

# 巧做鸭鹅菜 200例

本书编写组



农村读物出版社

# 巧做鸭鹅菜 200 例

本书编写组 编著

农村读物出版社

**巧做鸭鹅菜 200 例**

本书编写组 编著

责任编辑 任鹤 王国强

\*

农村读物出版社 出版

石家庄市红旗印刷厂印刷

各地新华书店 经销

\*

787×1092 毫米 1/32 4.125 印张 93 千字

1990 年 6 月第 1 版 1990 年 10 月第 2 次印刷

印数: 12301 — 18300 册

ISBN 7—5048—1184—X/Z · 122 定价 2.10 元

# 目 录

## 一、基本知识介绍

|                 |   |
|-----------------|---|
| 常用食用鸭有哪些        | 1 |
| 常用食用鹅有哪些        | 2 |
| 家禽的分档取料和<br>制作  | 2 |
| 如何鉴别活禽的质量       | 3 |
| 如何鉴别光禽的质量       | 3 |
| 什么叫活禽宰与死<br>禽冷宰 | 4 |
| 冻禽肉的鉴别          | 5 |
| 怎样保管家禽肉         | 5 |

## 二、鸭菜谱

|       |    |
|-------|----|
| (一)烧类 | 7  |
| 烧鸭    | 7  |
| 烧填鸭   | 8  |
| 料烧鸭   | 8  |
| 红烧鸭卷  | 9  |
| 红烧鸭舌掌 | 10 |
| 干烧鸭条  | 10 |

|       |    |
|-------|----|
| 葱烧肥鸭  | 11 |
| 魔芋烧鸭  | 12 |
| 干菜笋烧鸭 | 13 |
| 烧鸭脚包  | 13 |
| (二)炒类 | 15 |
| 子姜鸭片  | 15 |
| 姜爆鸭丝  | 15 |
| 茄汁鸭脯  | 16 |
| 炒菠萝鸭片 | 16 |
| 玉珠彩脆球 | 17 |
| 炒鸭舌   | 18 |
| 生炒脆片  | 19 |
| 上海炒鸭肝 | 19 |
| 莲子鸭羹  | 20 |
| (三)溜类 | 21 |
| 炸溜鸭片  | 21 |
| 软溜鸭心  | 22 |
| 桔汁云南鸭 | 22 |
| (四)焖类 | 24 |
| 红焖鸭子  | 24 |
| 红焖鸭卷  | 25 |

|            |    |             |    |
|------------|----|-------------|----|
| 黄焖鸭肝·····  | 26 | 太白鸭子·····   | 47 |
| 沙茶焖鸭块····· | 26 | 樟茶鸭子·····   | 47 |
| 焖松子酥鸭····· | 27 | 京冬鸭子·····   | 48 |
| 三冬焖全鸭····· | 28 | 山海花菇鸭·····  | 49 |
| 三套鸭·····   | 29 | 东江窝全鸭·····  | 50 |
| 盐水鸭·····   | 30 | 广东酒蒸鸭子····· | 50 |
| 鸭包鱼翅·····  | 31 | 藏珍鸭·····    | 51 |
| 烩四宝鸭·····  | 32 | 八宝鸭·····    | 52 |
| 烩鸭舌掌·····  | 33 | 八宝瓢鸭·····   | 52 |
| 秘鲁式鸭饭····· | 33 | 八宝布袋鸭·····  | 53 |
| (五)蒸类····· | 35 | 蟠桃鸭·····    | 54 |
| 柴把鸭·····   | 35 | 糯米盖鸭·····   | 55 |
| 糟腌鸭·····   | 35 | 栗子鸭脯·····   | 55 |
| 宏图鸭·····   | 36 | 荔荷大鸭·····   | 56 |
| 葫芦鸭·····   | 37 | 香酥肥鸭·····   | 57 |
| 蒸填鸭·····   | 38 | (六)煮类·····  | 58 |
| 葱蒸酱鸭·····  | 38 | 酱鸭·····     | 58 |
| 掌上明珠·····  | 39 | 红曲酱鸭·····   | 58 |
| 穿心鸭翼·····  | 39 | 荤素鸭·····    | 59 |
| 松榴鸭腿·····  | 40 | 荔枝鸭·····    | 60 |
| 酥肥鸭块·····  | 41 | 棋子鸭·····    | 61 |
| 母油船鸭·····  | 42 | 新陈鸭·····    | 61 |
| 时菜全鸭·····  | 43 | 五香鸭子·····   | 62 |
| 开河全鸭·····  | 44 | 桂花熨鸭·····   | 63 |
| 富贵鸭子·····  | 45 | 卤鸭·····     | 63 |
| 枕头鸭子·····  | 45 | 卤鸭掌翼·····   | 64 |
| 虫草鸭子·····  | 46 | (七)炸类·····  | 65 |

