



魯菜

李培雨 著



蓝天出版社

魯菜

李培雨 著

蓝天出版社出版

一九九一年

责任编辑：王 萱

鲁 菜

李培雨 著

*

蓝天出版社出版
(北京复兴路 14 号)

邮政编码：100843

登记证号：(京)126号

新华书店北京发行所发行
北京煤炭设计研究院印刷厂印制

787×1092 毫米 16 开本 印张 彩图 88 幅
1991 年 8 月第 1 版 1991 年 8 月第 1 次印刷

印 数：1-10000

ISBN 7-80081-220-0/Z·61

定价：18.00 元



作者简历

李培雨，山东省淄博市人，一九五三年生，现任济南军区空军接待处餐厅科科长，特一级烹调师。中国烹饪协会会员。

作者自一九七〇年入伍以来，一直从事烹饪工作。在学习与实践过程中，最初，启蒙于李曾义老师，并先后得到了鲁菜各厨特一级烹调师王兴南、程学祥、崔玉清老师的指导。一九八六年被部队选送到山东省商业厅一级厨师培训班进修，受教于特一级烹调师颜景祥、初立建、郭经韦，并得到全国烹饪协会副会长，特一级烹调师王益三老师的赐教。曾在一九八八年五月全国第二届烹饪大奖赛中获得金牌一枚，银牌两枚，铜牌一枚。同年，在全军第一届烹饪大赛中获三项全能第一名，单项面点第一名。一九八九年四月，被中华人民共和国民政部，中国人民解放军总政治部评为“全国军地两用人才先进个人”。著有《食雕、冷花、热菜造型》一书，于一九八九年七月出版。



前 言

为了挖掘，继承祖国的饮食文化遗产，研究和创新烹调技术，满足广大烹饪专业人员和业余爱好者的需求，共同切磋技艺，现将近几年来积累的部分资料，整理编写了《鲁菜》一书，奉献给读者，愿为发展烹饪事业，振兴鲁菜尽微薄之力。

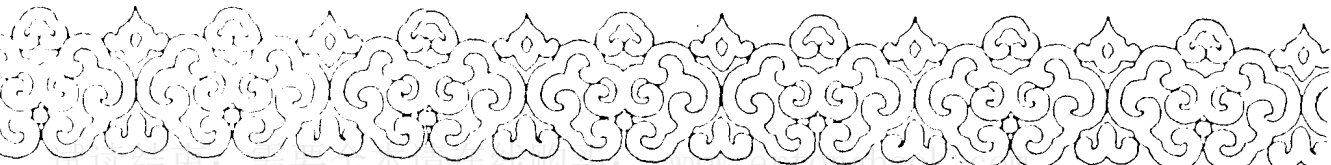
全书共分热菜、冷菜两大部分，附彩色图片九十四张。热菜部分介绍品种261个，内容分高档菜、中档菜、低档菜，多数属于传统菜，也有一部分是本人近年来的创新菜。冷菜部分介绍品种61个，内容分花盘、冷菜制做。花盘是近来在原有基础上创作的，以实用为主，兼顾艺术造型。冷菜制做主要是将的日常用的部分冷菜加以整理，大部分是传统菜，也有一部分是本人根据原料、调料和人们的口味爱好而改进的。冷菜制做比较简单，原料普通，调料常见。

