

菜谱：鸡二百八十味

(修订本)

王光
编



菜谱：鸡 280 味

（修订本）

王 光 编

广东科技出版社

修 订 说 明

这次根据我社出版的《菜谱：鸡280味》1985年10月第1版，1988年9月第4次印刷的版本进行修订，把全书计量单位改为我国统一实行的法定计量单位。为照顾尽可能宽的读者面，在法定计量单位之后仍附上原用的市制计量单位。此外，数字的用法也根据1987年1月1日国家有关部门公布的《关于出版物上数字用法的试行规定》进行了修订。

在此。对负责这次修订工作的梅盈冰同志，谨致谢意。

1990年2月

菜谱：鸡 280 味

(修订本)

王 光 编

广东科技出版社出版发行

广东省新华书店经销

广东新华印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 8印张 1插页 170,000字

1990年12月第1版 1990年12月第1次印刷

印数 1—20,300册

ISBN 7-5359-0650-8

TS·27 定价：3.20元



▲ 豉椒炒鸡球

◀ 榄仁炒鸡丁
 唸汁煎鸡脯



葱油瓦罈鸡 ▶

孔雀开屏鸡 ▼





▲ 凤巢炒鸡丝

◀ 鲜笋炒鸡片
鸳鸯玉树鸡

▼ 五柳炸鸡块



前 言

在中国菜中，以鸡为主要原料的菜肴，历来受到人们的重视，形成了种类繁多、烹调技术和风味各不相同的菜谱。在粤菜中，无论是高级宴会还是普通筵席、家庭小叙，鸡常常是主要的一道菜，高级的有孔雀开屏鸡，普通的有白切鸡、豉油鸡。在酒席上的众多美味佳肴中，鸡这一道菜常常起了画龙点睛的作用。

为了交流技术，同时为广大家庭提供烹调技术资料，我根据自己从事厨师和烹饪教学工作近四十年的实践体会，参考各地有关资料，编写了《菜谱：鸡280味》这本书。书中共收录以鸡为主要原料的各式菜谱280款（味），其中，中国菜261款，西菜19款。中国菜中包括八大菜系（广东菜、四川菜、浙江菜、江苏菜、山东菜、福建菜、安徽菜、湖南菜）及北京菜、湖北菜的主要菜谱，而以广东菜为主，计收录160款。西菜菜谱收录虽然不多，但注意选取烹调方法不同、地区风味有别的具有代表性的菜谱。

在编写中参考了广州市服务局烹调教研组编写的《粤菜烹饪》、许衡同志的《粤菜传真》以及《中国菜谱》中的有关卷册，此外，西菜方面，参考了梁汉枢、孙鸣山、刘亦明合编的《西厨教材》。对上述同志以及在编写本书过程中曾给予帮助的其他同志，谨致谢意。

编 者

作者简介

本书作者王光师傅，现年60岁，现任广州市服务旅游中专学校副校长。入厨40余年，早在1963年于广州大同酒家主理厨政时已跻身广州名厨师之列。1978年考取国家特一级厨师。他除致力培养人才之外，还兼任广东烹饪协会常任理事。1987年8月，曾代表广东烹饪界应邀赴香港担任香港美食节评判。并相继于1988年到北京任全国烹饪大赛评判。

作者自60年代以来，一直潜心研究，不断总结，献身于教育事业，为广州市以至全省、全国饮食行业培养出大量的人才。同时主持编著了《粤菜烹饪》《粤菜烹饪培训教材》《粤菜烹饪中级培训教材》等专业教科书，写出了象《烹调问答》《粤菜拼盘图集》等较有影响的书籍。本书所搜集的是作者几十年来关于鸡菜烹制的精华。

1990年3月

图版

图版 I: 孔雀开屏鸡 凤巢炒鸡丝 鲜笋炒鸡片 鸳鸯玉树鸡
图版 II: 豉椒炒鸡球 隐汁煎鸡脯 榄仁炒鸡丁 五柳炸鸡块
葱油瓦罈鸡

附录

一、中国菜八大菜系简介

二、四季鸡宴菜单

三、几种半成品的配制方法

1. 虾胶
2. 白卤水、糖浆
3. 上汤、二汤、芡汤
4. 炸蛋丝
5. 风眼润
6. 西汁
7. 大汤

目 录

广东菜(1)

