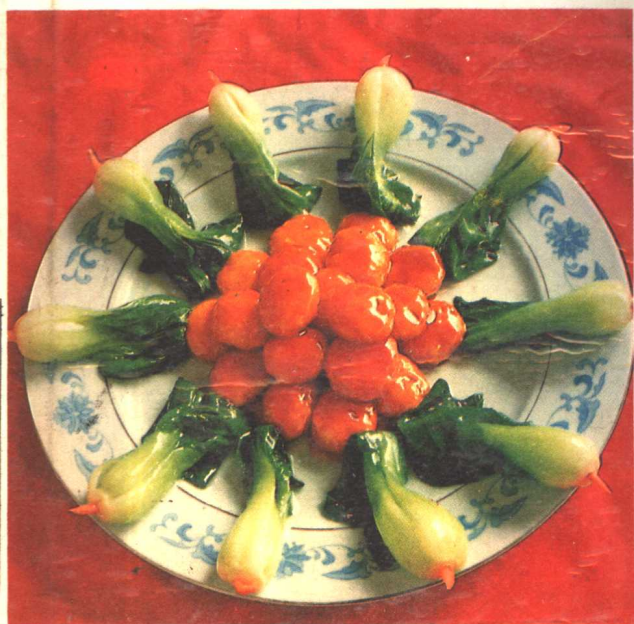
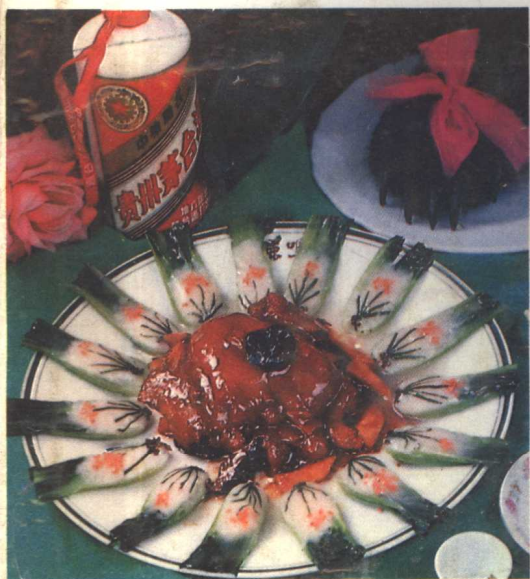