这部书完稿后，征求了老一辈鲁菜名厨的意见，他们认为。“此书能体现出鲁菜的风味特色，对振兴和发展鲁菜，有参考和实用价值”。

由于作者水平有限，书中难免有错误和不当之处，诚恳希望烹饪行家和广大读者批评指正。

作 者

一九九一年元月



热 菜 部 分

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1. 清汤燕菜····· (45) | 29. 油爆鲜贝····· (60) |
| 2. 芙蓉燕菜····· (45) | 30. 干炸鲜贝串····· (61) |
| 3. 冰糖燕菜····· (46) | 31. 熘大虾····· (61) |
| 4. 荷花鱼翅····· (46) | 32. 炸板虾····· (62) |
| 5. 红扒鱼翅····· (47) | 33. 百花大虾····· (62) |
| 6. 蟹黄鱼翅····· (47) | 34. 如果大虾····· (63) |
| 7. 奶汤鱼翅····· (48) | 35. 煎烹虾段····· (63) |
| 8. 三组鱼翅····· (49) | 36. 罗汉大虾····· (64) |
| 9. 原壳鲍鱼····· (49) | 37. 醋烹虾段····· (65) |
| 10. 扒鲍鱼芦笋····· (50) | 38. 糖醋虾段····· (65) |
| 11. 红烧鲍鱼····· (50) | 39. 炸烹虾段····· (66) |
| 12. 扒瓢鲍鱼····· (51) | 40. 煎虾饼····· (66) |
| 13. 蓑衣鲍鱼····· (51) | 41. 炸虾枣····· (67) |
| 14. 葱烧海参····· (52) | 42. 炸虾托····· (67) |
| 15. 山东海参····· (53) | 43. 炸龙凤球····· (68) |
| 16. 蝴蝶海参····· (53) | 44. 炒虾球····· (68) |
| 17. 鸡腿扒海参····· (54) | 45. 炒虾片····· (69) |
| 18. 鸡汁海参····· (54) | 46. 清炒虾仁····· (69) |
| 19. 乌龙吐珠····· (55) | 47. 炸虾球····· (70) |
| 20. 扒瓢海参····· (55) | 48. 茄汁虾仁····· (70) |
| 21. 虾仔烧海参····· (56) | 49. 雪里虾仁····· (71) |
| 22. 肉片烧海参····· (56) | 50. 溜雪里虾仁····· (72) |
| 23. 干贝冬瓜球····· (57) | 51. 干炸虾仁····· (72) |
| 24. 绣球干贝····· (57) | 52. 芙蓉虾仁····· (73) |
| 25. 干贝四丝····· (58) | 53. 炸芝麻板虾····· (73) |
| 26. 红烧干贝····· (59) | 54. 炒虾腰····· (74) |
| 27. 鸡汁干贝····· (59) | 55. 油爆乌鱼花····· (74) |
| 28. 干贝四宝····· (60) | 56. 双色鱿鱼卷····· (75) |

57. 芡爆鱿鱼卷····· (75)
58. 油爆海螺····· (76)
59. 烩乌鱼蛋····· (76)
60. 清蒸加吉鱼····· (77)
61. 清炖加吉鱼····· (78)
62. 茄汁蛙鱼····· (78)
63. 茄汁立式蛙鱼····· (79)
64. 四辣果味鱼····· (79)
65. 冬瓜鱼花····· (80)
66. 菊花全鱼····· (81)
67. 糖醋棒子鱼····· (81)
68. 糖醋鲤鱼····· (82)
69. 醋椒活鱼····· (82)
70. 干烧鲤鱼····· (83)
71. 红烧鱼····· (84)
72. 大烧鱼····· (84)
73. 煎转鱼····· (85)
74. 松鼠鱼····· (85)
75. 两吃鱼····· (86)
76. 菠萝鱼卷····· (87)
77. 绣球全鱼····· (87)
78. 脯酥全鱼····· (88)
79. 油爆鱼芹····· (89)
80. 葱油活鱼····· (89)
81. 五柳活鲤鱼····· (90)
82. 煎蒸鲳鱼····· (90)
83. 家常熬加吉鱼····· (91)
84. 醋烹黄花鱼····· (91)
85. 奶汤鲫鱼····· (92)
86. 荷包鲫鱼····· (93)
87. 燕丝鲫鱼····· (93)
88. 锅塌鱼扇····· (94)
89. 炸烹鱼卷····· (94)
90. 蕃茄鱼卷····· (95)
91. 蕃茄鱼片····· (96)
92. 干炸鱼片····· (96)
93. 溜鱼片····· (97)
94. 焦溜鱼片····· (97)
95. 炒鱼片····· (98)
96. 炒鱼丝····· (98)
97. 五彩鱼丝····· (99)
98. 爆鱼丁····· (100)
99. 糖醋鱼条····· (100)
100. 兰花甲鱼····· (101)
101. 蒜泥甲鱼····· (101)
102. 红烧甲鱼····· (102)
103. 清炖甲鱼····· (103)
104. 红扒裙边····· (103)
105. 八宝甲鱼····· (104)
106. 白汁裙边····· (104)
107. 红烧鳝段····· (105)
108. 炒鳝鱼丝····· (105)
109. 清蒸鸭条····· (106)
110. 菠萝鸭子····· (107)
111. 炸芙蓉鸭子····· (107)
112. 香酥鸭····· (108)

