

家庭四季美食丛书



四季面条食谱

JiaTing SiJi MeiShi CongShu

紫毫◎编



TS872.12
7

102839

四季面条食谱

JiaTing Siji MeiShi CongShu

家庭四季美食丛书

紫毫◎编



(陕)新登字 012 号

责任编辑：薛 放

封面设计：老 乡

责任监制：刘青海

《家庭四季美食》(十二册)

紫 毫 编

陕西旅游出版社出版发行

(西安长安路 32 号 邮编:710061)

新华书店经销

北京市密云县印刷厂印刷

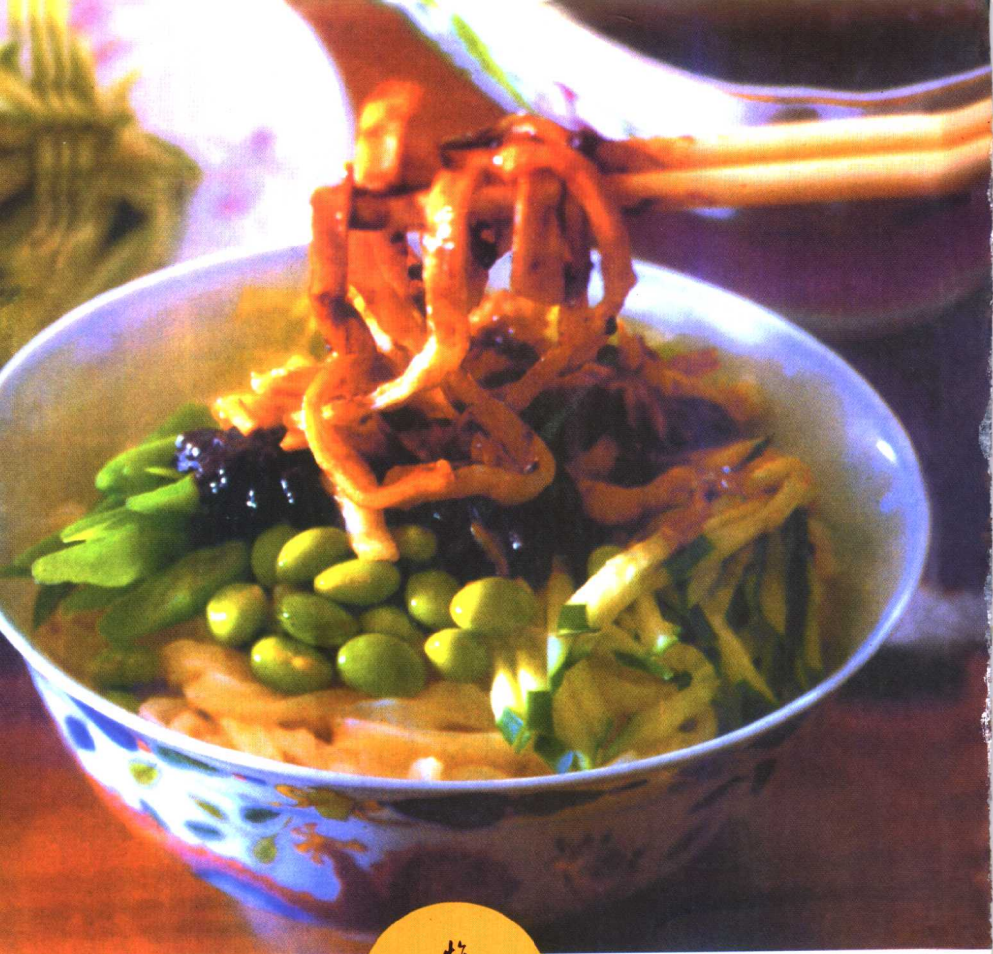
850×1168 毫米 大 32 开 6.5 印张

2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 集

印数：1—10 000 册

ISBN 7-5418-1601-9/G·409

定价：9.50 元



炸醬面

虾仁烩面

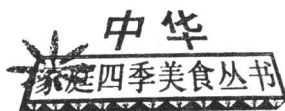




炆
鍋
麵



目录



目 录

(一) 素面类	
拌素面	(3)
温江甜水面	(3)
葱油煨面	(4)
窝子面	(4)
番茄鸡蛋面	(6)
素什锦打卤面	(6)
凉面皮 (酿皮子)	(7)
浆水面	(8)
蒸拌冷面	(8)
南炒面	(9)
素炒面	(10)
焦炒面	(10)
素什锦炸面	(11)
净素鸡丝炒面	(11)
铲面片	(12)
长豆面	(13)
蘸尖尖	(13)
豆面条	(14)
抿圪斗	(14)
拉面 (抻面)	(15)
空心拉面	(16)
夹馅拉面	(16)
干烧伊府面	(17)
鲜菇烩伊面	(18)
奶油八宝伊府面	(18)
素熬面	(19)
素三鲜汤面	(20)
素什锦炸面	(20)
素什锦炸酱面	(21)
素什锦卤面	(22)
麻辣小面	(22)
油豆腐面	(23)

口蘑豆腐汤面·····	(23)	虾片打卤面·····	(38)
四川豆花面·····	(24)	鳝鱼凉面·····	(39)
萝卜丝汤面·····	(24)	川味鲜鱼面·····	(40)
芝麻酱拌面·····	(25)	海鲜氽卤面·····	(40)
蒜茸辣酱面·····	(25)	鲜贝凉面·····	(41)
葱花酱油醋卤面·····	(26)	鲜鱿凉面·····	(42)
油盐拌面·····	(26)	香炒粗面·····	(43)
腌菜凉面·····	(27)	海鲜炸面·····	(43)
