

朱家华
编著

扬州小吃

制作简便易学

品种丰富多彩

造型典雅清新

风味独特浓郁

江苏人民出版社



朱家华 编著

扬州小吃

江苏人民出版社

摄影：华康森

插图：许世一

扬州小吃

朱家华 编著

江苏人民出版社出版发行

江苏省新华书店经销 国营常熟印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 印张4.875 插页2 字数81,000

1991年7月第1版 1991年7月第1次印刷

印数 1—6,000册

ISBN 7—214—00757—6

G·206

定价2.20 元

江苏人民版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换。

序

陶文台

小吃，指小型方便食品，包括点心在内。在唐代，点心与小吃还是有点区别的，表现在进食时间差异上：“世俗例以早晨小食为点心”；今则两者通用互称，凡正餐大菜以外食品，均可曰小吃。小吃，古称小食，典出南朝。梁《昭明太子传》有云：“京师穀贵，改常饌为小食”。南朝京师指当时的建康，亦是扬州治所，故有人称建康（即今南京）为扬州，“腰缠十万贯，骑鹤上扬州”，今南京即此扬州也。可见小食一词原出扬州。唐季以降，广陵小吃名品日益增多，元宵、麻团、薄饼、宽面、脆饊等传统小吃，千载不衰，流传席上口边，可谓源远流长。

小吃与正餐大菜相比，有其共同点，都是食品；也有不同点，主要表现在以下几方面：一、小型。凡小吃，均非大件，作为副餐，量少、型小。如作主食，总量增大，但每件之量仍不大，型体亦不改变。二、方便。小吃因小而便，制作方便，进餐亦方便，可谓方便食品。小吃的时间限制小，四季可食，应时节令物品制作时节小吃，平常经常供

应者为日常小吃。可早可晚，随时可食，方便于席上正餐。空间限制亦小，小吃可以在餐厅内餐席上进食，可以盛装在比较考究的餐具内品尝，也可以不受这些空间条件限制，进食者站立街头食担旁，蹲在巷炉锅边，坐在露天长凳上，均可品尝，甚至可以手里拿着，边走边吃，不受什么食礼拘束，而正餐大菜一般是不能这样进食的。三、快速。许多中国小吃实际上是中国式的一种传统快餐。付钱后伸手，立等可食，柜台边招呼，嗟咄可办，旅游远行，携带方便，供食快速，也是一大特色，比如五香茶叶蛋即是。四、实惠。中国小吃一般代价不高，花费不多，既可果腹，又可品味，是惠而不费的大众美食。小吃实惠，还可以从其功用来认识，因多数是制熟后热食，安全卫生，营养丰富，有益于养生、保健、美容、长寿，且无副作用，确是惠民良食。

多数中国小吃，特别是名小吃，其产生流行均有一定的文化背景，象黄桥烧饼、扬州炒饭等等都如此。品尝一次小吃，如同品尝其他中国美食一样，不仅是一种美好的物质享受，而且也是一种精神享受，受一次中华文化的熏陶。小吃同中国其他美食一样，也是历史发展的产物，不是一成不变的。许多民间小吃，原是宴席大菜的源头。当初，可能是应民众需要而产生的普通民食，未登大雅之堂。但是，“天生丽质难自弃”，由于其味佳质美，逐步上陈俎豆，成为席上珍物。小吃点心一旦

进入筵席宴会，便愈加讲究精工细作，工艺质量优于一般日常小吃，既是一种发展，也是一种提高。

扬州小吃是中国美食的一个重要的组成部分，其风味特点与扬州其他美食是一致的，淮南乡土风味浓郁，配比荤素兼备，营养全面合理，口味清鲜平和，咸甜适中，造型典雅清新、美观大方，是中华饮食文明大花园中一株奇葩。其品种之丰富多彩，名闻遐迩。按口味分，有甜味小吃与咸味小吃之别；按质地分，有荤腥小吃与素净小吃之别；按原料分，有面食、豆食、蛋食、蔬素果瓜等类；按食品形态分，有饭粥型小吃、糕点型小吃、汤羹型小吃、小菜型小吃等区别；按温度分，有冷小吃、热小吃之别；按规格档次分，有宴席小点与普通点心之别；按养生功用分，有日常小吃、食疗小吃、美容小吃等分别；按工艺分，有烧烤型小吃、煎炸型小吃、汽蒸型小吃、水煮型小吃、腌渍型小吃、蜜饯型小吃等分别；按供食场所分，有酒店小吃、家庭小吃、旅游小吃等。总之，五花八门，品种繁多，美不胜收，俱载《扬州小吃》一书，兹不赘言。