|               |    |             |    |
|---------------|----|-------------|----|
| 夹炸鸭片·····     | 65 | 柑桔鸭·····    | 83 |
| 糟片鸭·····      | 66 | 熏板鸭·····    | 84 |
| 岭南酥鸭·····     | 67 | (十一)焗类····· | 85 |
| 烫片鸭子·····     | 68 | 琵琶鸭·····    | 85 |
| 丁香鸭子·····     | 69 | 片皮鸭·····    | 85 |
| 芝麻鸭子·····     | 70 | 北京填鸭·····   | 86 |
| 雪花鸭肝·····     | 70 | (十二)腊类····· | 87 |
| 桃仁鸭方·····     | 71 | 腊酱鸭·····    | 87 |
| 炸肥嫩鸭·····     | 72 | 腊鸭肠·····    | 87 |
| (八)煎类·····    | 73 | 腊鸭胗·····    | 88 |
| 煎软鸭·····      | 73 | 腊鸭饼·····    | 88 |
| 生煎鸭脯·····     | 73 | 腊鸭脚翼舌·····  | 89 |
| 柱候大鸭·····     | 74 | 南安腊鸭·····   | 89 |
| (九)扒类·····    | 75 | (十三)冻类····· | 91 |
| 八珍扒鸭·····     | 75 | 水晶鸭·····    | 91 |
| 葱段扒鸭·····     | 76 | 拌鸭掌·····    | 92 |
| (十)烤类·····    | 77 | 芥末鸭掌·····   | 92 |
| 烤鸭·····       | 77 | (十四)炖类····· | 94 |
| 烤全鸭·····      | 77 | 清炖鸭掌·····   | 94 |
| 沙茶酱烤鸭·····    | 78 | 清炖鸭汤·····   | 94 |
| 烤鸭鲜蘑鸭肝少司····· | 79 | 冬菜炖鸭·····   | 95 |
| 挂卤烤鸭·····     | 80 | 清炖八宝鸭·····  | 95 |
| 明炉烤鸭·····     | 80 | 红炖腐皮鸭·····  | 96 |
| 烧挂炉大鸭·····    | 81 | 乌参炖全鸭·····  | 97 |
| 叉烧烤鸭·····     | 82 | 西瓜鸭·····    | 98 |
| 芥蓝菜炒烤鸭片·····  | 83 | (十五)煨类····· | 99 |
|               |    | 生煨鸭块·····   | 99 |

|               |     |
|---------------|-----|
| 栗子煨肝肫 .....   | 100 |
| 香菇鸭肫 .....    | 100 |
| (十六)砂锅类 ..... | 102 |
| 品锅鸭 .....     | 102 |
| 蚝油鸭脚 .....    | 103 |
| 母油整鸭 .....    | 103 |
| 松子金黄鸭 .....   | 104 |
| (十七)汤类 .....  | 106 |
| 鸭架汤 .....     | 106 |
| 醋椒鸭架汤 .....   | 106 |
| 豆腐鸭架汤 .....   | 107 |
| 鸭舌汤 .....     | 108 |
| 馄饨鸭汤 .....    | 108 |
| 冬菜鸭肝汤 .....   | 109 |
| 鸭血豆腐汤 .....   | 110 |
| 口蘑鸭球汤 .....   | 110 |
| 鸭泥面包汤 .....   | 111 |
| 鸭泥腐皮 .....    | 112 |
| 清汤鸭掌 .....    | 112 |
| 珍珠鸭掌 .....    | 113 |
| 柴把鸭汤 .....    | 114 |
| 莲蓬鸭 .....     | 114 |