蚝油凉面·····	(27)	鱼汁焙面·····	(44)
香椿拌面·····	(28)	溜鱼焙面·····	(45)
		香菇斑球面·····	(45)
		鲍鱼银芽炒面·····	(46)
(二) 河湖海鲜类		蚬子汤面·····	(47)
虾籽面·····	(31)	鳝鱼丝汤面·····	(47)
鳝鱼大面·····	(31)	鲫鱼鸡骨面·····	(48)
干烧生蚝捞面·····	(33)	鲫鱼虾籽面·····	(48)
对虾蛋黄疙瘩汤·····	(33)	红油爆鱼面·····	(49)
无锡脆鳝面·····	(34)	虾仁刀鱼汤面·····	(50)
虾仁炸酱面·····	(35)	滑生鱼片面·····	(51)
蟹黄炸酱面·····	(36)	卤面·····	(51)
蟹黄烩拌面·····	(36)	辣卤面·····	(52)
氽卤面·····	(37)		

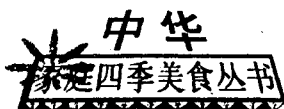
中华
家庭四季美食丛书

四季
面食
食谱
目录

干熨臊子面·····	(83)	炸酱面·····	(97)
糊油面·····	(84)	藕丝炒面·····	(97)
海螺面·····	(85)	辣味茄丝炒面·····	(98)
雪菜肉丝煨面·····	(85)	榨菜肉丝炒面·····	(98)
重庆砂罐煨面·····	(86)	肉丝蒜黄炒面·····	(99)
蒜苗焦炒面·····	(86)	麻酱凉面·····	(99)
茭白炒面·····	(87)	红烧凉面·····	(100)
扬州脆炒面·····	(87)	回勺面·····	(101)
肉片氽卤面·····	(88)	烂锅面·····	(101)
红烧大肉面·····	(89)	清汤面·····	(102)
猪肉炸酱面·····	(90)	荤素卤面·····	(102)
家常绍子面·····	(90)	肉丝汤面·····	(103)
五色绍子面·····	(91)	肉丝油面·····	(104)
炸酱鲜奶面·····	(92)	肉丝焖面·····	(104)
猪肝汤面·····	(92)	炒肉末面·····	(105)
猪肝蒜苗汤面·····	(93)	炒肉帽面·····	(105)
担担面·····	(94)	榨菜面·····	(106)
刀削面·····	(94)	榨菜肉丝汤面·····	(107)
家常面(一)·····	(95)	酸菜肉丝面·····	(107)
蒸卤面·····	(95)	雪菜肴肉面·····	(108)
打卤面·····	(96)	肉丝蒜苔焖面·····	(110)