1. 东江盐焗鸡.....(1)
2. 传统盐焗鸡.....(2)
3. 荷香鸡.....(3)
4. 豆酱焗鸡.....(4)
5. 花雕肥鸡.....(5)
6. 竹园椰奶鸡.....(5)
7. 瓦罉葱油鸡.....(7)
8. 口福鸡.....(7)
9. 碧绿香麻鸡.....(8)
10. 浙醋肥鸡.....(9)
11. 油香凤尾鸡.....(10)
12. 蚝汁双拼鸡.....(11)
13. 葡萄香液鸡.....(12)
14. 蚝油焗鸡.....(13)
15. 广州文昌鸡.....(13)
16. 牡丹珠圆鸡.....(14)
17. 香麻手撕鸡.....(15)
18. 姜葱鸡.....(16)
19. 金华玉树鸡.....(17)
20. 玉树鸳鸯鸡.....(17)
21. 芥菜胆上汤鸡.....(18)
22. 翡翠凤髓鸡.....(19)
23. 夜香奶液鸡.....(20)
24. 蜜腊软鸡.....(21)

25. 白切鸡.....(21)
26. 猪油浸肥鸡.....(22)
27. 茅台鸡.....(23)
28. 茅台牡丹鸡.....(24)
29. 玉髓牡丹鸡.....(25)
30. 园林香液鸡.....(26)
31. 荷叶花雕鸡.....(27)
32. 碧绿田七鸡.....(28)
33. 江南百花鸡.....(28)
34. 鲜茄奶香鸡.....(29)
35. 莲花鸡.....(30)
36. 碧绿香液鸡.....(31)
37. 芝麻汾香鸡.....(32)
38. 冬菇子母鸡.....(32)
39. 姜葱手撕鸡.....(34)
40. 香糟肥鸡.....(34)
41. 牡丹酥鸡.....(35)
42. 脆皮炸子鸡.....(36)
43. 脆皮糯米鸡.....(38)
44. 孔雀开屏鸡.....(39)
45. 东江扁米酥鸡.....(40)
46. 荔浦烧鸡.....(41)
47. 炸蓑衣鸡.....(42)
48. 七彩片皮鸡.....(43)
49. 茶香鸡(原名太

爷鸡).....(45)
 50. 白云香茶鸡.....(45)
 51. 美味烟香鸡.....(46)
 52. 香汁油气鸡.....(47)
 53. 插子油鸡.....(48)
 54. 玫瑰凤尾鸡.....(49)
 55. 冻金钟鸡.....(49)
 56. 威化纸包鸡.....(51)
 57. 玻璃纸包鸡.....(51)
 58. 香酥鸡丝蛋皮卷.....(52)
 59. 西汁焗鸡件.....(53)
 60. 秋菊红梅鸡.....(54)
 61. 翡翠骨香鸡球.....(54)
 62. 鲜荷叶包鸡球.....(55)
 63. 鸳鸯鸡球.....(56)
 64. 蒜心炒鸡球.....(56)
 65. 香滑鸡球.....(57)
 66. 蟹黄鸡脯.....(58)
 67. 隐汁煎鸡脯.....(59)
 68. 果汁煎软鸡.....(59)
 69. 百花煎酿鸡脯.....(60)
 70. 香麻煎鸡脯.....(61)
 71. 煎虾脯拼铁扒鸡.....(62)
 72. 蚝油滑手撕鸡.....(63)
 73. 韭黄炒鸡丝.....(64)
 74. 木耳鸡丝.....(64)
 75. 雪花鸡丝.....(65)
 76. 凤巢炒鸡丝.....(66)
 77. 鸡丝豆苗.....(67)
 78. 鸡丝扒燕盏.....(67)
 79. 鸡丝扒生菜胆.....(68)

80. 鸡丝扒芥胆.....(69)
 81. 棉花滑鸡丝.....(70)
 82. 鸡丝鱼卷.....(71)
 83. 榄仁鸡卷.....(72)
 84. 鱼卷炒鸡卷.....(72)
 85. 翡翠生扣鸳鸯鸡.....(73)
 86. 云腿三夹鸡.....(74)
 87. 核桃炒鸡丁.....(75)
 88. 榄仁炒鸡丁.....(76)
 89. 腰果炒鸡丁.....(77)
 90. 榄仁鸡碌.....(77)
 91. 桃蓉酥鸡.....(78)
 92. 水晶云腿鸡.....(79)
 93. 千层虾拼鸡片.....(79)
 94. 蘑菇炒鸡片.....(80)
 95. 姜芽炒鸡片.....(81)
 96. 冬笋炒鸡片.....(82)
 97. 凉瓜炒鸡片.....(82)
 98. 蚝油滑鸡条.....(83)
 99. 翡翠三鲜.....(84)
 100. 柚皮炆鸡.....(85)
 101. 蚝油炆鸡.....(85)
 102. 红菱炆鸡.....(86)
 103. 鲜菇炆鸡.....(87)
 104. 生炸鸡翼.....(87)
 105. 鲍鱼炆鸡.....(88)
 106. 清蒸鸳鸯鸡.....(89)
 107. 腊肠蒸鸡.....(89)
 108. 清蒸滑鸡.....(90)
 109. 炸拼三腿.....(90)
 110. 碎炸子鸡.....(92)