|             |     |
|-------------|-----|
| 清汤芙蓉鸭 ..... | 115 |
| 翡翠清汤鸭 ..... | 116 |
| 余鸭心花 .....  | 117 |
| 鸭羹粥 .....   | 118 |
| 余鸭羹汤 .....  | 118 |

### 三、鹅的菜谱

|              |     |
|--------------|-----|
| 烧鹅 .....     | 120 |
| 红烧鹅 .....    | 121 |
| 拆烧鹅 .....    | 121 |
| 潮州烧雁鹅 .....  | 122 |
| 烧鹅苹果沙司 ..... | 122 |
| 拆鹅腿片 .....   | 123 |
| 三鲜鹅掌 .....   | 123 |
| 卤水鹅 .....    | 124 |
| 甑鹅 .....     | 125 |
| 烤鹅 .....     | 125 |
| 挂炉子鹅 .....   | 126 |
| 花椒子鹅 .....   | 126 |
| 菠萝拼火鹅 .....  | 127 |
| 冬笋鹅掌汤 .....  | 128 |

## 一、基本知识介绍

### 常用食用鸭有哪些

北京填鸭：北京填鸭又名油鸭或白鸭。特征是：初生小鸭全身黄色，长大后羽毛变成雪白色，嘴和脚弯为浅黄色。翅膀短，背长而宽，胸部发达，腿短，显得很强壮。肌肉与一般鸭不同，肌肉的纤维间夹杂着白色脂肪，红白相间，细腻鲜亮。

此鸭的饲养方法是很特殊的，从小鸭孵出到可以烤吃只需3个多月。前2个多月一般称为初雏及中雏期，吃食和饮水都有一定的时间和分量，由鸭子自行食饮。后1个月为填鸭阶段，即强制育肥阶段。其方法是将玉米、黑面、黑米、稻米糠加水做成小条，每日由人工强制填喂2次，定时定量。初填时一半饲料是填的，一半饲料是自食。到后来，鸭子完全失去了自食的能力，必须人工填喂。在填喂阶段，下水活动较少，所以生长很快。填喂至30天后，它的消化机能大幅度减退，食欲降低，这时就应宰杀，如不宰杀，就可能退膘。

麻鸭：麻鸭原产于山东、江苏、浙江一带，现广泛分布于长江以南各省。麻鸭毛色为麻褐色，带少许黑斑点，象麻雀毛样，故称麻鸭。麻鸭不仅是优良的肉用鸭，而且也是优良的蛋用鸭，每年产蛋200~300个，体较轻，一般为1.5~2公斤，但肉质肥嫩。



## 常用食用鹅有哪些

中国鹅：中国鹅是一个古老的品种，在我国分布极广，现世界各地饲养也很普遍。其外形特征是：头较大，前额有一个很大的肉瘤，颈长，胸部发达，腿较高，毛色有白和灰两种。白色鹅的喙和趾呈黄色；灰色鹅的喙和趾呈黑色。成年公鹅体重4~6公斤，母鹅约4~5公斤，中国鹅年产蛋60~70个。

狮头鹅：狮头鹅原产于广东。体型较大，成年公鹅体重10~12公斤，母鹅9~10公斤。狮头鹅的外形特征是：前额肉瘤很发达，且向前呈扁平状，皮肤松软，两颊也有肉瘤，嘴下有肉锤，多呈三角形，头部正面象狮头，因而得名。年产蛋为25~35个，个别的达50个，每个蛋重130克。

