



中国美食丛书



世界各国地方风味菜精选

李壮、冯麦玲 编



中国旅游出版社

世界各国地方风味菜精选

李壮 冯麦铃 编

中国旅游出版社

(京)新登字 031 号

责任编辑:武冀平

技术编辑:吴子文

封面设计:滕义仿

世界各国地方风味菜精选

李壮 冯麦铃 编著

*

中国旅游出版社出版

(北京建内大街甲·9号)

新华书店北京发行所发行

北京怀柔孙史山印刷厂

*

开本:787×1092毫米 1/32 印张:5.5 字数:130千

1993年12月第一版 1993年12月第一次印刷

印数:3000册

ISBN 7-5032-0775-2

TS·94 定价:4.95元

目 录

出版说明.....	(1)
餐前准备.....	(2)
第一章 餐前小吃(开胃品)	
一、元宝馅饼	(4)
二、虾球	(5)
三、俄国小馅饼	(6)
四、焦炸印度饺	(6)
五、奶酪酥饼	(7)
六、鸡蛋卷	(8)
七、蜜汁排骨	(9)
八、红烧鸡翅	(9)
九、炸云吞	(9)
十、寿司.....	(10)
十一、小拉丁丸子.....	(10)
十二、花生酱烧鸡脯.....	(11)
十三、奶酪蘑菇.....	(11)
十四、腌汁蘑菇.....	(12)
十五、金枪鱼云豆色拉.....	(12)
十六、希腊色拉.....	(13)
十七、鲑鱼汁色拉	(13)
十八、虾仁黄瓜.....	(14)
十九、姜根腌汁虾.....	(14)
二十、鲑鱼蒜汁	(15)
二十一、墨西哥青豆汁.....	(15)

二十二、烧奶酪·····	(16)
二十三、辣奶酪·····	(16)
二十四、鳄梨汁·····	(17)
二十五、茄汁·····	(17)
二十六、田园鸡排·····	(17)
二十七、非洲辣酱·····	(19)
二十八、大豆芝麻酱·····	(19)
二十九、菜花汤·····	(20)
三十、鲜菇奶油汤·····	(20)
三十一、云吞汤·····	(21)
三十二、日本清汤·····	(21)
三十三、鳄梨汤·····	(22)
三十四、荸荠汤·····	(22)
三十五、法国洋葱汤·····	(22)
三十六、夏末什菜汤·····	(23)
三十七、奶油莴苣汤·····	(23)
三十八、玉米饼汤·····	(24)
三十九、卷心菜汤·····	(24)
四十、蛋花汤·····	(25)
四十一、柠檬鸡蛋汤·····	(25)
四十二、蕃茄汤·····	(26)
四十三、酸乳酪黄瓜汤·····	(27)

第二章 鱼及其它海味品

一、爱琴烤鱼柳·····	(28)
二、西班牙烤鱼柳·····	(29)
三、青葡萄鱼柳·····	(29)
四、酸奶鱼柳·····	(30)

五、薯条鱼柳·····	(30)
六、青菜炖鱼·····	(31)
七、甘蓝炖鱼·····	(32)
八、菠菜鱼柳·····	(32)
九、奶油蘑菇鱼柳·····	(33)
十、腌汁鱼柳·····	(34)
十一、糖醋鱼·····	(34)
十二、普罗旺斯鱼汤·····	(35)
十三、拉美鱼汤·····	(35)
十四、地中海鱼汤·····	(36)
十五、烧鱼卷·····	(37)
十六、番茄烩鲷柳·····	(37)
十七、柠檬焙鲑柳·····	(38)
十八、牙买加鲑鱼饼·····	(38)
十九、鲑鱼烩青菜·····	(39)
二十、加勒比鲑鱼色拉·····	(39)
二十一、茄汁咸鲑·····	(40)
二十二、米粉熏黑线·····	(41)
二十三、奶汁熏黑线·····	(41)
二十四、青鱼色拉·····	(42)
二十五、爱尔兰烤鳟鱼·····	(42)
二十六、鳟鱼杏仁酱·····	(43)
二十七、咸肉鳟鱼·····	(43)
二十八、填馅梭子鱼·····	(44)
二十九、芝麻烤鱼·····	(44)
三十、俄式鲑鱼角·····	(45)
三十一、里维耶拉色拉·····	(46)

