

烹 杂
调 碎
350 下
法 水

中国建材工业出版社

杂碎下水烹调 350 法

时 云 著

中国建材工业出版社

(京)新登字 177 号

责任编辑:大义

杂碎下水烹调 350 法

时云 著

中国建材工业出版社出版发行

(北京百万庄国家建材局院内)

人民教育出版社印刷厂印刷

全国新华书店经销

787×1092 毫米 32 开 5.8 印张 130 千字

1993 年 10 月一版一次印刷

印数 1—7000

ISBN7-80090-153-X/Z • 68

定价:3.50 元

前 言

食不厌精，脍不厌细，随着生活水平的不断提高，大家对食物的营养成分越来越关注。为此我们编写了杂碎下水烹调 350 种制作方法。

我国自古就有用杂碎下水的习俗，用杂碎下水做菜味香可口，营养丰富。杂碎下水中含大量的维生素及蛋白质，对儿童的生长、妇女孕期的营养及老年体弱者的身体恢复都是很好的食物。

此书所收烹调方法力求易懂便学，以中式做法为主、西式做法兼之。书中对每款菜肴的制作都有详细的说明，并根据各地不同口味，列出了每一种菜的多种做法。本书内容丰富详实，愿您从中得到美的享受。

编 者

目 录

一、猪肉类

(一)猪肝

1. 鱼香猪肝 (1)
2. 麻辣猪肝 (1)
3. 五香酱肝 (1)
4. 煎猪肝 (2)
5. 熘肝尖 (2)
6. 西红柿炒猪肝 (3)
7. 卤猪肝 (3)
8. 腊猪肝 (3)
9. 熏猪肝 (4)
10. 滑熘肝尖 (4)
11. 凤眼猪肝 (4)
12. 海南猪肝 (5)
13. 苦瓜炒猪肝 (6)
14. 煎鸡腿肉猪肝 (6)
15. 白族酸肝 (6)
16. 酸辣猪肝 (7)
17. 油酥猪肝排 (7)
18. 炆肝片 (8)
19. 软炸猪肝 (8)
20. 首乌黄豆烩猪肝 ... (9)

21. 炸肝花 (9)
22. 猪肝蛋黄粥 (9)
23. 熘炸肝花 (10)
24. 南煎猪肝 (10)
25. 沙锅焗肝 (11)
26. 炸熘肝尖 (11)
27. 蒸猪肝 (12)
28. 包菜炒猪肝 (12)
29. 黄豆肝米 (13)
30. 酸甜猪肝 (13)
31. 金银猪肝 (14)
32. 腊味猪肝 (14)

(二)猪肚

1. 水晶肚头 (15)
2. 炒肚片 (15)
3. 炒肚丝 (16)
4. 辣肚丝 (16)
5. 汤爆肚尖 (16)
6. 盐爆双条 (17)
7. 炒三丝 (18)
8. 酱大肚 (18)
9. 干烧肚块 (19)
10. 鸡皮肚 (19)
11. 青蒜肚片 (20)

- | | | | |
|------------------|------|-------------------|------|
| 12. 荷花肚 | (20) | 38. 芥末肚丝 | (33) |
| 13. 炆肚片 | (21) | 39. 青椒拌肚丝 | (34) |
| 14. 烩肚丝 | (21) | 40. 麻辣肚条 | (34) |
| 15. 爆炒猪肚 | (22) | 41. 酱猪肚 | (34) |
| 16. 麻辣肚丝 | (22) | 42. 鸡胸爆肚 | (35) |
| 17. 麻辣猪肚 | (22) | 43. 爆全丁 | (35) |
| 18. 椒盐猪肚 | (23) | (三)猪肠 | |
| 19. 什锦猪肚 | (23) | 1. 糟烧大肠 | (37) |
| 20. 番茄肚片 | (24) | 2. 烧熬肥肠 | (37) |
| 21. 八宝大肚 | (24) | 3. 清炸大肠 | (38) |
| 22. 芥末白肚 | (25) | 4. 扒瓤大肠 | (38) |
| 23. 汤爆肚头 | (26) | 5. 溜肥肠 | (39) |
| 24. 汤泡肚花 | (26) | 6. 糖醋肥肠 | (39) |
| 25. 酿猪肚 | (27) | 7. 九转肥肠 | (39) |
| 26. 生爆肚尖 | (28) | 8. 卤肥肠 | (40) |
| 27. 拌肚尖花 | (28) | 9. 烧肥肠 | (41) |
| 28. 糟焦肚片 | (29) | 10. 葱烧大肠 | (41) |
| 29. 云片猪肚 | (29) | 11. 扒肥肠 | (42) |
| 30. 山东油爆双脆 | (30) | 12. 焦溜肥肠 | (43) |
| 31. 鱼香肚尖 | (30) | 13. 酥炸肥肠 | (43) |
| 32. 白胡椒烩猪肚 | (31) | 14. 炒大肠(一) | (44) |
| 33. 银芽肚尖丝 | (31) | 15. 炒大肠(二) | (44) |
| 34. 大蒜炒肚片 | (32) | 16. 香炸五花肠 | (45) |
| 35. 韭花肚尖丝 | (32) | 17. 煎猪肠子酸白菜 | (45) |
| 36. 肚丝拉皮 | (33) | 18. 熏双色肠 | (46) |
| 37. 凉热肚丝 | (33) | 19. 奶汤大肠 | (46) |