## 家禽的分档取料和制作

家禽鸡、鸭、鹅等的肌体构造大体相同，以鸡为例：

脊背：脊背两侧各有一块肉，俗称“栗子肉”，不老不嫩、无筋，宜于爆、炒等用。

腿肉：腿肉厚，但较老，可用于烧、扒、炖等。

胸脯肉和里脊肉：里脊肉是鸡全身最嫩的肉，俗称“鸡牙子”，是在鸡胸脯上连接翅膀的一条肉。胸脯肉仅次于里脊肉。多用来爆、炒或制茸泥。

翅膀：不宜出肉，可带骨用于煮、炖、焖、红烧、酱等。

鸡爪：用于煮汤、制冻或酱等。

鸡头：用于煮、酱等。

鸡颈：可用于煮、炖、红烧等。

## 如何鉴别活禽的质量

活禽有健康与有病之分，一般可从以下几方面区分：

**冠、肉髯：**健康的活禽，冠、肉髯色鲜红，冠直立，肉髯柔软；有病的活禽，冠、肉髯呈紫色或暗红色，肿胀，有浓泡或瘤状物。

**眼睛：**健康的活禽，眼睛圆而大，有神，眼球转动灵活；有病的活禽，眼睛无神，紧闭或半闭，流泪，眼圈周围有乳酪状分泌物。

**嘴：**健康的活禽，嘴紧闭，干燥；病禽，有粘液，或粘液挂在喙端上。

**嗦囊：**健康的活禽，嗦囊内无气体、积水和积食；病禽，嗦囊膨胀有气体、肿大或积食发硬。

**翅：**健康的活禽，两翅紧贴禽体，羽毛紧覆、整齐，有光泽；病禽，两翅下垂，羽毛粗乱蓬松，无光泽，有污物。

**肛门：**健康禽，肛门附近绒毛洁净、干燥，肛门湿润呈微红；病禽，肛门附近绒毛有绿或白色类便，肛门粘膜发炎，呈深红色。

**胸肌：**健康禽，胸肌丰满，有弹性，呈微红色；病禽，胸肌消瘦，僵硬，呈深红色或暗红色。

**腿脚：**健康禽，爪壮有力，行动自由；病禽，行动无力，步伐不稳。

## 如何鉴别光禽的质量

光禽指宰杀、去毛以后的鸡、鸭、鹅等禽类。光禽多数都没

有去掉内脏。鉴别光禽质量是否新鲜主要有以下几点：

喙：新鲜的光禽喙有光泽、干燥、无粘液；变质的光禽喙无光泽，潮湿，有粘液。

口腔：新鲜光禽口腔粘膜呈淡玫瑰色，有光泽、洁净、无异味；而变质的光禽口腔粘膜呈灰色、带有斑点，有腐败气味。

眼睛：新鲜光禽眼睛明亮，充满整个眼窝；变质光禽眼睛污浊，眼球下陷。

皮肤：新鲜光禽皮肤上的毛孔隆起，表面干燥而紧缩，呈乳白色或淡黄色，稍带微红，无异味。变质光禽皮肤上的毛孔平坦，皮肤松弛，表面湿润发粘，色暗，有腐败气味。

脂肪：新鲜光禽脂肪呈淡黄色或黄色，有光泽，无异味；变质光禽脂肪发灰，有时发绿、发粘，有腐败气味。

肌肉：新鲜光禽肌肉结实，有弹性，有光泽。颈、腿部肌肉呈玫瑰红色；变质光禽肌肉松弛，湿润发粘，色变暗红，发灰，有明显腐败气味。

市场上出售的冷冻光禽也有好坏之分。新鲜冷冻光禽，表皮油黄色，眼球有光泽，肛门处不发黑。变质的冷冻光禽皮肤呈灰白色，严重的皮肤呈青灰色，眼球发污，肛门处发黑。

### 什么叫活禽屠宰与死禽冷宰

购买光禽时，怎样判断是活禽还是死禽宰杀，其鉴别方法：

放血：活禽屠宰（活宰）放血良好，切口不平整；死禽冷宰（死宰）放血不良，切口平整。

切面：活宰切面周围组织被血浸润呈鲜红色；死宰切面周围组织无血液浸润，呈暗红色。

皮肤:活宰表面干燥紧缩,带微红色;死宰表面粗糙,暗红色,有青紫色死斑。

脂肪:活宰脂肪乳白色或淡黄色;死宰脂肪暗红色,血管中淤积有紫红色血液。

