)
鱼头汤	(107)
砂锅鱼头汤	(107)
六品砂锅汤	(108)
雪菜黄鱼砂锅汤	(109)
砂锅鱼唇	(109)
砂锅奶汤鱼唇	(110)
砂锅鱼翅	(111)
砂锅奶汤鱼翅	(112)
砂锅广肚	(113)
清汤广肚	(114)
砂锅海烩	(115)
鲜海蛎子锅	(116)
红炖全参	(117)
海参鸽蛋	(118)
乌参藏白凤	(119)
煨龟肉	(120)
双菇炖南蛇	(121)
三蛇龙虎会	(122)
蜆鸭花胶炖三蛇	(123)
菊花龙凤羹	(124)

蜗牛肉片砂锅汤	(125)
生姜粥	(126)
赤豆粳米粥	(126)
核桃甜酪	(127)
卤豆腐	(128)
砂锅豆腐	(128)
砂锅冻豆腐	(129)
砂锅豆腐汤	(130)
砂锅杂烩	(131)
砂锅三鲜汤	(131)
砂锅鲜菜	(132)
砂锅清汤	(133)
砂锅猴头	(133)
冰糖莲子	(134)
银耳血肺	(135)
肺羹银耳	(136)
枸杞头炖银耳	(137)
清炖凤尾笋汤	(137)
杞鞭壮阳汤	(138)
桑椹粥	(139)
石榴皮蜜膏	(139)
安心绝梦汤	(140)
山楂粥	(140)
蜜汁山药段	(141)
仙人粥	(141)

汽 锅

虫草汽锅兔肉	(143)
汽锅鸡	(143)
三七汽锅鸡	(144)
黄芪汽锅鸡	(145)
贝母汽锅鸡	(146)
汽锅炉鸭	(146)
参芪汽锅鸭	(147)
八宝汽锅甲鱼	(148)
汽锅香糟鸭	(149)
紫砂汽锅排骨汤	(149)
参龙汽锅	(150)

火 锅

家常火锅	(151)
丸子火锅	(152)
白肉火锅	(153)
全家福火锅	(153)
白肉血肠火锅	(154)
清汤火锅 (一)	(155)
清汤火锅 (二)	(156)
抽刀白肉火锅	(157)
下水火锅	(158)

杂拌火锅	(159)
神仙炉	(160)
双味火锅	(161)
米酒涮牛肉	(162)
牛肉酸菜火锅	(163)
毛肚火锅	(164)
涮锅	(165)
北京涮羊肉	(166)
羊肉火锅	(167)
参归羊肉火锅	(167)
鱼肉火锅	(169)
火锅才鱼	(170)
鱼圆火锅	(171)
双圆火锅	(172)
腌余火锅	(173)
牡丹火锅	(174)
鲜鱼火锅	(174)
活鲫鱼火锅	(175)
鲢鱼头火锅	(176)
银鱼火锅	(177)
高汤火锅饺	(178)
涮鲶鱼片	(179)
鱼杂豆腐火锅	(180)
鸳鸯生鱼片火锅	(181)
虫草八卦火锅	(181)
生火锅	(182)

海味火锅	(183)
各吃小酒锅	(184)
游龙戏凤	(185)
辣味火锅	(186)
余紫蟹牙菜火锅	(186)
鹿肉火锅	(187)
各吃参鹿火锅	(188)
狗肉火锅	(189)
生焖狗肉锅	(190)
南宁狗肉火锅	(191)
延边狗肉火锅	(192)
四喜火锅	(193)
朝天火锅	(194)
梅花火锅	(194)
湖南大边炉	(195)
鸭四宝火锅	(197)
野禽火锅	(197)
野味火锅	(198)
三鲜火锅 (一)	(199)
三鲜火锅 (二)	(200)
三鲜羊肉火锅	(200)
四川三鲜火锅	(201)
什锦火锅 (一)	(202)
什锦火锅 (二)	(203)
日本什锦火锅	(204)
十景火锅	(205)

四生片火锅 (一)	(206)
四生片火锅 (二)	(207)
湖南四生片火锅	(208)
菊花涮锅	(209)
菊花鲈鱼火锅	(211)
菊花火锅 (一)	(212)
菊花火锅 (二)	(213)
菊花生片大火锅	(214)
冬锅	(215)
素鸡锅	(216)
菜火锅	(217)
蝴蝶火锅	(218)
渍菜火锅	(218)
罗汉火锅	(219)
豆腐火锅	(220)
金菜米牙菜火锅	(221)
酒锅鹿肉	(221)
四生锅子	(222)
“飞龙”酒锅	(223)
飞龙玉液锅	(224)
鸳鸯“飞龙”酒锅	(224)
五加参“飞龙”酒锅	(225)
元鱼酒锅	(226)
鱼肉酒锅	(227)
什锦酒锅	(228)
银鱼仔蟹锅	(229)

一品酒锅	(230)
菊花酒锅	(231)
菊花生片酒锅	(232)
哈什蚂酒锅	(233)
渍菜什锦酒锅	(234)

常 识

火锅有哪些品种?	(235)
火锅有哪些特点?	(236)
吃火锅应注意哪些事项?	(236)
使用炭火锅应注意哪些事项?	(237)
使用煤气火锅和电火锅应注意哪些问题?	(237)
什么是家庭火锅?	(238)
什么是东北火锅?	(238)
什么是湖南火锅?	(239)
什么是四川火锅?	(239)
什么是日本火锅?	(240)
火锅有哪些主要原料? 怎样加工?	(241)
制备火锅汤料应注意哪些事项?	(246)
猪肉火锅有哪些特点?	(248)
牛肉火锅有哪些特点?	(249)
毛肚火锅有何特点?	(249)
怎样吃羊肉火锅?	(250)
狗肉火锅怎样选料?	(251)
什么是野味火锅的最佳原料?	(251)

鱼肉火锅的主料有哪些?	(251)
生片火锅的选料有哪些?	(251)
菊花火锅选料有哪些? 怎样做?	(252)
什锦火锅有何特点?	(252)
三鲜火锅中的“三鲜”是指什么?	(252)
怎样做素火锅?	(253)
怎样制作火锅的一般清汤?	(253)
怎样制作火锅的高级清汤?	(253)
火锅用汤应注意什么?	(254)
火锅有几种食用方法?	(256)
涮锅应掌握哪些要领?	(257)
煮锅应掌握哪些要领?	(258)
火锅应用哪些调料和佐料?	(259)
吃火锅怎样运用基本味?	(262)
火锅调味应注意哪些事项?	(264)