关东菜肴荟萃

GUANDONGCAIYAOHUICUI



GUANDONGCAIYAOHUICUI

关东菜肴荟萃

吉林省饮食服务公司
辽宁省饮食服务公司
黑龙江省服务局

辽宁科学技术出版社

关东菜肴荟萃

Guandong Caiyao Huicui

吉林省饮食服务公司

辽宁省饮食服务公司 编著

黑龙江省服务局

辽宁科学技术出版社出版 (沈阳市南京街6段1里2号)
辽宁省新华书店发行 朝阳新华印刷厂印刷

开本:787×1092 1/16 印张:12 1/2 字数:270,000 插页:9
1990年2月第1版 1990年2月第1次印刷

责任编辑:刘兴伟 版式设计:于浪
封面设计:曹太文 责任校对:王莉 春茹

印数:1—7,248

ISBN7-5381-0819-X/TS·86 定价:10.00元



酒焖松子鸡
见76页

兰花鸽松
见79页



葱油鹿筋
见10页



牛蛙鲈鱼
见64页





箭射鹿肉白玉兔

见12页

▷ 白肉血肠
见87页



◁ 孔雀蹄筋
见84页



香辣野猪丝
见15页

龙王闹海

见42页



五彩松茸蘑

见33页

金蟾哈什蚂油

见20页



鸡锤海参

见44页





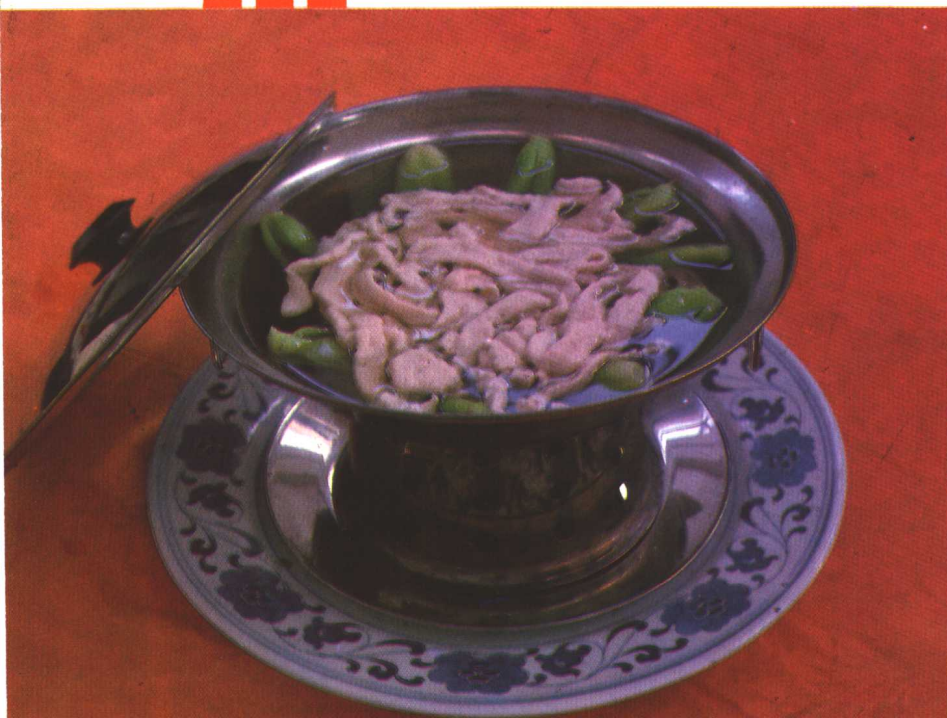
蜜汁莲花苹果
见99页



生煎麻哈鱼
见60页



网油山鸡卷
见24页



玉带飞龙锅
见21页

鹿茸三珍汤
见8页



鸳鸯戏水游飞龙
见21页



△ 桔子大虾 (全国烹饪名师技术表演鉴定会优秀菜肴之一)
见46页

◁ 串烤黄羊肉 见15页



鲜贝原鲍
见41页



金猴蟠桃
见31页



玉鸟银丝
见71页

菜包里脊
见87页





宫廷飞龙酒锅
见119页

炸铁雀
见28页



神仙炉
见83页





红鲷戏珠
见54页



雪梅鹿肉
见14页

人参炖乌鸡
见28页



银丝鳊鱼
见128页

《关东菜肴荟萃》编辑委员会

主 编 王国有 那关石 陆智慧 张九莲

编委会 (按姓氏笔画排列):

王国有 王荫森 刘国栋 李文江
那关石 陆智慧 张九莲 张汝才
张灿利 孟祥歧 梁德全 董居邦
潘 瑛

执 笔 (按姓氏笔画排列):

马俊驰 王万祥 王国有 王春山
王启瑞 刘东来 刘国栋 刘敬贤
齐金柱 牟传仁 李文江 李庆国
李洪志 金立新 屈守芳 孟繁进
梁德全 夏德润 张九莲 张仁洪
张世泉 张汝才 张灿利 张志斌
赵忠民 郝敏忠 董家芳 薄奉久
戴书经

摄 影 宾占元 张春堂 林振省

插 图 刘凤山 郝 陶

辽宁、吉林、黑龙江三省位于我国的东北部，西南与河北省毗邻，习惯上以山海关为界，将东北三省称为关东。

关东倚山傍海，沃野千里。巍巍兴安岭，莽莽长白山雄伟壮观，纵横绵延号称“林海”。由长白山脉向西南延伸的千山山脉直插黄海与渤海之间，构成了辽东半岛的脊柱。由辽河平原、松嫩平原、三江平原组成的南北距离1000多公里、东西宽约400公里的东北平原，面积44.04万平方公里。黑龙江、乌苏里江、图们江、鸭绿江、松花江、嫩江、兴凯湖、镜泊湖辽河等江河湖泊，星罗棋布。东北属温带季风气候区，四季分明，日照充足，雨水集中。这得天独厚的自然条件有利于农、林、牧、副、渔业的发展，故物产极为丰饶。苍茫的林海山涧，野生动植物资源有黑熊、犴达狍、鹿、狍子、黄羊、野猪、雪兔、飞龙、山鸡、铁雀、哈什蚂、黑木耳、松茸蘑、猴头蘑、榆黄蘑、蕨菜、薇菜、黄瓜香、刺嫩芽、山蔬、松子等数百种之多。尤以人参、鹿茸、灵芝等烹制食疗药膳菜肴的名贵药材，更是誉满中外。广袤的海域、漫长的浅海滩湾，盛产刺参、盘大紫鲍、对虾、海蟹、海螺、鲜贝、真鲷、黑鲷、小黄鱼等海鲜佳品。辽阔的江河湖泊，盛产鳊鱼、大麻哈鱼、甲鱼、鲈鱼、鳊鱼、鳙鱼、细鳞鱼、花鲢鱼等名贵鱼类。宽广的平原，盛产大豆、玉米、水稻、高粱、绿豆、花生、芝麻、甜菜、苹果等粮油经济作物和鲜蔬佳果。无垠的草原，盛产牛、羊等畜类。这些富饶的物产，不仅为关东菜肴提供了取之不尽，用之不竭的原料，而且为关东菜的发展奠定了丰富的物质基础。

