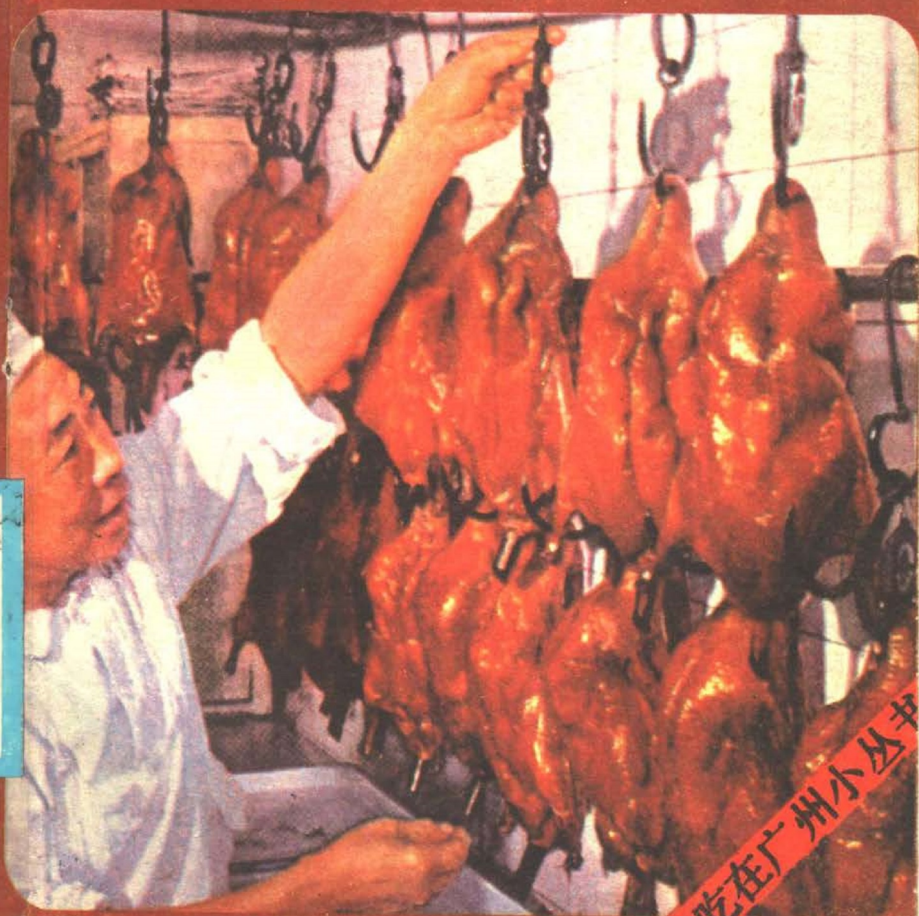


燒臘



100种



吃在广州小丛书

烧腊卤熏 100 种

关淑仁 编著

科学普及出版社广州分社

烧腊卤熏100种

关淑仁 编著

科学普及出版社广州分社出版
香港万里书店集团机构供稿

广东省农垦总局印刷厂印刷
广东省新华书店发行

787×1092毫米 1/32开本 2.875印张 60千字

1986年4月第一版 1986年4月第一次印刷

印数：1~38,800册

统一书号：17051·60393 定价：0.48元

写在前面

在朋友和读者的鼓励下，我利用课余时间，先后把烹饪课程作系统的分类整理，屈指算来，已有多册出版。这一册主要介绍烧腊卤熏的烹调法，是过去几册书中未尝提及的。

饮食作业的精萃——色香味之中，“真味”是最主要的。古人靠着吃一枚榄角（用豉汁制）的鲜味，就完酌杯酒碗饭，因此，味道是佳肴中的主题。

烧腊卤熏食品的味道一般偏重浓郁，是佐餐下酒的佳品，制作味料着重用植物、药物、酱料汁液来灌浸涂抹。有的经风吹日晒阴干，有的要密封贮藏吸收，有的凭着火候焗焙，即成美食。除家常佐餐外，以之作经营食品加工业，当亦大有发展前途。