当代扬州总结点心的佳作，当推富春茶社特一级点心师董德安所述《维扬风味面点 500 种》，而总结小吃之佳作，则推扬州朱君家华新作《扬州小吃》一书。朱君从事外事接待工作多年，热心弘扬乡土饮食文化，积学储室，多有建树，今又斐然成章，推出《扬州小吃》，为丰富扬州饮食文化作出

新贡献，实属可喜可贺之事！当然，古扬州之广
袤，今扬州之繁荣，其名小吃远不止是几十种，朱
君所录为其中知名度较高的代表性品种，非全部
也。然管中窥豹，仅此一斑，亦足见扬州小吃风味
之优异，中华饮食文化之光辉灿烂也。爰为之序，
藉以向读者推荐此佳作。

庚午年元月于广陵马庄常乐斋

前 言

(一)

扬州小吃是我国烹饪艺苑中的一朵奇葩，也是祖国饮食文化遗产中的一颗瑰宝。

我国著称于世的川、鲁、粤、苏四大菜系，各呈特色。江苏菜系中，扬州流派尤为称著。它以选料严格见长，刀功精细争奇，火工考究斗妍，清鲜味醇可人。

千百年来，扬州厨师在继承、发掘、弘扬传统烹饪技艺的基础上，兼收本土与外地民间小吃之佳品，博采我国六大古都宫廷小吃之精华，古今荟萃，源远流长。扬州小吃同扬州菜肴一样，与地方的物产、气候、地理、历史、风俗等关系极为密切。因得历史名城与地域环境的优势，扬州小吃也就格外丰富多彩。

上古时代的扬州，是一个幅员广大的自然区域。据《尚书·禹贡》记载，那时全国分为九州（冀州、兖州、青州、徐州、扬州、荊州、豫州、雍州、梁州），扬州是九州之一。当时的扬州，包括由淮及海广大地域，即包括我国东南的江苏、安徽、江西、浙江、福建等几个省份。今日扬州一带

也包括在古扬州区域之内。扬州地处江淮要冲，早在东汉时便是我国东南地区政治、军事重地，也是全国粮、盐、铁主要集散地之一。汉王朝先后在扬州封王15人，扬州繁华，盛极一时。随着大运河的开拓，扬州更成了全国水陆交通的枢纽和对外贸易的港埠，其时“帆檣林立，舷舷相摩，海陆之饶，珍异所聚，商贾并臻，江淮之间，广陵大镇，富甲天下”。

由于经济的富庶，商业的繁华，更促进了饮食行业的发展。时至清代，扬州“茶肆甲于天下，城市外，小茶肆，皆面馆小吃，每旦络绎不绝”（李斗《扬州画舫录》）。康熙、乾隆二帝南巡时，群臣豪商纷纷在此接驾，摆筵席，设御宴，扬州尤盛，名厨云集，百般佳肴小吃精品迭出，名播天下。

（二）

扬州小吃，多以面粉为原料，兼及米、豆、杂粮、肉、禽、蛋、奶、果、蔬，干稀皆有，荤素兼备，咸甜俱佳，风味各异。扬州小吃分两大类数百个品种。一类是筵席小吃，以面点居多。这类小吃要求形态极佳，美味美色。厨师们凭着高超的技艺，将用于面点的皮和馅加以千变万化的组合与造型，制成各式各样的花式小吃，使筵席更为增色。

“草原小玉兔”、“荷花莲藕酥”等，都属于此类。另一类是大众小吃，品种繁多，馅心鲜嫩，为群众所喜闻乐见。一般以蒸式、炉式、油煎、水煮

较多。蒸式多用不同的面团和馅心制成，如水晶包、豆沙包、鸡丝卷、三鲜烧卖；炉式油煎小吃，以白皮或酥皮较多，如萝卜丝饼、双麻酥饼、火烧、油煎麻团、油馓、油糰；水煮式有鸡汤面、水饺等等。在这类小吃品种中，厨师还根据方俗和季节的更替，采用时令蔬菜和荤食，配上不同的原料，制成逗人喜爱的各式应时小吃。每当烟花三月鸟语花香之际，人们喜爱不浓不淡的小吃，这时春卷、韭菜饼就会争先应市。时逢盛夏酷暑，赤日炎炎，清凉消暑的小吃最合人们的胃口，此时，马蹄糕、绿豆糕、西瓜冻、水果冻之类的清凉小吃畅销于市，助人消暑解渴。秋季气温转凉，正值蟹肥菊黄，莲藕入市，人们便采藕作饼，剥蟹制包。时值严冬，人们则爱吃些热气腾腾，而又具有滋补作用的食物，这时便有八宝甜糯米饭、冰糖银耳、五香牛肉汤应市。还有许多小吃是应节令而生，正月的元宵、清明的青团、端午的粽子、中秋的月饼、重阳的花糕、春节的年糕，皆为节令小吃。