胸肌和腿肉:活宰切面干燥,有光泽,肌肉有弹性,呈玫瑰红色,胸肌白中带微红色;死宰切面不干燥,色暗红,无弹性,有少量血滴出现,血液呈暗红色。

鉴别出死禽后,要分辨出是因烧、淹、扣、击、压、轧等原因致死的,还是因疾病和中毒而死的。前者可食用,后者不可食用。

### 冻禽肉的鉴别

新鲜冻禽肉:解冻前,母禽和较肥的禽皮色乳黄,公禽、新禽、瘦禽皮色微红。解冻后,母禽和较肥的禽能保持原来的色泽,公禽、新禽、瘦禽微红色减退,变为黄白,切面干燥,肌肉微红。

变质冻禽肉:变质的冻禽外表呈灰白色,发粘,有不正常气味。严重变质时,禽的皮肤呈青灰色,粘滑,放血刀口呈灰黑色,肉质松软,无弹性,不可食用。

### 怎样保管家禽肉

将宰杀后的家禽置于零下 20~30℃和相对湿度 85~90%的条件下冷冻 24~48 小时,然后在零下 15~20℃和相对湿度 90%的环境下冷藏,能保存较长时间。因为降低温度,可控制微生物的繁殖和生长。实践证明,在零下 4℃时,禽肉

可保存 35 天;在零下 12℃时,可保存 200 天左右;在零下 14℃时,可保存一年以上。

如宰杀的家禽数量多,冷却后应放在电冰箱里保管(0~ -4℃),并要尽可能地把禽肉放在架子上或挂起来,不可层层堆叠,这样可保存一星期左右。如放在普通冰箱里,只能放 2~3 天。如果是冻禽,应立即冷藏。一般冻禽在解冻后烹调时易软烂,这是因为冰冻过程中,肌肉细胞受到损伤所致。

## 二、鸭菜谱

### (一)烧类

#### 烧 鸭

##### [原料]

肥鸭 1 只,干葱头 1 个,五香粉 2 汤匙,白糖 1 汤匙,盐 2 汤匙,蒜头(剁茸)1 个,白醋 1 杯,麦芽糖 2 汤匙,橙黄粉少许。

##### [做法]

1. 将鸭宰杀洗净后,在其颈部抽出硬喉,用口吹气,使鸭全身胀大、鸭皮紧张;为防鸭皮收缩,必须用手在颈部拉紧。待吹气后,在用刀割开 9 厘米长的口,取出内脏。

2. 用锅放下清水 3 杯烧滚,把鸭用铁钩吊起,取滚水淋匀鸭全身,以使鸭皮收缩;取出,放五香盐于鸭肚中。

3. 把白醋、麦芽糖在锅中煮溶化,加入橙黄粉和匀,用铁勺取出淋匀鸭全身。此料不能淋过多,且淋后不可用力擦。

4 把已上好皮的料鸭挂在当风处吹干(以不粘手为宜),放入挂炉中烧成金红色即成。或放入已烧热的焗炉中,以 500 度炉温焗至呈金红色亦可。

##### [说明]

在烧或焗鸭的过程中,必须将鸭不时转动,使其色泽均

匀,如有部分色浅或不红,可抹上花生油少许。

## 烧填鸭

### [原料]

活填鸭 1 只,约 1500 克,猪肉末 500 克,香菇、笋片、酱油、料酒、葱花、姜末各少许。

### [做法]

1. 将鸭宰净,破腹,去杂,洗后用盐遍擦内部,晾干。
2. 肉末调以作料,塞满腹内,放置砂锅中,加清水。
3. 以明火烧 1 小时,下料酒,附头,再用文火烧半小时,即软熟。

## 料烧鸭

### [原料]

烤鸭肉 200 克,冬笋 150 克,盐 15 克,酱油 70 克,白糖 10 克,醋 5 克,味精 10 克,清汤 500 克,湿淀粉 50 克,熟鸭油 100 克,花生油 100 克。