在阅读本书之前，先认识一下烧腊卤熏的特点：

烧——粤人称烤为烧，即用炭炉或用电烤炉调节火力，把经过腌渍整理之肉类主料划开，用铁叉夹紧，放在炉火烧透即成，如叉烧、烧鹅、烧鸭、烧猪、烧鸡和烧鸽等。

腊——先将肉类过水，再加调味料腌渍及防腐剂注入，用重物压经一段时间，取出后用细绳穿挂，在阳光和北风中吹晒数天，间有需要吸收雾水或用沸水川水片刻即成，如腊肠、肉、鸭、猪和鱼等。

卤——卤的材料极多，海产及动物植物类均可，主要在一个卤味盆内配制，其法是用香料、调味料煮制浓香的汁液，放入经已川过水之物料浸渍，或用慢火催成。

熏——熏多为文火慢热制法，北方气候寒冷，家家有炉火取暖可资利用，除助烧水外，并可熏肉助餐。其法先将鱼肉类过水吹风阴干，涂注香料、姜汁、汾酒后，用文火或烤炉焙制。如采用蔗渣或香草烧烟更佳。

关淑仁

目 次

写在前面.....	(1)
-----------	-----

烧

烧金猪.....	(3)
烧乳猪.....	(3)
烧猪腿.....	(4)
烧猪腩肉.....	(5)
蜜味叉烧.....	(6)
豉汁叉烧.....	(6)
蜜味金钱鸡.....	(7)
烧排骨.....	(8)
烧桂花肠.....	(8)
烤羊腿肉.....	(9)
烧鸡.....	(9)
烧火鸡.....	(10)
烧鹅.....	(11)
烧鸭.....	(12)
烧挂炉大鸭.....	(13)
片皮鸭.....	(13)
北京填鸭.....	(14)
琵琶鸭.....	(15)

烧乳鸽.....	(15)
烧禾花雀.....	(16)
烧珍肝.....	(16)
烧鸭脚包.....	(17)

腊

腊肉.....	(19)
腊金银润.....	(19)
腊肠.....	(20)
切肉腊肠.....	(21)
腊鸭肝肠.....	(21)
腊猪肉眼.....	(22)
腊猪心.....	(22)
腊猪干.....	(23)
腊猪舌.....	(24)
腊猪横膈.....	(24)
上海咸肉.....	(25)
风干咸肉.....	(25)
风干酱肉.....	(26)
腊牛肉.....	(27)
腊鸡.....	(27)
南安腊鸭.....	(28)
腊酱鸭.....	(28)
腊鸭饼.....	(29)
腊鸭肾.....	(30)
腊鸭脚翼舌.....	(30)

腊鸭肠.....	(30)
腊禾花雀.....	(31)
腊草鱼.....	(32)
酱鲢鱼.....	(32)

卤

卤味盆.....	(35)
卤猪头肉.....	(36)
卤猪仔脚.....	(37)
卤猪蹄.....	(37)
卤猪肝.....	(38)
卤猪舌.....	(38)
卤牛肉.....	(39)
卤牛腩肉.....	(39)
卤汾酒牛肉.....	(40)
咖喱牛肉块.....	(40)
咖喱牛肉粒.....	(41)
蚝油卤牛肉.....	(42)
果汁牛肉干.....	(42)
蚝油牛肉粒.....	(43)
卤牛杂.....	(44)
辣椒牛肉块.....	(44)
玫瑰油鸡.....	(45)
卤凤爪.....	(46)
卤珍肝.....	(47)
卤水鹅.....	(47)

甑鹅	(48)
卤鸭	(49)
卤鹅鸭掌翼	(49)
卤乳鸽	(51)
卤禾花雀	(51)
卤水鸡蛋	(52)
五香茶叶蛋	(52)
卤鲜鲍鱼	(53)
咖喱鱿鱼	(53)
卤鲜墨鱼	(54)
卤咖喱豆腐	(55)
五香甘草糖豆	(56)
斋叉烧	(56)
斋火腿	(57)
斋猪肚	(58)
斋酸甜猪肚	(58)
素鸡	(59)
斋烧鹅	(60)
斋烧鸭	(60)
斋鸭肾	(61)

熏

熏五花肉	(63)
湖南烟肉	(63)

