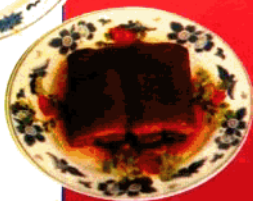
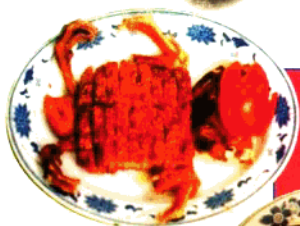


王子辉 主编

家庭佳肴精选系列

传统名菜

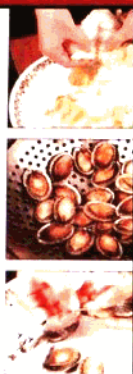


青岛出版社

► 油炸牛衣



► 白灼响螺片

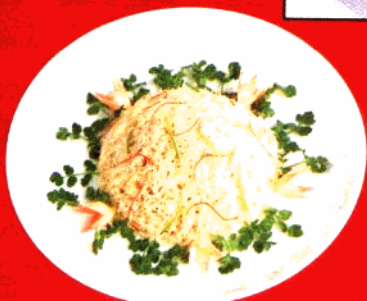


◀ 蚝油九孔

◀ 铁板花枝卷



▲ 蜜枣羊肉



▲ 发丝牛百页

▶ 珊瑚鳊鱼



柴把鳊鱼



百花江团



清蒸槎头鳊



▶ 清汤菊花干贝



▼ 黄焖鱼翅



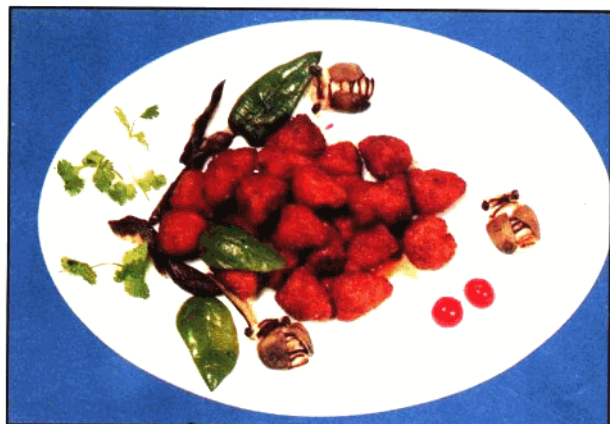
▶ 菠饺鱼肚



▼ 鲜柠檬焗鹌鹑



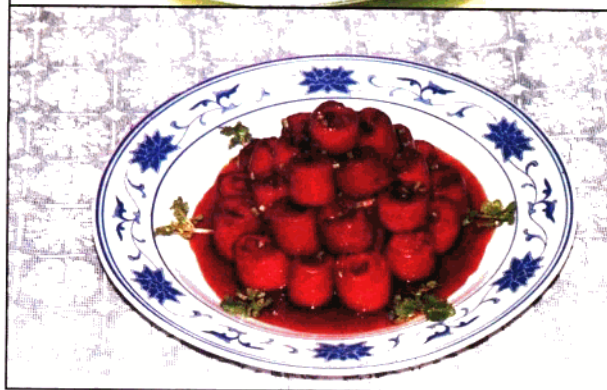
荔枝肉



桂乳荔芋扣肉



九转大肠



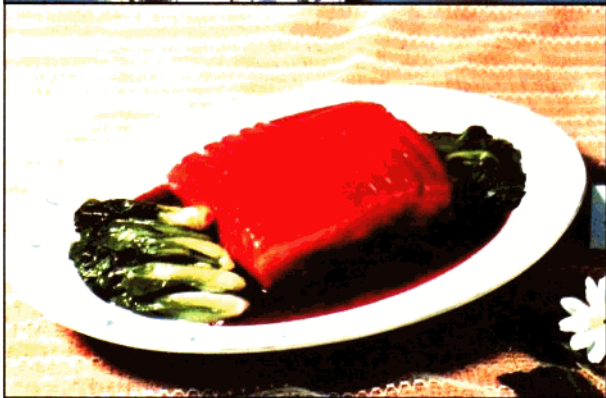
糖醋黄河鲤鱼



鞭打绣球



腐乳汁肉



► 清炖乌蹄鳖



▼ 江陵干张肉



► 糖醋咕嚕肉



◀ 宫保鸡丁



◀ 鸡汤永海鲜



▶ 凤尾明虾



▼ 汽锅鸡



出版说明

中国菜肴的丰富精美、内蕴深邃在世界上是独树一帜的。这不仅是中国人的口福，而且是中国人对世界文化的一大贡献。我社组织国内相关领域一流专家，花了近十年时间，对中国菜肴作了系统的梳理和汇集，陆续出版了六卷本《中国菜肴大典》，收集了古今中国菜肴 22584 条。只要是历史和现实中出现过并且定型了的菜肴，该书都努力地给出一个明晰的记录，从所用的原料、辅料、调料的品种、分量、质量，制作中的原料初加工、切割，到烹制时的方法、火候掌握、各种作料的运用、装摆方式，等等，无不细说原委。可以说这是我国第一部真正展示中国菜肴全貌的中国菜肴“全集”，但因之内容丰富，故而卷帙浩繁，六大卷，近千万字，且价格不菲，一般读者购买不便。为此我们分传统名菜、家常美味、药膳精品和佳肴新作几个专题，邀请《中国菜肴大典》的主编王子辉先生亲自精选出那些最能代表中国菜风味特色，又适合一般家厨学做的菜肴，编成了这套《家庭佳肴精选系列》。