### [做法]

1. 选用烤鸭脯、腹、腿肉,顺丝片成长约 3 厘米、宽约 2 厘米、厚约 0.3 厘米的薄片。
2. 炒锅置旺火上,舀入花生油,将冬笋片放入热油锅中过油后,倒入漏勺。原锅仍置旺火上,放入笋片,加盐、白糖、酱油、清汤烧沸,放入鸭片,颠翻几下,用醋、湿淀粉勾芡,淋入鸡油颠翻几下,再加入味精,起锅盛入盘中。

### [特点]

色泽红润光亮,鸭肉香味浓郁。

## 红烧鸭卷

### [原料]

嫩肥鸭 1 只(1250 克左右),猪网油 500 克,瘦火腿 100 克,水发玉兰片 75 克,水发口蘑 30 克,鲜菜心 150 克,蛋清糊 15 克,姜 10 克,葱 15 克,精盐 10 克,糖色 15 克,味精 0.5 克,熟猪油 100 克。

### [做法]

1. 鸭经初步加工后,剔下鸭肉,片成 6.6 厘米长、4 厘米宽、0.3 厘米厚的片共 24 片。将鸭头、脚、翅、骨架斩成大块,猪网油洗净,掬干水,切成 9.9 厘米长的等边三角形共 24 片。火腿、玉兰片、口蘑分别切成 3.3 厘米长的小条,鲜菜心入沸水锅内焯一下,入清水内漂凉。

2. 将鸭片逐一平铺在盘中,每片放入火腿、玉兰片,口蘑条各 1 根,裹成卷,再用网油裹,接口处用蛋清糊粘牢。

3. 将鸭卷挂上蛋清糊,一个一个地放入热油锅内炸至呈浅红色,捞起。锅内留油少许,下姜、葱、鸭骨等炒一下,加入料酒、盐、糖色炒一下,加肉汤烧沸,去净浮沫,移至小火上放入鸭卷,烧至七成烂取出,拣去姜、葱。

4. 将鸭卷放在碗内,摆整齐成“万”字形,依次放上鸭块(还可放鸡块、肉块),用皮纸封好碗口,上笼用旺火蒸 30 分钟,取出揭去皮纸,去掉鸭块、鸡块、肉块等。菜心在肉汤内烫一下,放在盘里垫底,将鸭卷翻扣在菜心上,原汤滗入锅内烧沸,用湿淀粉勾成薄芡,加入味精,淋入香油,浇在鸭卷上即成。



[特点]

颜色金黄,软嫩化渣。

## 红烧鸭舌掌

[原料]

鸭舌 20 个,鸭掌 20 对,鲜菜心 150 克,火腿片 30 克,水发口蘑 30 克,鲜笋片 25 克,姜片 15 克,葱白段 10 克,湿淀粉 15 克,胡椒 0.5 克,酱油 10 克,精盐 1.5 克,料酒 30 克,肉汤 250 克,熟鸡油 15 克,猪油 75 克,香油 15 克。

[做法]

1. 将鸭舌和鸭掌洗净,入沸水锅内煮约 15 分钟至离骨时,捞起,晾至不烫手时,把鸭掌剥皮、去骨、抽筋、修整(保持鸭掌完整)。鸭舌去软骨、修整。将以上两种原料盛入碗内,加入肉汤、精盐、姜、料酒、葱、火腿片,上笼蒸 40 分钟至烂,取出,去掉葱、姜。鲜菜心洗净。

2. 炒锅置旺火上,下油烧热,下菜心、盐炒至断生即铲起。另下油,放入葱、姜炒出香味,加入蒸鸭舌、掌的原汁烧沸出味,去葱、姜,再放入鸭舌、掌、酱油、胡椒、鲜笋、口蘑,烧入味,勾薄芡,淋上香油、鸡油即成。

[特点]

色泽金黄,味鲜而浓。

## 干烧鸭条

[原料]

鸭肉 150 克,鲜扁豆 100 克,白糖 25 克。料酒、精盐、葱、