目录



肉丝炆锅面	(110)	排骨汤面	(123)
南京小煮肉丝面	(111)	红焖排骨面	(124)
酸辣烩面	(111)	雪里蕻肉末面	(124)
扁豆焖面	(112)	青椒炒面	(125)
芸豆焖面	(112)	焦炒面	(125)
雪菜肉丝煨面	(113)	枸杞肉丝炒面	(126)
肉丝炒面	(113)	四味凉面	(126)
肉丝豆芽炒面	(114)	酸辣凉面	(127)
肉丝生炒面	(115)	黄瓜炸酱面	(128)
肉皮炒面	(115)	肉丝干拌面	(129)
肠旺面	(116)	香酥凉面	(129)
香肠炒面	(117)		
腊肠炒面	(117)	(四) 牛肉羊肉面	
腰花炒面	(118)	羊肉杂面	(133)
肚丝炒面	(118)	白切羊肉面	(133)
酸辣猪肚炒面	(119)	烧鸭排骨面	(134)
浇汁炒面	(120)	红糖蛋油面	(135)
肉燥面	(120)	爆炒蝴蝶面	(135)
扣肉面	(121)	酸菜牛肉丝炒面	(136)
滑肉面	(122)	牛肉毛面	(137)
焖肉面	(122)	新疆爆炒面	(137)

中华
家庭四季美食丛书

四季
面食
食谱

· · · · · · 目录

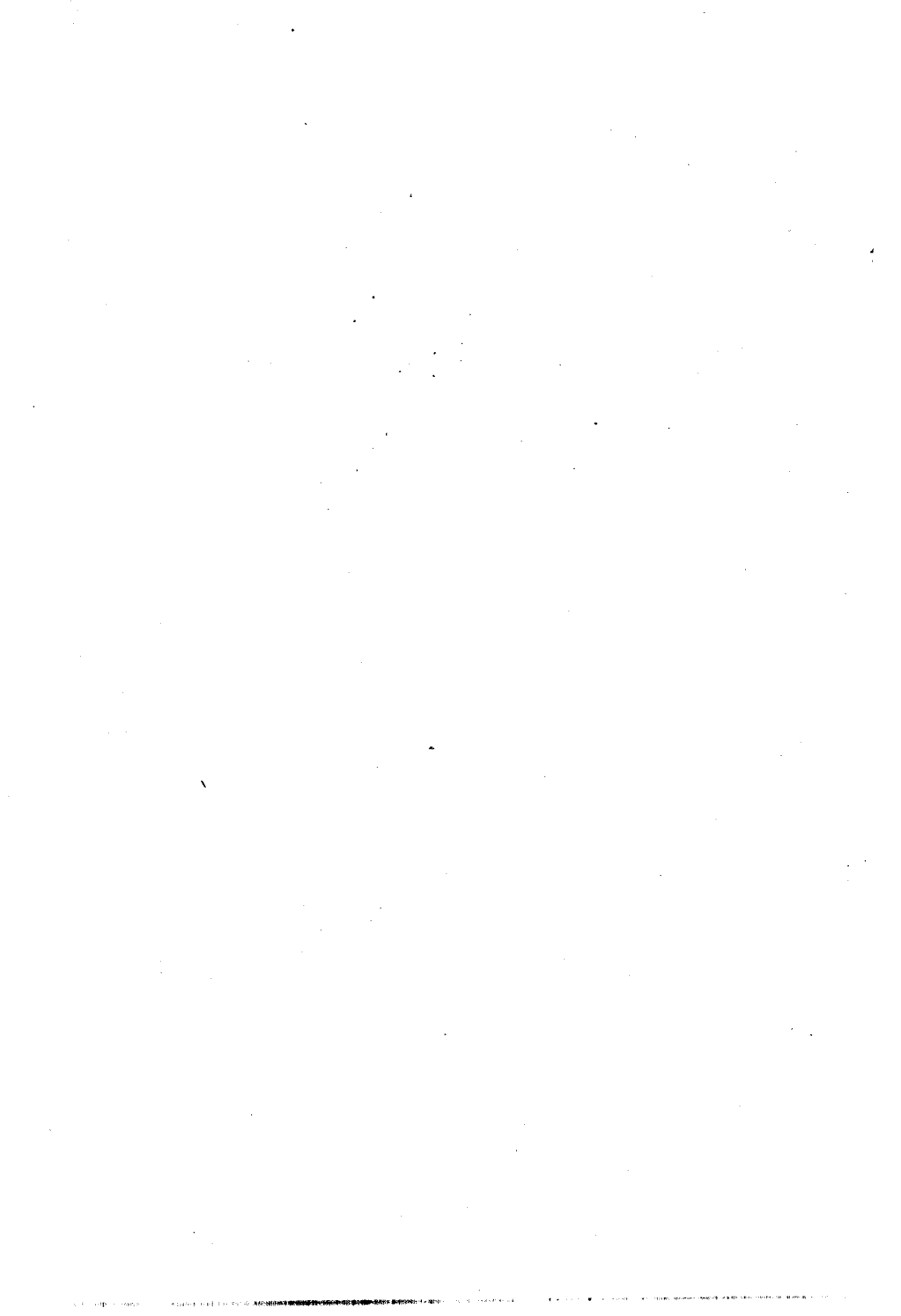
红烧羊肉面 ······ (138)	葱椒羊肉下面 ······ (152)
孜然炒面 ······ (139)	酸菜羊肉汤面 ······ (153)
羊汤面 ······ (139)	羊肉萝卜汤面 ······ (153)
库车汤面 ······ (140)	羊肉鲫鱼面 ······ (154)
牛肉丝炸面 ······ (141)	羊肉线面 ······ (155)
清汤鲜奶面 ······ (141)	羊肉辣子面 ······ (155)
烧肉鲜奶面 ······ (142)	新疆拉面 ······ (156)
五香羊肉面 ······ (143)	新疆过油面 ······ (156)
羊汤面 ······ (143)	新疆爆炒面 ······ (157)
红烧羊肉面 ······ (144)	葱爆羊肉面 ······ (157)
白切羊肉面 ······ (145)	羊肉烩面 ······ (158)
红烧牛肉面 ······ (146)	小炒羊肉面 ······ (158)
红焖牛肉面 ······ (146)	炖鸡面 ······ (159)
家常牛肉面 ······ (147)	
芹黄牛肉面 ······ (148)	(五) 禽蛋面
咖喱牛肉面 ······ (148)	螺蛳面 ······ (163)
牛肉辣子面 ······ (149)	荷包蛋面 ······ (163)
牛肉葱头炒面 ······ (150)	清卤面 ······ (164)
酸辣牛肚面 ······ (151)	生鸡丝炆锅面 ······ (164)
羊肉擀子下面 ······ (151)	家乡炒面 ······ (165)
羊肉丝下面 ······ (152)	咖喱鸡炒面 ······ (166)