- | | | | |
|-----------------|-------|-----------------|-------|
| 113. 锅烧鸭····· | (108) | 141. 炸板鸡····· | (125) |
| 114. 黄焖鸭肝····· | (109) | 142. 炸鸡球····· | (125) |
| 115. 雪花鸭肝····· | (110) | 143. 纸包鸡····· | (126) |
| 116. 鸭梨鸡腿····· | (110) | 144. 焗鸡腿····· | (126) |
| 117. 红扒鸡····· | (111) | 145. 炒云豆鸡丝····· | (127) |
| 118. 布袋鸡····· | (111) | 146. 氽鸡丸····· | (127) |
| 119. 炸八块····· | (112) | 147. 鸡丸围菜心····· | (128) |
| 120. 清蒸鸡····· | (113) | 148. 红扒肘子····· | (129) |
| 121. 香酥鸡····· | (113) | 149. 锅烧肘子····· | (129) |
| 122. 鸳鸯鸡脯····· | (114) | 150. 冰糖肘子····· | (130) |
| 123. 清汤鸡环····· | (114) | 151. 白扒肘子····· | (131) |
| 124. 香菇鸡环····· | (115) | 152. 海参扒肘子····· | (131) |
| 125. 油淋鸡····· | (115) | 153. 扣肉····· | (132) |
| 126. 黄焖鸡块····· | (116) | 154. 奶汤核桃肉····· | (132) |
| 127. 栗子鸡····· | (116) | 155. 粉蒸肉····· | (133) |
| 128. 炒辣子鸡····· | (117) | 156. 烩松肉····· | (133) |
| 129. 鸡里爆····· | (118) | 157. 红烧肉····· | (134) |
| 130. 奶汤鸡脯····· | (118) | 158. 抓炒肉····· | (134) |
| 131. 炒鸡丝····· | (119) | 159. 炒木樨肉····· | (135) |
| 132. 炒鸡片····· | (120) | 160. 火爆燎肉····· | (136) |
| 133. 糟炒鸡丝····· | (120) | 161. 爆炒肉片····· | (136) |
| 134. 油爆鸡丁····· | (121) | 162. 酱爆肉丁····· | (137) |
| 135. 酱爆鸡丁····· | (121) | 163. 炒里脊丝····· | (137) |
| 136. 鸡里崩····· | (122) | 164. 芫爆里脊丝····· | (138) |
| 137. 氽鸡片····· | (122) | 165. 滑溜里脊····· | (138) |
| 138. 炒浮油鸡片····· | (123) | 166. 油爆肉丁····· | (139) |
| 139. 芙蓉鸡片····· | (124) | 167. 干炸里脊····· | (140) |
| 140. 软炸鸡块····· | (124) | 168. 糖醋里脊····· | (140) |