纵观关东菜肴的发展，是经历了一段漫长过程的。早在3000多年前，满族的先世——肃慎就定居在东北地区。战国以后称为“挹娄”，南北朝称“勿吉”，隋、唐称“靺鞨”，辽、宋、元、明称“女真”，后金改称“满洲”。满族的先祖以狩猎为主，擅长打猎，喜食肉类。《长白汇征录》载有“今长白一带肉食山羊、野猪、鹿脯。以豆为油、为

酱，风犹近古。常见有获一猪、一狍、一熊而远近山民席地聚食，和以盐，剂以葱蒜菹辛，尽欢而罢”。关东由于受满族食俗影响，官府、市肆、民间菜多以肉类为主料，烹调方法也独具特色，流传至今的传统风味菜肴“白肉血肠”就是地道的满族菜肴。

1616年，努尔哈齐建立后金政权，1625年迁都沈阳。1636年，皇太极称帝，改后金为清后，沈阳成了清王朝的“发祥重地”，是清朝取得全国政权之前，在东北地区局部政权的统治首府，1644年，清入关取得全国政权后，沈阳作为清朝的留都，是康熙、乾隆等清朝皇帝“东巡”的“驻蹕”地和朝政临时处理地。这一时期，往来使节频繁，客商不断，酒楼客棧应运而生，各具特色的菜肴也大批的涌现出来，特别是宫廷御膳得到了迅速发展，民间饮食也由此兴盛起来。宫廷中每逢使节到来，总要大摆筵席。果碟以玉，酒器以金，食器以玳瑁，匙、筋以象牙。食品以精细、味和、甘食三类的“御厨宴”就是当时的代表宴席。民间宴席也是丰富多采的，据《满洲旗人祭礼考》记载：“宴会则用五鼎八簋，俗称八中碗，年节婚丧富家多用八中碗，次之小碗，再次六碟。六碗，以燕菜、银耳为上品，鱼翅次之，海参又次之，皆食品最佳者。”

随着时间的推移，东北经济得到进一步发展。1931年“九一八”事变后，乃至1934年日本在东北建立伪满洲国时期，中国末代皇帝溥仪在长春建立了伪皇宫，当上傀儡皇帝。当时，宫中膳房除北京清宫中的厨师外，名厨也相继到来，大型饭店多处，美味珍馐，品类繁多，这也使关东菜肴得到了进一步丰富和发展。

解放以后，特别是党的十一届三中全会以后，随着改革、开放的深入，关东菜肴得到了高度发展，已成为集各菜系之精华，融各烹调技法为一体，具有独特风味的地方菜。其显著特点：是选料精细广泛，注重地方特产原料，刀工精巧细致，精烹海鲜山珍，五味调和得当，讲究色泽造型，见功夫于火候，特别擅长勺工，烹调技法全面，尤以炸、熘、爆、烧、扒、靠、蒸、炖、拔丝见长。一些菜肴的烹调做到了嫩而不生，透而不老，烂而不化，达到了炉火纯青的地步。在菜品口味上，鲜咸可口，酥烂入味，

脆嫩鲜香,风味醇浓,注意保持原汁原味,偏重鲜、咸、香,使人食而不腻。如“炒肉拉皮”、“炒肉渍菜粉”、“白肉血肠”、“什锦火锅”等菜肴久负盛名。以关东特产原料为主料烹制的各种美馐佳肴遍及国内外,得到了社会各界的好评。在首届全国烹饪名师技术表演鉴定会上,“兰花熊掌”等佳肴一举夺魁。在第二届全国烹饪技术比赛中,关东菜肴受到了评委和食客们的赞扬。“碧波龙舟”、“红梅菜胆”、“灯笼海参”、“猴王闹龙宫”、“玉鸟银丝”等菜肴荣获了金牌。一批批具有浓郁北国特色的创新宴席,如“鹿鸣宴”、“长白山珍宴”、“飞龙宴”等相继问世。这些宴席受到日本、英国、美国、香港等十多个国家和地区宾客们的欢迎。许多家报纸盛赞为“这是很有饮食文化的搭配”、“进补与美食的结合”、“出色的厨艺,科学的配膳”。如今,这些宴席已香飘四海,饮誉五洲,使中外宾客饱享口福,成了闻名中外的名宴。这一切充分说明,关东菜肴已发展到兴盛时期,展现了北国烹饪的丰姿,已被世人所瞩目,正以它独具特色的艺术风格,盛开在各大菜系的百花园中。