中华
家庭四季美食丛书

四季
面食
食谱
· 目录

蝴蝶面	(196)	叉烧捞面	(198)
羊肉烩面	(197)	什锦烩面	(199)
厦门线面	(198)		

(一) 素 面 类





拌 素 面

原料：生面条 200 克 菠菜或青菜 150 克 榨菜茸 20 克
葱白粒 14 克 酱油 28 克 芝麻酱 28 克 甜酱油 20 克 辣油 14 克
芝麻油 14 克 蒜茸、味精适量

制法：

1. 菠菜原棵洗净，焯熟片开切成两段。
2. 生面条下开水锅煮熟，过冷水，再置滚水中浸热，捞出沥去水分上碟。
3. 把酱油、芝麻酱、甜酱油、辣油、芝麻油、蒜茸、味精调成凉拌汁。
4. 将凉拌汁倾入面条中，然后把榨菜茸、菠菜、葱白粒放在面条上，拌匀即食。

特点：面条爽利，麻香微辣。

温江甜水面

原料：面粉 5000 克 菜油 250 克 精盐 25 克 清水 225 克
红油 1000 克 白酱油 500 克 甜酱油 1500 克 芝麻油 500 克
花椒面 100 克

制法：

1. 盐溶化于清水内，与面粉揉匀揉熟成团，盖上湿布静置约半小时，将面团切成 1000~1500 克重的坨，依次压成圆饼，蘸菜油均匀地抹在面饼两面，擀为 6 毫米厚的长方形面皮。用手捏住面皮两端，向左右扯下，顺擀面棒切成 6~7 毫米宽的面条，一次捏 5~6 根，拉细，去两端面头后入沸水煮熟，捞在筲箕内