熏猪肝.....	(64)
熏猪蹄.....	(65)
熏牛肉.....	(66)
熏鸡.....	(66)
潮州烟鸡.....	(67)
熏茶香鸡.....	(68)
巧熏太爷鸡.....	(68)
熏板鸭.....	(69)
熏蔗汁鲛鱼.....	(70)
熏鲛鱼.....	(70)
五香熏鱼.....	(71)
上海熏鱼.....	(72)
熏大明虾片.....	(72)
附：常用食谱烹饪须知.....	(74)



烧 金 猪

用料:

肥大猪(二十五至三十市斤)一只

擦肚料:

五香粉半杯
细盐、白糖各半杯
味素二汤匙

上皮料:

红醋二杯
麦芽糖三两
玫瑰露酒半杯

做法:

①用刀在猪肚面上切开至猪头部,取出猪手脚大骨,再用木杆叉平,用一大铁叉在脚处穿至猪手两面备用。

②用一大壶热水从猪头直淋猪全身,使猪皮收缩。擦肚料放大碗中,用手和匀,涂擦在猪肚面备用。

③用锅放下上皮料红醋、麦芽糖、玫瑰露酒煮至溶化,取出淋匀猪全身,放在当风中吹四至五小时,放入烧炉中烧,一面烧一面要用毛笔扫上生油和用铁针刺入猪皮,可使成沙梨皮形,大约烧四十分钟至一小时,猪身呈金脆即可供用。

烧 乳 猪

用料:

乳猪(十二市斤)一只
木杆四条
铁叉一支

上皮料:

红醋一杯
水半杯

酒二汤匙
麦芽糖三汤匙

腌猪料:

五香粉三汤匙
南乳(小)两块

蒜(剥茸)五粒

腐豉酱二汤匙

细盐三汤匙

红葱头五粒

白糖二汤匙

味素一汤匙

做法:

①将乳猪仔放血后,用七成滚开水、三成冷水将乳猪放入泡约十余秒钟,取出去毛及内脏。

②乳猪洗净后抹干水分。用刀从猪的嘴唇处开始,经肚腹到肛门剖开,平放台上,取出猪手附近的两条大骨。

③把猪平放台上,用腌猪料腌匀肚内,再用一支六至七尺长的铁叉,在猪脚两面直穿至猪头处而使其平直。要小心,穿时不能损及猪皮和原形。

④用四条约四寸长、半寸宽的木杆把猪的手脚平直。

⑤用一小壶滚水淋在乳猪反面,可使猪皮发大平直,张紧反面;用一毛笔或排笔扫蘸满已溶化之上皮料涂匀猪皮,并放在当风处吹约四小时,便可供烧用。

⑥把乳猪架放在一已烧热至烧烤炉上(此炉又称烤猪炉),以慢火烧烤,一面转动乳猪,一面涂上少许点油,并时时用一铁针针刺猪皮。如发现猪皮不红(或部分皮不红),则必须再涂油,烧约五十分钟。取出斩件,砌成乳猪形供用。

烧 猪 腿

用料:

猪腿(六至七市斤)一只

腌肉料:

五香粉二汤匙

细盐四汤匙

玫瑰露酒二汤匙

上皮料:

红醋一杯

酒一汤匙

麦芽糖二汤匙

做法:

①将猪腿肉放大滚水中烫十五分钟,取出放大盆中用腌肉料腌约三小时。

②红醋放锅中烧热,放入麦芽糖及酒,烫至溶化即成上皮料。用毛笔蘸上皮料扫涂猪皮面,挂在当风处吹干。

③将吹干之猪腿放入已烧热的烧炉中烧,或放焗炉中以400°F炉温焗成金脆即成。

烧猪腩肉

用料:

猪腩肉四市斤

上皮料:

盐半杯

擦肚料:

五香粉一茶匙半

细盐二茶匙

味素、蒜茸各一茶匙

玫瑰露酒一茶匙

白糖一汤匙

做法:

①先将猪肉洗净,放入大滚水中川烫片刻,隔去水分。取盐擦外皮,多擦盐可使猪皮红脆;

②擦肚料拌匀后,用手涂匀猪肚面,腌约15分钟备用;