这套精选本的出发点是适合一般家庭学用，因而一些制作难度较大，原料十分难觅的菜肴我们一般没有选录。当然也有个别菜肴所用的原料是局限在一定地区的，我们也选了，原因无他，这些菜肴确实很有个性，能代表一方风味，甚至风情。在世界越来越小的今天，也许有一天你会得到这些原料，并亲自制作它的。为了更直观地说明这些菜肴，我们还选配了部分图片，以飨读者。

青岛出版社

1998 年 9 月

目 录

畜兽产品类

片皮乳猪	(1)	九转大肠	(16)
扒烧整猪头	(3)	圈子草头	(16)
豆腐条炆猪脑	(4)	椒盐酥肉	(17)
状元油	(5)	烧烤大方	(18)
夹沙水晶	(6)	荷包里脊	(19)
三鲜烩脊髓	(7)	芙蓉肉	(20)
无锡肉骨头	(7)	水浒肉	(21)
笋穿排骨	(8)	烩肘	(21)
肝签	(9)	绍式反扣	(22)
烧网油肝花	(10)	蒜泥肉片	(23)
炒肝	(10)	霸王肉	(24)
汤爆肚	(11)	荔枝肉	(24)
油泡爽肚	(12)	南肉春笋	(25)
口蘑汤泡肚	(12)	坛肉	(26)
宝塔香腰	(13)	扎肉	(27)
温拌腰丝	(15)	东坡肉	(28)

江陵千张肉	(28)	它似蜜	(50)
桂乳荔芋扣肉	(30)	焖羊肚片	(51)
金钱肉	(31)	烩银丝	(52)
冰糖肉	(32)	羊紫果肝	(52)
过油肉	(33)	原油爆羊肝	(53)
糖醋咕嚕肉	(33)	筏子羊肉团	(54)
清炖蟹粉狮子头	(34)	锅爆肉	(54)
腐乳汁肉	(35)	白切羊肉	(55)
炖甜肉	(35)	羊羔	(56)
水晶肴蹄	(36)	炮焖	(57)
白云猪手	(38)	胡羊蹄	(57)
桂花蹄筋	(38)	红煨羊蹄花	(58)
蜜汁火方	(39)	头脑	(59)
叉烧云腿	(40)	白汁东山羊	(60)
龙眼牛头	(41)	手把羊肉	(61)
明珠烧牛舌	(42)	烤羊肉	(62)
水煮牛肉	(42)	茴香焖羊肉	(63)
玉林牛肉巴	(44)	香酥岩羊	(64)
油炸牛衣	(44)	碗蒸鱼羊	(65)
鞭打绣球	(45)	羊肉羹	(66)
发丝牛百页	(46)	单县羊肉汤	(67)
炉烤带皮整羊	(47)	炙子骨头	(68)
醋羊肉	(48)	山药焖兔腿	(69)
白煮全羊	(49)	滑炒驼峰丝	(69)
砂锅羊头	(49)	三夹象鼻	(70)