《关东菜肴荟萃》重点选编了三个方面的内容。一是从三省精选出具有代表性的菜肴 240 种。分别介绍了其特点、用料、制作方法和操作关键;二是选编了 9 台在国内外享有盛名的创新宴席,介绍了宴席的构成、用料和制作方法;三是介绍了关东 50 种名特烹饪原料。从形态特征、产地与产季、营养成分、药用价值、食用价值等几个方面进行了介绍。纵观全书,既有风采迷人,技艺鲜明的“高档菜肴”,又有原料易得、制作方便、风味独特的“普通菜肴”;既可为烹饪专业人员服务,又可指导您家庭的餐桌。我们相信《关东菜肴荟萃》的问世会成为关东,乃至全国烹饪技术人员的良师益友,可为国内外热爱烹饪事业的人们提供东北烹饪技艺的翔实资料,会成为烹饪技师考核晋级必不可少的参考书。

本书是 1987 年在吉林省召开的东北三省饮食服务公司(局)经理(局长)联谊会上商定的,由吉林省饮食服务公司牵头,分别编写的,并于 1989 年在吉林省召开的三省饮食服务公司(局)编委会议上统一研究编纂

定稿的。在本书编著过程中,得到了三省商业厅的关怀,得到了有关单位和烹饪爱好者的大力支持,在此一并表示感谢! 由于时间仓促,难免有疏漏之处,敬请读者提出宝贵意见。

王国有

第一篇 关东风味菜肴

【一】山珍野味菜

- | | | | |
|----------------------|----|------------------------|----|
| 1. 兰花熊掌 | 3 | 28. 酒锅鹿肉 | 14 |
| 2. 玉掌擎天 | 3 | 29. 串烤黄羊肉 | 15 |
| 3. 掌上明珠 | 4 | 30. 香辣野猪丝 | 15 |
| 4. 沙锅什锦熊掌 | 4 | 31. 素千秋菊 | 16 |
| 5. 冬梅玉掌 | 5 | 32. 烤狍子肉 | 16 |
| 6. 彩珠熊掌 | 5 | 33. 麻辣狍肉条 | 16 |
| 7. 玉翠麒面 | 6 | 34. 炸烹狍肉 | 17 |
| 8. 凤尾扒狍鼻 | 6 | 35. 荷花炸三样 | 17 |
| 9. 狍鼻戏彩珠 | 7 | 36. 菊花酿馅哈
什蚂 | 18 |
| 10. 金蟾红油狍鼻 | 7 | 37. 金蟾献宝 | 18 |
| 11. 红扒人参驼峰 | 7 | 38. 芙蓉鲍鱼哈
什蚂油 | 19 |
| 12. 翠珠鹿茸熊肘 | 8 | 39. 什锦哈什蚂油 | 19 |
| 13. 鹿茸三珍汤 | 8 | 40. 林蛙赏月 | 19 |
| 14. 鹿茸银耳汤 | 9 | 41. 金蟾哈什蚂油 | 20 |
| 15. 杜仲鹿筋 | 9 | 42. 飞龙脯扒鸭掌 | 20 |
| 16. 葱油鹿筋 | 10 | 43. 珍珠飞龙 | 21 |
| 17. 扒酿龙须鹿筋 | 10 | 44. 鸳鸯戏水游飞龙
..... | 21 |
| 18. 什锦鹿尾 | 10 | 45. 玉带飞龙锅 | 21 |
| 19. 人参金龟鹿尾汤
..... | 11 | 46. 五加参飞龙酒锅
..... | 22 |
| 20. 三鲜鹿尾 | 11 | 47. 飞龙喜归巢 | 22 |
| 21. 海马鹿鞭 | 12 | 48. 渍菜美味飞龙脯
..... | 22 |
| 22. 箭射鹿肉白玉兔
..... | 12 | 49. 腰果飞龙 | 23 |
| 23. 鸳鸯鹿肉排 | 12 | 50. 各吃三宝龙珠 | 23 |
| 24. 金钱鹿肉 | 13 | 51. 桃仁爆山鸡丁 | 24 |
| 25. 琵琶鹿肉 | 13 | 52. 莲蓬山鸡 | 24 |
| 26. 雪梅鹿肉 | 14 | | |
| 27. 烹烧梅花鹿肉 | 14 | | |