③先将烧炉或焗烧热,放入猪腩肉,使其肉面向上,先焗十五分钟,取出翻过来,即猪皮向上,肉面向下,一面烧焗一面涂上少许花生油于猪皮上,以400°F炉温焗至全块猪皮呈红脆即可。如要使猪皮烧成沙梨皮,在烧焗时,用铁针刺皮孔。

蜜 味 叉 烧

用料:

猪枚肉一市斤

腌肉料:

玫瑰露酒二汤匙

生抽一汤匙

盐一茶匙

蒜(剁茸)一粒

蜜糖(或麦芽糖)三汤匙

花红粉水一汤匙

做法:

①猪肉洗净抹干水分,直切成长条,在厚肉地方割上三数刀,

②把腌肉料放在大碗中搅匀,放进猪肉条,腌约半小时,

③先把焗炉或烤炉烧热,将已腌过之肉条放入烧焗,以350~400°F炉温焗约15至20分钟即成。

*此叉烧多作炒饭、炒菜等食用。

豉 汁 叉 烧

用料:

猪枚肉二市斤

麦芽糖半杯

腌肉料:

生抽二茶匙

盐一茶匙

磨豉酱一汤匙半

芝麻酱一汤匙半

玫瑰露酒二汤匙

蒜茸二汤匙

花红粉少许

清水三汤匙

做法:

①猪枚肉以选购夹层肥瘦的最好。猪肉洗净抹去水分,分切一寸半宽之长条,在猪肉上割裂数刀,使其吸入腌肉料,

②把腌肉料放在大碗中中和匀，放进猪肉条拌匀，腌约50分钟可用，麦芽糖用水半杯煮溶化备用；

③先将烧炉或焗炉烧热，放入叉烧用大火烧约十五至廿分钟即取出，放入麦芽糖中拌匀，再置烧炉中烧五分钟，即可取出斩件供用。

蜜 味 金 钱 鸡

用料：

肥猪肉半斤

瘦肉半斤

猪肝半斤

麦芽糖一斤

水半杯

铁针一支

玫瑰露酒一汤匙半

磨豉酱一汤匙半

芝麻酱一汤匙半

盐一茶匙半

味素、生抽各一茶匙

蒜茸、葱茸各一茶匙

白糖一汤匙

腌肉料：

花红粉水二汤匙

做法：

①先将肥猪肉、瘦猪肉（选购猪肉眼更佳）及猪肝洗净，抹去水分，分别切成一寸半直径，三分厚之圆块。

②腌肉料放大碗中中和匀，放入各切好之肉块腌约50分钟留用；麦芽糖放锅中加水半杯煮至溶化备用；

③用一支长铁针把肥肉、猪肝、瘦肉依次串穿上，穿满铁针（未穿好则可用另一支铁针穿上，或分次串穿）即放入已烧热之烧炉或焗炉中烧烤，约廿分钟取出，淋上麦芽糖水，再放回烧炉中烧约五分钟，即可供用。

烧排骨

用料:

腩排骨一市斤
麦芽糖半杯
蒜茸一茶匙
葱茸一茶匙

腌肉料:

玫瑰露酒一汤匙
磨豉酱一茶匙
白糖、细盐各一茶匙
芝麻酱一茶匙
花红粉水二汤匙

做法:

- ①排骨整块洗净，抹去水分，用刀割上三数刀；
 - ②将蒜、葱茸及腌肉料同放大碗中中和匀，放入排骨腌拌四十分钟备用；
 - ③把腌好之排骨放进已烧热之烧炉或焗炉中烧焗，约十五分钟，取出排骨在其两面涂上麦芽糖，趁热放回炉中烧约五分钟即成。
- * 如喜爱吃甜的，可多涂一些麦芽糖。如果是做生意售卖的，则烧好后涂上少许熟油，以增其色泽。

烧桂花肠

用料:

肥肉半斤
猪肝半斤
瘦肉半斤
肠衣(干)三尺
麦芽糖一市斤

腌肉料:

芝麻酱一汤匙
磨豉酱一汤匙
生抽、盐各一茶匙
玫瑰露酒一汤匙
蒜(剁茸)一粒