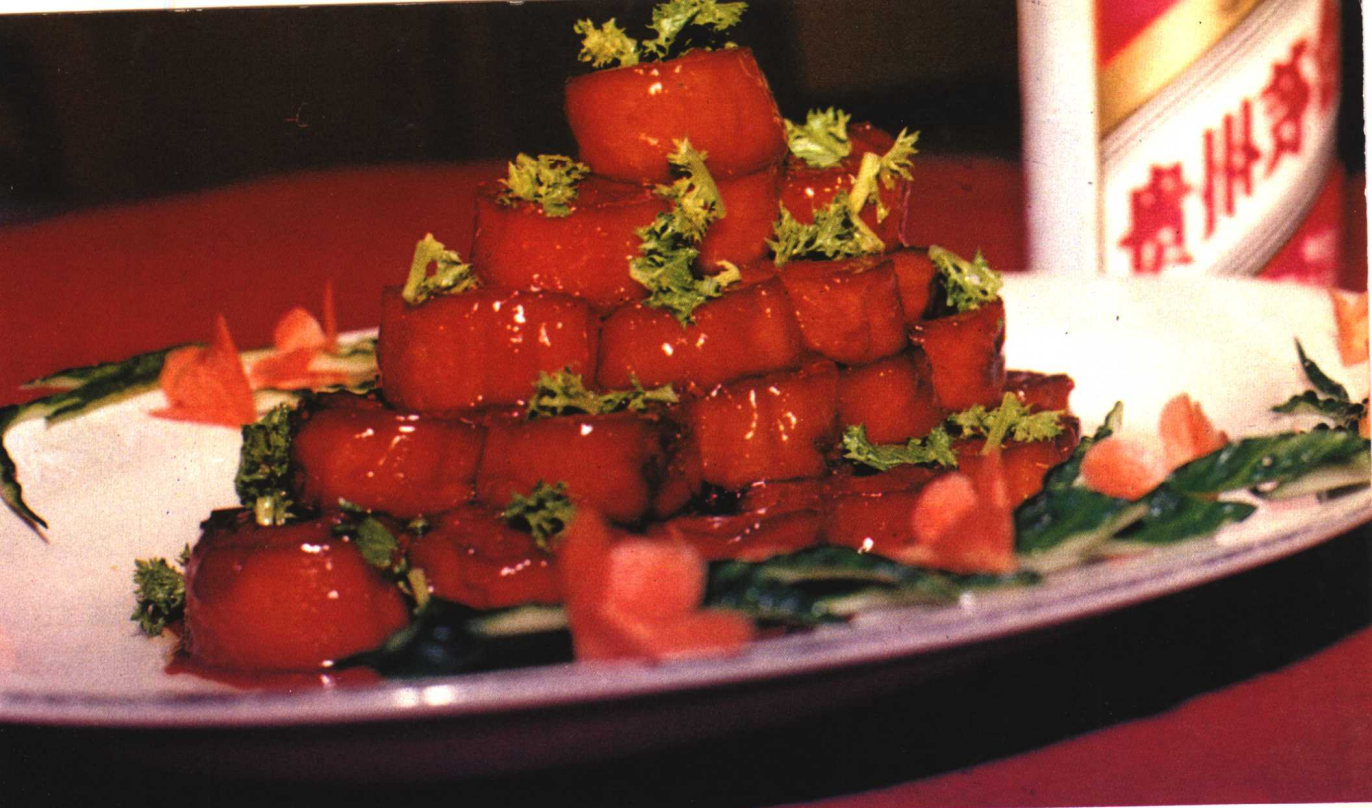
169. 焦溜里脊…………… (141)
170. 锅塌里脊…………… (141)
171. 清炸里脊…………… (142)
172. 山东丸子…………… (142)
173. 四喜丸子…………… (143)
174. 炸丸子…………… (143)
175. 红烧丸子…………… (144)
176. 白汁丸子…………… (144)
177. 刺猬丸子…………… (145)
178. 炸灌汤丸子…………… (145)
179. 南煎丸子…………… (146)
180. 九转大肠…………… (146)
181. 清炸大肠…………… (147)
182. 葱烧大肠…………… (148)
183. 锅烧大肠…………… (148)
184. 红烧大肠…………… (149)
185. 炒辣大肠…………… (149)
186. 凤眼大肠…………… (150)
187. 油爆双脆…………… (150)
188. 油爆肚头…………… (151)
189. 爆三样…………… (152)
190. 糟煎肚片…………… (152)
191. 云片肚片…………… (153)
192. 白扒肚片…………… (153)
193. 红烧肚片…………… (154)
194. 香菜炒肚丝…………… (154)
195. 炒腰花…………… (155)
196. 炸腰花…………… (156)
197. 软炸腰穗…………… (156)
198. 醋烹腰穗…………… (157)
199. 绣球腰子…………… (157)
200. 炸溜肝尖…………… (158)
201. 炒猪肝…………… (158)
202. 氽芙蓉黄管…………… (159)
203. 黄葱烧蹄筋…………… (159)
204. 蟹黄蹄筋…………… (160)
205. 红烧蹄筋…………… (161)
206. 白扒蹄筋…………… (161)
207. 干炸蹄筋…………… (162)
208. 豆腐箱子…………… (162)
209. 珍珠豆腐箱…………… (163)
210. 锅塌豆腐…………… (163)
211. 干炸豆腐丸子…………… (164)
212. 烫豆腐…………… (164)
213. 金银豆腐…………… (165)
214. 炒辣豆腐…………… (165)
215. 大葱炒豆腐…………… (166)
216. 肉茸豆腐…………… (166)
217. 软烧豆腐…………… (167)
218. 虾仁烩豆腐…………… (167)
219. 红烧豆腐…………… (168)
220. 清墩豆腐…………… (168)
221. 芙蓉八宝豆腐…………… (169)
222. 炸香酥茄合子…………… (170)
223. 红烧茄子…………… (170)
224. 鱼鳞茄子…………… (171)