三十二、酱汁鱼排·····	(47)
三十三、海味薄脆饼·····	(48)
三十四、加勒比咖喱虾·····	(49)
三十五、辣汁虾·····	(49)
三十六、豆豉虾仁·····	(50)
三十七、蕃茄虾仁·····	(50)
三十八、虾仁豆腐·····	(51)
三十九、印尼炒饭·····	(51)
四十、清蒸牡蛎·····	(52)
四十一、日本炖牡蛎·····	(52)
四十二、蟹酥卷·····	(53)
四十三、酒汁扇贝·····	(54)
四十四、普罗旺斯扇贝·····	(54)
四十五、炒虾段·····	(55)
四十六、帕拉·····	(56)
四十七、蛤汁空心粉·····	(57)
四十八、泰帕拉·····	(57)

第三章 家禽类

一、汉堡填鸡·····	(59)
二、苹果馅烤鹅·····	(60)
三、橙酱雏鸡·····	(61)
四、丹麦填鸭·····	(62)
五、巧克力火鸡·····	(62)
六、酸酪烤鸡·····	(63)
七、田园鸡·····	(64)
八、西班牙橄榄鸡·····	(65)
九、芝麻酱鸡·····	(65)

十、非洲鸡蒸饭·····	(66)
十一、五彩炖鸡·····	(66)
十二、龙蒿鸡·····	(67)
十三、花生酱鸡·····	(68)
十四、薄荷鸡·····	(68)
十五、法式炖鸡·····	(69)
十六、西班牙五彩鸡·····	(70)
十七、杏仁鸡·····	(70)
十八、克里奥耳炸鸡·····	(71)
十九、咖喱鸡·····	(71)
二十、加勒比酸橙鸡·····	(72)
二十一、五香鸡·····	(73)
二十二、鲜橙蜜汁鸡·····	(73)
二十三、猎人鸡·····	(74)
二十四、墨西哥炸鸡·····	(75)
二十五、肉鸡炒饭·····	(75)
二十六、火焰菠萝鸡·····	(76)
二十七、麦米鸡块·····	(76)
二十八、玉米鸡·····	(77)
二十九、辣子鸡·····	(78)
三十、果味炖鸡·····	(79)
三十一、青蒜鸡汤·····	(80)
三十二、咖喱鸡汤·····	(80)
三十三、红酒鸡·····	(81)
三十四、加勒比炖鸡·····	(81)
三十五、鸡汤元宝·····	(82)
三十六、意大利菜汤·····	(83)

三十七、棒棒鸡·····	(84)
三十八、杏仁鸡丁·····	(84)
三十九、炒鸡丁·····	(85)
四十、果仁鸡丁·····	(86)
四十一、鸡肉卷·····	(87)
四十二、鳄梨海螺鸡·····	(87)
四十三、炸鸡卷·····	(88)
四十四、豆芽鸡丝·····	(88)
四十五、柠檬鸡·····	(89)
四十六、鸡丁炒饭·····	(90)
四十七、基辅炸鸡肉包·····	(90)

第四章 肉类

一、法式煲牛柳·····	(92)
二、腌菜炖牛柳·····	(93)
三、约克布丁烤牛排·····	(94)
四、荷式炖牛柳·····	(94)
五、西班牙烧牛柳·····	(95)
六、牛柳土豆球·····	(96)
七、牛肉卷·····	(97)
八、南韩烧烤·····	(98)
九、牛肉排·····	(98)
十、匈牙利烧牛柳·····	(99)
十一、南韩炖牛排骨·····	(99)
十二、辣排骨·····	(100)
十三、牛柳腰排饼·····	(100)
十四、康耐馅饼·····	(101)
十五、非洲牛肉饭·····	(102)