111. 啫啫鸡	(92)
112. 姜芽炆鸡	(93)
113. 凤果炆鸡	(93)
114. 咖喱炆鸡	(94)
115. 蚝油炆鸡翼	(95)
116. 炸穿鸡翼	(95)
117. 火腿穿鸡翼	(96)
118. 凤翅飞翔	(96)
119. 脆球鸡翼球	(97)
120. 豉汁鸡翼球	(98)
121. 酥炸胗肝	(99)
122. 蚝油胗肝	(99)
123. 胗肝糊	(100)
124. 油泡脆球	(101)
125. 鲜笋炒脆片	(101)
126. 榄仁炒脆丁	(102)
127. 威化隐汁焗鸡肝	(103)
128. 窝贴鸡肝	(104)
129. 梅焗鸡腰	(105)
130. 蚝油扒凤爪	(105)
131. 香露炖鸡	(106)
132. 虫杞炖鸡	(107)
133. 椰奶炖鸡	(108)
134. 栗子炖鸡	(109)
135. 清炖鸡脚翼	(110)
136. 冬菇煲鸡	(110)
137. 夜香鸡羹	(111)
138. 鲜莲鸡羹	(112)
139. 鸡丝烩花胶	(112)
140. 鸡粒烩冬茸	(113)
141. 五柳炸鸡件	(114)

142. 鸡丝烩鱼丝	(114)
143. 茶腿香鸡札	(115)
144. 竹笙川鸡片	(116)
145. 鲜菇炒鸡球	(117)
146. 梅菜鸡	(118)
147. 麻辣手撕鸡	(119)
148. 棉花鸡丝	(119)
149. 雪花鸡	(120)
150. 花菇香葱焗鸡	(121)
151. 鲜荷叶包鸡	(122)
152. 鸡丝蓑衣蛋	(122)
153. 麻辣碎炸鸡	(123)
154. 蜜梅焗肥鸡	(124)
155. 夏令荷香鸡	(125)
156. 香酥莲黄鸡	(125)
157. 香麻煎鸡脯	(127)
158. 酥炸子鸡	(127)
159. 冬菇鸡粒煎蛋角	(128)
160. 香麻五柳凉拌滑 鸡丝	(129)

北京菜 (131)

161. 两味灯笼鸡	(131)
162. 香酥油鸡	(132)
163. 酒香鸡	(133)
164. 松子全鸡	(134)
165. 炸鸡酥络	(135)
166. 菜包鸡	(136)
167. 醋熘鸡丁	(137)
168. 熘鸡脯	(138)
169. 香酥油鸡	(139)

山东菜 (140)

170. 酒香鸡(140)
171. 油烹雏鸡(141)
172. 柴把鸡(142)
173. 布袋鸡(143)
174. 扒雏鸡(144)
175. 黄焖鸡(145)
176. 鸡丝拉皮(146)
177. 福山烧子鸡(147)
178. 红烧鸡尾尖(148)
179. 奶汤鸡脯(148)
180. 爆鸡胗(151)
181. 炸面包鸡块(151)
182. 番茄鸡球(152)
- 四川菜**.....(154)
183. 椒麻鸡(154)
184. 怪味鸡(154)
185. 棒棒鸡(155)
186. 番茄烩鸡腰(156)
187. 桃酥鸡糕(156)
188. 官保鸡丁(157)
189. 辣子鸡丁(158)
190. 网油鸡卷(159)
191. 雪花鸡淖(160)
192. 生烧鸡翅(160)
- 江苏菜**.....(162)
193. 黄泥煨鸡(162)
194. 荷叶焗鸡(163)
195. 金镶脆鸡(164)
196. 油泼仔鸡(166)
197. 鸡包鱼翅(166)
198. 清炖鸡(167)
199. 松子鸡卷(168)
200. 银苗鸡丝(169)
201. 黄焖鸡翅(170)
202. 花菇凤翼(171)
203. 圆盅鸡(171)
- 浙江菜**.....(173)
204. 奶油莲香鸡(173)
205. 浓香嫩鸡(174)
206. 脆皮嫩鸡(175)
207. 糟鸡(176)
208. 熘黄蛋(177)
209. 栗子炒嫩鸡(177)
210. 白鲞扣鸡(178)
211. 黄焖鸡块(179)
212. 苹果鸡脯(180)
213. 酱鸡(180)
214. 新风鸡(181)
- 安徽菜**.....(183)
215. 葫芦鸡(183)
216. 符离集烧鸡(184)
217. 茶叶熏鸡(185)
218. 蒜香鸡(186)
219. 石耳炖鸡(187)
220. 清炖鸡酥(188)
221. 雪淋鸡(189)
222. 核桃鸡(190)
223. 芙蓉鸡腰(191)
224. 菊花鸡丝(191)
225. 腐乳鸡(192)
226. 油焖鸡(193)
- 福建菜**.....(195)