扬州小吃，店铺鳞次栉比，在在有之，特别是私家小吃店铺，各以其新、优、奇、廉的特色，彼此竞争。更有提篮挑担串巷者填塞街市，吟叫百端，有些铺家摊点通宵买卖，交晓不绝。市民小吃，四时皆有。即便是瘦西湖游船上和风景旅游点，亦有小吃叫卖，不呼自来，花色名目不亚于街头。1988年秋，在“扬州市首届琼花节”期间，曾举办过“扬州风味小吃展销会”，参展单位有数十家饭店

和小吃店。它们在发掘传统小吃的基礎上，推陈出新，更为扬州小吃增添了新彩。

(三)

扬州小吃富有浓郁的地方风味特色。扬州位于江苏中部，南濒长江，北依高宝湖，浩瀚的黄海为其东邻，西部地带则在大运河的环抱之中，境内河流纵横，土地肥沃，物产丰盛。这就是扬州小吃所具有的得天独厚的自然地理环境。扬州地方的许多土、特、名、优产品，为扬州小吃的制作提供了极佳原料：靖江羊肉，泰兴白果，溱湖簖蟹，泰州麻油，兴化鱼虾，宝应荷藕，高宝湖野鸭，黄珏老鹅，扬州黄瓜，凡此种种，不一而足。

全国各地许多小吃品种，有异曲同工之妙。然而扬州小吃更有其乡土风味特色。扬州炒饭，黄桥烧饼，翡翠烧卖，罗塘酥饼，野鸭菜饭，五丁包子，唯扬州独有。

扬州小吃，十分注重利用原料本身的原汁原味加以烹调，达到五味调和百味香的最佳口味。富春茶社的“五丁包子”，是采用参丁、鸡丁、肉丁、笋丁、虾仁丁作馅制成的。滋补莫过于海参，味美莫过于鸡肉，油香莫过于肥肉，松脆莫过于冬笋，细嫩莫过于虾仁，这五味合掺，则补、鲜、香、脆、嫩皆俱。

造型典雅，制作精美，这是扬州小吃的另一个特色。“扬州炒饭”又称什锦炒饭，有虾仁、火

腿、海参、鸡蛋、大葱等10种配料。炒成的饭，蛋色金黄，虾仁玉白，火腿殷红，大葱碧翠，真可谓色彩绚丽，耀眼夺目。扬州的“双麻酥饼”，以火腿、萝卜丝为馅，入锅炸后，呈半透明状，轻咬一口，浓香扑鼻。“五香牛肉汤”辣中有香，蒜香扑鼻，食之爽口，耐人寻味。“茴香豆”，以竹签戳食，入口即酥，略带酒醇味。一口香茗一粒豆，细啜慢品，津津有味。以“油炸鳝鱼”作浇头的“盖浇面”，味道尤佳。素油爆、荤油炒、麻油浇，鳝鱼香脆清醇，面条柔软滑韧而有咬劲，汤汁浓而不腻，食后回味久长。扬州富春茶社的“小笼包子”，无半折，无双折，每折等距，一个包子要捏32折，提起象灯笼，放下如菊花。扬州名厨董德安制作的“荷花莲藕酥”，层次分明，状如荷花，荷红叶绿，藕白节黑，形态美观。真是“出盘四座已叹息，举箸不敢予先尝”。

(四)

扬州历代名厨辈出，小吃制作技艺高超。叠、卷、盘、揉、抻、压、擀、切、包、捏基本功全面；蒸、煮、炸、烙、烤、煎、余样样拿手。明代末年如皋才子冒辟疆之妾、秦淮名妓董小宛，是一位很有才华的家庭厨师，食谱菜经，般般精晓，烹饪技艺，样样娴熟。相传扬州高邮所产之“董糖”，即出于董小宛之手。“文思豆腐”是由清代扬州的文思和尚创制，腐丁飘逸不沉，五色相映，汤汁清