禽鸟虫蛋类

锅烧鸭	(72)	道口烧鸡	(93)
武林熏鸭	(73)	莱阳卤鸡	(95)
八宝葫芦鸭	(74)	红煨八宝鸡	(96)
神仙鸭子	(75)	汽锅鸡	(97)
母油船鸭	(75)	栗子黄焖鸡	(97)
三套鸭	(77)	铁扒露鸡	(98)
蛋酥樟茶鸭	(78)	三杯鸡	(99)
开乌全鸭	(79)	笏板鸡	(100)
无为熏鸭	(80)	梧州纸包鸡	(100)
芥菜鸭糊涂	(81)	永安仔鸡	(102)
云林鹅	(82)	宫保鸡丁	(103)
诸侯鹅	(83)	捶烩鸡片	(103)
网油包鹅肝	(84)	涟水鸡糕	(104)
葫芦鸡	(85)	鸡豆花	(105)
翰林鸡	(85)	白玉鸡脯	(106)
广州文昌鸡	(86)	焖黄菜	(106)
福山烧小鸡	(87)	三鲜铁锅烤蛋	(107)
德州五香脱骨扒鸡	(88)	金银蛋	(108)
整锅油鸡	(89)	花菇无黄蛋	(109)
马豫兴桶子鸡	(90)	雏凤明珠	(110)
油淋庄鸡	(91)	鲜柠檬焗鹌鹑	(111)
常熟叫化鸡	(92)	五味子炸飞雁	(111)

水产海鲜类

蟹黄扒鱼翅·····	(113)	银丝鱼脍·····	(135)
鸡茸鱼翅·····	(114)	西湖醋鱼·····	(136)
荷包鱼翅·····	(115)	鱼脯·····	(138)
黄焖鱼翅·····	(116)	灌蟹鱼圆·····	(138)
洞庭鲥鱼肚·····	(118)	水晶脍·····	(139)
鸽蛋鱼肚·····	(119)	糟青鱼干·····	(140)
烩青鱼肚·····	(120)	酥鲫鱼·····	(141)
银湖鱼肚羹·····	(121)	老烧齐头·····	(141)
菠饺鱼肚·····	(121)	白汤鲫鱼·····	(142)
芙蓉干贝·····	(122)	奶油鲫鱼·····	(143)
珊瑚鳊鱼·····	(123)	将军过桥·····	(144)
柴把鳊鱼·····	(124)	翠竹粉蒸鲥鱼·····	(145)
新风鳊鲞·····	(125)	红烧鲥鱼·····	(146)
松鼠鳊鱼·····	(125)	奶汁肥王鱼·····	(146)
双黄鱼片·····	(127)	清蒸人参白鱼·····	(147)
玉盏豆腐·····	(128)	空心鱼圆·····	(148)
雾熘鳊鱼·····	(129)	煎塘鱼饼·····	(149)
宋嫂鱼羹·····	(130)	蒜米扣鲢鱼·····	(149)
腌鲜鳊鱼·····	(131)	犀浦鲢鱼·····	(150)
培红鱼片·····	(132)	砂锅鱼头豆腐·····	(151)
白汁五柳鱼·····	(132)	清蒸槎头鳊·····	(152)
糖醋黄河鲤鱼·····	(133)	梁王鱼·····	(153)
麒麟洛鲤·····	(134)	油泡鱼青丸·····	(154)
奶汤锅子鱼·····	(135)	清蒸武昌鱼·····	(155)