227. 坛烧肥鸡(195)
228. 扒烧全鸡(196)
229. 八块鸡(196)
230. 炸熘樱桃鸡(197)
231. 椒盐烧鸡(198)
232. 煨白汁鸡(198)
233. 芝麻酱焗鸡(199)
234. 油爆脆皮鸡(200)
235. 香糟炒鸡片(201)
236. 醉糟鸡(202)
237. 凤吞冬菇(203)
- 湖北菜**.....(204)
238. 两色对子鸡(204)
239. 八宝脆皮鸡(205)
240. 板栗烧子鸡(207)
241. 去骨溜子鸡(207)
242. 扣酥鸡(208)
243. 清炖全鸡(209)
244. 多味鸡(210)
245. 油煎鸡(211)
246. 香酥麻果鸡(212)
247. 炸鸡球(212)
248. 锅烧鸡(213)
249. 酱汁鸡(214)
250. 瓦罐鸡汤(215)
251. 清扣酥鸡(215)
- 湖南菜**.....(217)
252. 五元全鸡(217)
253. 焦炸子鸡(217)
254. 酥炸鸡扇(219)
255. 银针拌鸡丝(220)
256. 君山鸡片(220)
257. 酸辣鸡丁(221)
258. 东安鸡(222)
259. 醋焖(枝)鸡三件(223)
260. 龙穿凤翅(224)
261. 清汤滑鸡球(225)
- 西菜**.....(226)
262. 烧栗子火鸡(226)
263. 扒春鸡(227)
264. 原盅焗鸡(228)
265. 花旗炸鸡腿(228)
266. 川标鸡肝(229)
267. 露笋烩鸡柳(230)
268. 焗鸡马先尼(231)
269. 黄姜汤(231)
270. 鸡肉沙律(232)
271. 鸡肉碌结(232)
272. 比吉打鸡(233)
273. 红粉鸡球(234)
274. 烩(浸)鸡(235)
275. 鸡皇饭(235)
276. 比罗鸡(236)
277. 鸡茶(237)
278. 匈牙利烩鸡(238)
279. 葡国鸡(239)
280. 基辅鸡(又名黄油
鸡卷)(239)
- 附录(241)

广东菜

1. 东江盐焗鸡

原料

肥嫩鸡项*一只约重1.4公斤(2斤8两), 姜片10克(2钱), 葱条10克(2钱), 芫荽(经过消毒)25克(5钱), 粗盐2.5公斤(5斤), 精盐12.5克(2钱5分), 味粉8克(1钱6分), 八角末2.5克(5分), 芝麻油1克(2分), 沙姜末2.5克(5分), 熟猪油120克(2两4钱), 花生油15克(3钱), 纱纸2张。

制法

(1) 用文火烧镬。下精盐4克(8分), 烧热后, 放入沙姜末拌匀取出, 分盛3小碟, 每碟加入猪油15克(3钱), 可供佐食用。另外, 将猪油75克(1两5钱)、精盐5克(1钱)与麻油、味粉调成味汁备用; 纱纸1张, 刷上花生油待用。

(2) 将鸡宰净, 吊起晾干后, 去掉趾尖和嘴上硬壳, 在翼膊两边各划1刀, 在颈骨上剝1刀(不要剝断)。然后, 用精盐15克(7分)匀涂鸡腔内, 加入姜、葱、八角

* 没有下过蛋的母鸡, 有的地方称为鸡女。

宋，先用未刷油的纱纸裹好，外面包上已刷油的纱纸。

(3) 用武火烧镬，下粗盐炒至盐略呈红色时，取出四分之一放入砂锅内，把鸡放在盐上，然后将余下四分之三盐覆盖在鸡上面，盖上锅盖，用文火焗（焖）约20分钟至熟。把鸡取出，去掉纱纸，剥下鸡皮，将肉撕成块，骨拆散，加入味汁拌匀，放在碟上（骨在底，肉在中间，皮盖在上面），砌回鸡形，香菜放在鸡的两边。食时佐以沙姜、油、盐。