醇，盈口入味。清代扬州仪征萧美人制作的面食小吃，首屈一指，风靡一时。当时曾受到著名诗人和美食家袁枚的赞美：“仪征南门外萧美人善制点心，凡馒头、糕饺之类，小巧可爱，洁白如雪。”萧娘的糕点名传千秋，可与东坡肉、眉公饼媲美，正如吴焯诗云：“妙手纤纤和粉匀，搓酥糝拌擅奇珍。自从香到江南日，市上名传萧美人。”如今扬州名厨亦不乏后起之秀。西园饭店的特一级红案厨师肖太山，曾赴香港和国外作烹饪技艺表演。扬州富春茶社的特级白案点心师董德安，在1983年“首届全国烹饪名师技术表演鉴定会”上，荣获“全国最佳点心师”称号，他制作的“荷花莲藕酥”，获得了金牌奖。

（五）

扬州小吃在国内享有较高声誉，在国外也颇有影响，许多国际友人和海外华侨对之盛赞不已。扬州是江苏省的重点侨乡之一，许多老华侨来扬州省亲观光时，对家乡的小吃，总是记忆犹新，念念不忘，一旦品尝到多年未吃到的扬州小吃，更是喜不自禁。近年来，扬州小吃随着扬州菜肴走向了世界，风靡海外。扬州“红楼宴”曾随“中国红楼梦文化艺术展代表团”在新加坡展出，其中的“贾府冷碟”、“怡红细点”等扬州小吃，被新加坡美食家们誉为“天下一品”。

本书搜集扬州小吃凡70余种，粗分为十一类，从详介绍，以飨读者。

目 录

陶文台序	(1)
------	-----

前言	(5)
----	-----

包馒头类

三丁包	(2)
-----	-----

荠菜包	(5)
-----	-----

细沙包	(7)
-----	-----

生肉包	(9)
-----	-----

蟹黄汤包	(11)
------	------

翡翠烧卖	(14)
------	------

开花馒头	(17)
------	------

饼酥类

荷花莲藕酥	(20)
-------	------

黄桥烧饼	(22)
------	------

罗塘酥饼	(24)
------	------

双麻酥饼	(27)
------	------

萝卜丝饼	(29)
------	------

扬州饼	(31)
-----	------

荸荠饼	(32)
-----	------

扬州月饼	(34)
------	------

葱油火烧..... (35)

面饺类

共和春饺面..... (39)

鸡汤面..... (41)

盖浇面..... (43)

丁沟水饺..... (45)

糕品类

千层油糕..... (50)

蜂糖糕..... (52)

山药糕..... (53)

绿豆糕..... (55)

年糕..... (56)

双色蛋糕..... (57)

煎炸类

扬州春卷..... (61)

麻油茶馓..... (63)

油炸臭干..... (65)

油条..... (67)

麻团·油糍·糍粑·油端..... (68)

兰花豆瓣..... (71)

麻花..... (72)

果蔬类

桂花糖芋艿..... (75)

邵伯老菱·····	(76)
五味生仁·····	(77)
杨花萝卜·····	(79)
蓑衣黄瓜·····	(80)
糖拌西红柿·····	(82)
天香藕·糯米藕·藕饼·····	(83)
炕山芋·····	(85)

糯食类

桂花小元宵·····	(88)
火腿粽子·····	(89)
荠菜汤圆·····	(91)
桂花甜酒酿·····	(92)

饭粥类

扬州炒饭·····	(95)
野鸭菜饭·····	(97)
猪油八宝饭·····	(99)
赤豆糖粥·····	(101)
腊八粥·····	(103)

豆制品类

煮干丝·烫干丝·····	(106)
豆腐花·····	(108)
茴香豆·····	(109)
凉粉·····	(111)

大蒜拌茶干····· (112)

滴珠豆浆····· (114)

卤品类

黄珏卤鹅····· (117)

油爆大虾····· (119)

五香茶叶蛋····· (120)

五香排骨····· (121)

羊糕····· (123)

肴肉····· (124)

扒鸡····· (126)

捆蹄····· (128)

汤羹类

绿豆汤····· (131)

藕粉圆子····· (132)

冰糖银杏····· (135)

琥珀莲子····· (136)

文思豆腐····· (138)

五香牛肉汤····· (139)

后记····· (141)