十六、巴西黑豆炖牛舌	(103)
十七、锄头烧烤	(104)
十八、烤牛肉串	(104)
十九、中式火锅	(105)
二十、非洲烤肉串	(105)
二十一、威尼斯洋葱煎肝	(106)
二十二、俄式斯托戈夫炖牛肉	(106)
二十三、匈牙利浓味蔬菜炖牛肉	(107)
二十四、南瓜豆汤	(108)
二十五、俄式甜菜汤	(108)
二十六、佛兰德啤酒炖牛肉	(109)
二十七、炖牛尾	(109)
二十八、西班牙炖牛肉末	(110)
二十九、法式炖牛肉	(110)
三十、李朗尼炖牛肉	(111)
三十一、意大利牛肉饺	(112)
三十二、意大利肉龙	(113)
三十三、牛肉卷心菜包	(114)
三十四、瑞典肉丸	(115)
三十五、肉丸意大利粉	(116)
三十六、希腊薄荷丸	(117)
三十七、牛肉卷心菜卷	(117)
三十八、卷心菜卷	(118)
三十九、牛肉通心粉	(118)
四十、杏仁橄榄炒牛肉	(119)
四十一、德国香肠	(119)
四十二、玉米馅饼	(120)

四十三、牛肉面饼	(121)
四十四、塔斯特德斯面饼	(121)
四十五、牛奶蛋糊盖浇咖喱牛肉	(122)
四十六、斯里兰卡咖喱牛肉末	(123)
四十七、面饼火腿酱	(124)
四十八、丹麦烤肉卷	(124)
四十九、烤火腿洋葱卷	(125)
五十、阿尔萨斯炖猪肉	(125)

第五章 色拉、菜蔬类及开胃小菜

一、麦片芹菜色拉	(127)
二、法式莴苣色拉	(127)
三、雅典色拉	(128)
四、莴苣叶色拉	(128)
五、意式豆角色拉	(128)
六、鲜菇色拉	(129)
七、茄子色拉	(129)
八、法式土豆色拉	(130)
九、墨西哥速食土豆色拉	(131)
十、非洲甜薯色拉	(131)
十一、蕃茄酱豆角	(132)
十二、豆角牛至	(132)
十三、桔子酱豆角	(132)
十四、炒菜花胡萝卜	(133)
十五、油浸柠檬菜花	(133)
十六、沙锅素什锦	(134)
十七、蜜饯胡萝卜	(134)
十八、玻璃胡萝卜	(135)

十九、炸菜花	(135)
二十、米兰脆芹菜	(136)
二十一、墨西哥玉米布丁	(136)
二十二、蕃茄烩黄瓜	(136)
二十三、丹麦泡黄瓜	(137)
二十四、茄子拌蕃茄	(137)
二十五、酸奶茄子	(137)
二十六、油炸蘑菇	(138)
二十七、奶油蘑菇	(138)
二十八、印度素什锦	(139)
二十九、印度青椒烩西葫芦	(139)
三十、什锦蕃茄青椒盅	(139)
三十一、罗马尼亚素什锦	(140)
三十二、非洲青椒菠菜	(140)
三十三、芬兰焙甘蓝	(141)
三十四、玻璃甘蓝	(141)
三十五、罗马素什锦	(142)
三十六、炸蕃茄	(142)
三十七、法式浓味炖菜	(142)
三十八、莳萝泡西葫芦	(143)
三十九、烤干酪西葫芦	(143)
四十、烤土豆片	(143)
四十一、匈牙利沙锅土豆	(144)
四十二、瑞士奶油土豆	(144)
四十三、红薯苹果	(145)
四十四、苏格兰土豆	(145)
四十五、糖浸土豆	(145)