百花江团·····	(156)	白灼响螺片·····	(176)
大烧马鞍桥·····	(157)	油爆海螺·····	(177)
炖生敲·····	(158)	红烧海螺·····	(177)
梁溪脆鳝·····	(158)	墨鱼螺串·····	(178)
干炸赤鳞鱼·····	(159)	爆乌花·····	(179)
干烧石头鱼·····	(160)	铁板花枝卷·····	(179)
锅塌黄鱼·····	(161)	烩乌鱼蛋·····	(180)
黄鱼羹·····	(162)	清余蛎子·····	(181)
蛙式黄鱼·····	(163)	油爆大蛤·····	(181)
宫烧目鱼·····	(164)	鸡汤余海蚌·····	(182)
熘鱼片·····	(165)	双味蛰蛸·····	(183)
扒鱼脯·····	(165)	炒蜆片·····	(184)
加力鱼头红白菜·····	(166)	熘河蟹黄·····	(185)
金蒜鳎鱼·····	(167)	瓢蒸焗膏蟹·····	(185)
菜蕻节鲞鱼·····	(168)	凤尾明虾·····	(186)
之江鲈莼羹·····	(168)	芝麻梅花虾·····	(187)
清蒸鲥鱼·····	(169)	吉利虾·····	(188)
砂锅鲥鱼·····	(170)	清蒸龙骨大虾·····	(189)
双皮刀鱼·····	(171)	绍虾球·····	(190)
炆鱼白·····	(172)	蟹黄虾丸·····	(191)
虾子大乌参·····	(173)	醉河虾·····	(191)
蚝油九孔·····	(174)	清炖马蹄鳖·····	(192)
扒原壳鲍鱼·····	(174)	冰糖甲鱼·····	(193)
掌上明珠鲍鱼·····	(175)	冬瓜鳖裙羹·····	(193)

谷蔬菌果类

知了白菜·····	(195)	护国菜·····	(201)
烂糊·····	(196)	莲菜饼·····	(202)
金边白菜·····	(197)	奶汤蒲菜·····	(203)
罗汉菜心·····	(197)	大煮干丝·····	(204)
炖菜核·····	(198)	麻婆豆腐·····	(205)
酒菜·····	(199)	徽州毛豆腐·····	(205)
腊肉炒菜苔·····	(200)	什锦豆腐·····	(206)
鸡茸金丝笋·····	(201)	文思豆腐·····	(207)

什锦花拼类

鸡酱暖锅·····	(209)	鱼脑烧豆腐·····	(214)
清炖鸡孚·····	(210)	油爆双脆·····	(214)
什锦一品锅·····	(210)	徽州丸子·····	(215)
蒸三鲜·····	(211)	绍什锦·····	(216)
蟹莲相会·····	(212)	鸡腿扒乌参·····	(217)
博山豆腐箱·····	(213)		

畜兽产品类

片皮乳猪

广东传统菜。又称烧乳猪。以整只乳猪为主料，经叉烧制成。此菜历史悠久，据南北朝贾思勰《齐民要术》卷九载，当时是将小猪宰净，开小腹，用茅草填满腹腔，梓木穿着“慢火遥炙”的。炙时，要“急转勿住”，涂清酒取色，再涂新猪膏或芝麻油。这样炙成的乳猪“色同琥珀，又类真金，入口则消，状若凌雪，含浆膏润，特异凡常也”。清代袁枚《随园食单》所记已改为开大腹，撑开，先炙内腔，后烧外皮，不使油尽落火上的烤法。广东一直延用此法，并不断改善和发展。具体制作方法是：

1. 将乳猪 1 只（重约 5000 克）宰净，开腔，从嘴巴直开至尾尻，去内脏（留肾），并沿中线将脊骨分开，但不破表皮，使之能成平板形，洗净，沥干；于牙关节处各劈一刀，使之上下分离；剜出第三肋骨和扇骨，于扇骨之厚肉和臀肉处划数刀，使之能摊撑自如，并易入味和均匀受热。

2. 将五香盐 65 克，涂匀内腔，用铁钩挂起，晾腌约 30 分钟，至水分晾干。将豆酱 100 克、红腐乳 25 克、芝麻酱 25 克、汾酒 7.5 克、蒜泥 5 克、白糖 25 克抖匀涂上，再晾腌 20 分钟。用铁叉从臀部