2. 传统盐焗鸡

原料

宰净光鸡项1只约重750克（1斤5两），葱条2条，姜片2件，西凤酒15克（3钱），生盐3.5公斤（7斤），味粉10克（2钱），老抽15克（3钱），纱纸3张，猪油100克（2两），八角1粒，盐10克（2钱）。

制法

(1) 将光鸡洗净，吊起晾干，然后在鸡身内外涂上精盐，把味粉、葱条、姜片、八角放入内壁，最后加入西凤酒，上笼蒸至七成熟后，取出涂上老抽。

(2) 将纱纸3张铺平在桌面上（其中上面两张涂上猪油），将已蒸过的鸡放在纸上包好。

(3) 将生盐用旧镬炒至炽热（有烟起），扒开中心，将包好的鸡侧放进去，把盐覆在鸡的上面再加上盖，把镬端离火位，利用生盐的热量将鸡焗熟；待盐冷却后取出鸡，将盐再炒至炽热，将鸡反转另一侧放入再焗，全鸡焗熟一般需要30分钟，可视鸡的大小而增减时间。

(4) 将熟鸡取出，拆去纱纸，斩件上碟，砌回鸡形。

盐焗子母鸡

原料

用料同上，只是多了几只鸡蛋。

制法

鸡的焗法与传统盐焗鸡同；但需将鸡蛋用水煮熟，在焗鸡的同时放进盐中焗香，鸡焗熟后鸡蛋同时取出，去壳，切开两边，摆在斩件的鸡肉周围。

3. 荷香鸡

原料

肥嫩光鸡 1 只约重 750 克（1 斤 5 两），鲜荷叶 3 张，腐竹皮 1 张，猪网油 1 块约 150 克（约 3 两），姜茸 15 克（5 钱），葱丝 25 克（5 钱），肉丝 50 克（1 两），发湿冬菇丝 25 克（5 钱），猪油 50 克（1 两），精盐 20 克（4 钱），味粉 2.5 克（5 分），西凤酒 15 克（3 钱），面粉 750 克（1 斤 5 两），湿生粉 5 克（1 钱）。

制法

（1）鸡去肺，洗净，晾干，用精盐 10 克（2 钱）、味粉涂匀鸡内膛。将肉丝用湿生粉拌匀，在开水中“飞过”，捞起后与姜茸、葱丝、冬菇丝、精盐一起拌匀，放入鸡的内膛，然后加入西凤酒。

（2）将猪网油拉开平铺在案板上，放入光鸡并包好，外面用腐竹皮包裹。另将鲜荷叶在开水中“飞过”（去涩味），铺开涂上猪油，将鸡放在上面包好，连包 3 层。

（3）面粉中加入精盐 10 克（2 钱）、清水 300 克（6 两），搓匀，把面团开成方形，将鸡包裹好，平放在炕盘内

(包皮接口向着盘底),放进炉温为 200°C 的烘炉中约炕(烤)2小时至熟取出。上席时,去掉外层的面粉壳和荷叶、腐竹皮,取出鸡膛内的肉丝、菇丝、姜茸、葱丝放在碟底,然后斩鸡件铺上,砌回鸡形便成。

4. 豆 酱 焗 鸡

原料

肥嫩鸡项1只约重1.25公斤(2斤5两),肥猪肉100克(2两),豆酱40克(8钱),香菜头(经过消毒)25克(5钱),葱条10克(2钱),姜片10克(2钱),味粉6克(1钱2分),白糖5克(1钱),芝麻酱10克(2钱),绍酒10克(2钱),淡二汤200克(4两)。

制法

(1)将鸡宰净晾干,敲断颈骨,斩去膝以下的脚,脱出柱骨留用。把肥肉切成薄片后,轻划几刀。把豆酱渣捞出压烂,调成酱汁备用。

(2)将味粉、芝麻酱、绍酒和酱汁搅匀,涂匀鸡身内外,约腌15分钟,再把姜、葱、香菜头放进鸡腔内。

(3)将砂锅洗净擦干,用竹笪垫底,把肥肉片铺上,放入鸡和鸡脚,把二汤从砂锅边淋入(勿淋掉鸡身上的酱料),加盖,用湿草纸密封锅盖四边,放在炭炉上先用武火烧沸,再转用文火焗约20分钟至熟取出(要注意火候,中途不能加水,否则影响质量)。留下原汁150克(3两)待用。

(4)把鸡腔内的姜、葱、香菜头取出,剃下鸡的头、颈、翼,然后起肉。把骨砍成段,放入碟中。鸡肉切块,放在骨头上,砌回鸡形,淋上原汁,碟边放上姜、葱、香