四十六、黄油焖土豆	(146)
四十七、土豆苹果	(146)
四十八、瑞士炸土豆	(146)
四十九、土豆白菜泥	(147)
五十、德国土豆饼	(147)
五十一、阿美尼亚面条饭	(148)
五十二、意式蕃茄鳕鱼粉	(148)
五十三、土耳其麦片肉饭	(148)
五十四、芹菜蘑菇	(149)
五十五、煮荞麦粒	(149)
五十六、罗马饼	(149)
五十七、米兰式米饭	(150)
五十八、意大利豆饭	(150)
五十九、印度炒饭	(150)

第六章 甜品

一、苹果奶油布丁	(152)
二、波斯甜苹果	(152)
三、俄式杏仁布丁	(152)
四、朗姆糖汁香蕉	(153)
五、墨西哥香蕉饼	(153)
六、加勒比香蕉	(154)
七、焙椰子香蕉	(154)
八、红枣香蕉	(154)
九、丹麦草莓布丁	(154)
十、加拿大草莓	(155)
十一、法式焙樱桃	(155)
十二、果仁馅梨	(155)

十三、糖水甜菠萝	(156)
十四、法式奶油水果	(156)
十五、奶油乳蛋水果	(156)
十六、意式酒乳蛋羹	(157)
十七、草莓糕	(157)
附：	(157)

世界各国地方风味菜精选

本书收录有包括世界上 50 多个国家和地区的 235 道地方风味菜肴。它包罗万象,范围极广,全世界五大洲 50 多个国家和地区的菜肴都有介绍,并附有简要说明。我们不仅能从这些菜肴中领略到世界不同国家、不同民族的饮食习俗,更可从中学了解到世界不同地区、不同民族的饮食文化。

本书的第二个特点是它所收录的菜肴以大众化为主,烹饪方法简单,仅有少量烹饪方法较为复杂的高档菜肴。所以,特别适用于家庭烹饪参考。即使没有操厨经验,只要严格按照本书各章节所介绍的方法操作,也能做出合口的西餐来。

本书的第三个特点是它按照西餐每道菜的次序,将 235 道菜肴分类、分章节加以介绍,而每个章节又可作为一个独立的部份出现。您按自己的喜好从各章节中任选一道菜,即可构成全套的西餐。

仔细地阅读此书并按其介绍的方法去操厨,会使您有一种旅游世界,遍尝佳肴之感。

餐前准备

一、厨具

鉴于此书以大众化菜肴为主，只需要通常家用的平底锅、炒锅、烤盘等厨具，不需要再准备特殊的厨具。当然，有些厨具的使用会使您的操作更为方便，更显有趣，也更加国际化。例如：一个东方式的蒸锅、食品加工机、搅拌器、烤箱及其它小装置对您的烹饪会更有用处。不过，既然您用常规厨具就足以应付的话，建议您还是在引人注目上下功夫，诸如配备色彩斑斓的盘子、亚麻桌布及光亮耀人的高脚酒杯等等。

二、气氛

当您为晚宴做计划时，要象您在设计一台戏一样。如果宴请很重要——如一次盛大的庆祝活动或一年一度的盛会——最好能让您的客人知道您所选择的主题，或请客人们适当地着装。即便这是一个4至6人的便宴，也要设计好用来烘托气氛的音乐，一束东方花束、一盆热带水果及一套斯堪地那维亚式的餐具。所有这一切均能很好地衬托及创造出一种异国情调，更增强了菜肴的诱人和客人及家人的情趣。

三、菜单

晚宴中最重要的部分是您的菜肴。本书为您安排菜单提

供了极大的方便。在索引处列举了每道菜的菜名、国家和食物范围。如果您选择了墨西哥奶酪烧饭或法式炖牛肉作主菜，您可参考索引上的墨西哥或法国的开胃品、色拉、配菜、面包和甜品进行选择。

为使菜单不完全拘泥于一个国家——当然，一种“纯中式”的晚餐会令人相当满意，但这仅仅是满意而已——为使晚餐更具刺激性和新奇感，可以从酥脆的希腊开胃品或较为清淡的日本汤开始，紧接一道墨西哥式烤鸡，再加一道色彩夺目的意大利色拉，印度面包，最后上法式甜品，这样就更加名符其实了。