- | | |
|--------------------------|-----------------------|
| 225. 肉末辣茄条····· (171) | 253. 汤爆肚头····· (186) |
| 226. 醋溜白菜····· (172) | 254. 奶汤大肠····· (186) |
| 227. 栗子烧白菜····· (172) | 255. 木樨汤····· (187) |
| 228. 三鲜白菜卷····· (173) | 256. 榨菜肉丝汤····· (187) |
| 229. 炒辣白菜····· (173) | 257. 氽芙蓉蛋····· (188) |
| 230. 海米烧白菜····· (174) | 258. 鸡蛋汤····· (188) |
| 231. 脯酥油菜心····· (174) | 259. 醋辣汤····· (189) |
| 232. 海米扒油菜····· (175) | 260. 三鲜汤····· (189) |
| 233. 金铜挂银条····· (176) | 261. 清氽丸子····· (190) |
| 234. 醋烹绿豆芽····· (176) | |
| 235. 炒辣土豆丝····· (176) | |
| 236. 海米烧云豆····· (177) | |
| 237. 炸烹云豆条····· (177) | |
| 238. 清炒素三丝····· (178) | |
| 239. 红扒牛鞭····· (178) | |
| 240. 蜜汁什锦葫芦土豆····· (179) | |
| 241. 拔丝金枣····· (179) | |
| 242. 蜜汁金枣····· (180) | |
| 243. 蜜汁山药饼····· (181) | |
| 244. 蜜腊莲籽····· (181) | |
| 245. 拔丝西瓜球····· (182) | |
| 246. 蜜汁银瓜····· (182) | |
| 247. 拔丝山药····· (183) | |
| 248. 蜜汁山药墩····· (183) | |
| 249. 糖溜银耳····· (183) | |
| 250. 水晶桃····· (184) | |
| 251. 冰糖银耳····· (184) | |
| 252. 奶汤银肺····· (185) | |

冷 菜 部 分

1. “松鹤延年”组合碟··· (192)
2. “雄鹰展翅”组合碟··· (192)
3. 飞向蓝天····· (193)
4. 鹏程万里····· (193)
5. 什锦拼盘····· (194)
6. 鲲鹏展翅····· (195)
7. 孔雀漫步····· (195)
8. 鹰····· (196)
9. 雄鹰游春····· (196)
10. 丹凤朝阳····· (197)
11. 蝴蝶拼盘····· (197)
12. 花篮····· (198)
13. 兰花翠鸟····· (198)
14. 五香鱼条····· (199)
15. 葱椒鱼····· (199)
16. 芝麻牛肉丝····· (200)

- | | | | |
|----------------|-------|----------------|-------|
| 17. 五香肉干····· | (200) | 40. 海米芹菜····· | (211) |
| 18. 麻辣鸡····· | (201) | 41. 菠菜蛋皮····· | (212) |
| 19. 筒子鸡····· | (202) | 42. 姜丝藕片····· | (212) |
| 20. 琉璃肉····· | (202) | 43. 酸辣藕····· | (212) |
| 21. 熘红果····· | (202) | 44. 生拌花生米····· | (213) |
| 22. 红油肚丝····· | (203) | 45. 炆蹄筋丝····· | (213) |
| 23. 蒜泥白肉····· | (203) | 46. 肉丝拉皮····· | (213) |
| 24. 香菜拌肠头····· | (204) | 47. 冻粉里脊丝····· | (214) |
| 25. 珊瑚黄瓜卷····· | (204) | 48. 葱丝拌豆腐····· | (214) |
| 26. 珊瑚白菜····· | (204) | 49. 熘排骨····· | (215) |
| 27. 盐水虾····· | (205) | 50. 桔皮白菜心····· | (215) |
| 28. 红油大肠····· | (205) | 51. 蓑衣黄瓜····· | (215) |
| 29. 炆腰花····· | (206) | 52. 拌什锦合菜····· | (216) |
| 30. 醉腰丝····· | (206) | 53. 珊瑚菜卷····· | (216) |
| 31. 麻汁海参····· | (207) | 54. 卤香菇····· | (217) |
| 32. 芥茉蹄筋····· | (207) | 55. 晶糕拌梨丝····· | (217) |
| 33. 冻粉鸡丝····· | (208) | 56. 紫菜卷····· | (218) |
| 34. 凉粉鸭掌····· | (208) | 57. 虾油蛋卷····· | (218) |
| 35. 熘藕条····· | (209) | 58. 酱牛肉····· | (218) |
| 36. 糖醋萝卜卷····· | (209) | 59. 海米莴苣····· | (219) |
| 37. 鸡蛋卷····· | (210) | 60. 琉璃桃仁····· | (219) |
| 38. 怪味鸡····· | (210) | 61. 麻汁豆角····· | (220) |
| 39. 水晶鸡····· | (211) | | |



食雕 鲲鹏展翅 九转大肠 (146) 曾在全国第二届烹饪大奖赛中获金牌





酱爆鸡丁 (121) 蜜汁金枣 (180)

芫爆鱿鱼卷 (57)

炒辣大肠 (149)



海米烧云豆 (177)

溜雪里虾仁 (72)





食雕 松鹤盆景



清炸大肠 (147)

锅煽鱼扇 (94)





金蝉鸣秋月

燻大虾(61)





炸
龙
凤
球
(68)



清
汆
鸡
丸
(190)

红 烧 大 肠 (149)

白 扒 肚 片 (153)