- | | | | |
|------------------|------|------------------|------|
| 20. 熏肉肠 | (47) | 17. 酸辣腰花 | (59) |
| 21. 腊肠 | (47) | 18. 爆双花 | (60) |
| 22. 红肠蛋茸 | (48) | 19. 焦切腰片 | (60) |
| 23. 炸灌小肠 | (48) | 20. 荷兰豆炒腰片 | (61) |
| 24. 熏血肠 | (49) | 21. 麻花腰子 | (61) |
| 25. 煎火腿西红柿 | (49) | 22. 叉烤腰子 | (62) |
| 26. 火腿烧冬瓜 | (50) | 23. 吊钩花腰 | (62) |
| 27. 炒两样 | (50) | 24. 炸桃腰 | (63) |
| 28. 蜜汁红肠 | (50) | 25. 酥猪腰 | (63) |

(四)猪腰子

- | | | | |
|-----------------|------|----------------|------|
| 1. 腰丁烩腐皮 | (51) | 26. 腰子冬笋 | (64) |
| 2. 炆腰花(一) | (51) | 27. 锅贴腰子 | (65) |
| 3. 炆腰花(二) | (52) | 28. 杜仲腰花 | (65) |
| 4. 红油腰片 | (52) | 29. 火爆腰花 | (66) |
| 5. 宫保腰块 | (53) | 30. 熘腰花 | (66) |
| 6. 荔枝猪腰子 | (53) | 31. 凉拌腰片 | (67) |
| 7. 鱼香腰花 | (53) | 32. 温拌腰丝 | (67) |

(五)三样

- | | | | |
|----------------|------|---------------|------|
| 8. 油爆腰花 | (54) | 1. 熘三样 | (68) |
| 9. 软炸腰穗 | (55) | 2. 葱爆三样 | (68) |
| 10. 麻辣腰花 | (55) | 3. 爆三样 | (69) |
| 11. 炒腰花 | (56) | 4. 蒸三鲜 | (70) |
| 12. 爆腰穗 | (56) | 5. 花三鲜 | (71) |
| 13. 炆腰穗 | (57) | 6. 炒三鲜 | (72) |

(六)猪头、猪舌

- | | | | |
|----------------|------|---------------|------|
| 14. 鲜蘑腰片 | (57) | 1. 卤猪头肉 | (72) |
| 15. 炒虾腰 | (58) | 2. 家常脑花 | (73) |
| 16. 青豆腰花 | (58) | | |

3. 清蒸猪脑 (73)
4. 肉末猪脑 (73)
5. 五彩猪脑 (74)
6. 红扒猪舌 (75)
7. 红油猪舌 (75)
8. 红焖猪舌 (75)
9. 腊猪舌 (76)
10. 红煨猪舌 (76)
11. 卤猪舌 (77)

(七)猪心

1. 烤猪心 (77)
2. 焖猪心 (77)
3. 爆玲珑 (78)
4. 炒猪心 (78)
5. 爆心片 (79)
6. 腊猪心 (79)
7. 芹菜炒猪心 (80)
8. 炆心片 (80)
9. 家常猪血 (81)
10. 红白豆腐 (81)

(八)猪肺

1. 卤猪肺 (82)
2. 玻璃花肺 (82)
3. 麻油猪肺 (83)
4. 糊辣肺片 (83)
5. 辣拌肺丝 (83)

二、牛、羊、马类

(一) 牛

1. 三元牛头 (84)
2. 褒牛头 (85)
3. 软煎牛脑 (85)
4. 炸牛脑 (86)
5. 煎牛脑麦尼少司 ... (86)
6. 奶汁烤牛脑 (87)
7. 蒜泥煎牛上脑 (87)
8. 卤牛舌 (87)
9. 五香扒牛舌 (88)
10. 番茄汁扒牛舌 (89)
11. 焖牛舌 (89)
12. 蔬菜果汁焖牛舌... (90)
13. 煮牛舌素菜丁少司... (90)
14. 煮牛舌蔬菜 (91)
15. 番茄牛舌 (91)
16. 红烩牛舌 (91)
17. 煮咸牛舌配菜 (92)
18. 卤牛肝 (92)
19. 焖牛肝奶油 (93)
20. 烩肝丝 (93)
21. 煎乳牛肝 (93)
22. 鱼香牛肝 (94)
23. 洋葱炒牛肝 (94)

- | | | | |
|--------------------|-------|-----------------|-------|
| 24. 煎牛肝串 | (95) | 1. 羊头脰 | (106) |
| 25. 烤牛肝 | (95) | 2. 红油羊头肉 | (106) |
| 26. 哈萨克式炭烤肝串 | (95) | 3. 炖羊脑 | (107) |
| 27. 红酒焖穿膘牛肝... | (96) | 4. 干炒羊肝 | (107) |
| 28. 炒牛肝 | (96) | 5. 羊肝炒荸荠 | (108) |
| 29. 红烩牛心 | (97) | 6. 羊肝胡萝卜粥 | (108) |
| 30. 夫妻肺片 | (98) | 7. 煎羊肝 | (108) |
| 31. 麻辣牛肚丝 | (98) | 8. 香腊羊肝 | (109) |
| 32. 炒牛肚丝 | (99) | 9. 烤羊腰 | (109) |
| 33. 卤牛杂 | (99) | 10. 鸭犁炒羊腰 | (110) |
| 34. 烧牛肚片 | (100) | 11. 红煨羊肚片 | (110) |
| 35. 干拌牛肚岭 | (100) | 12. 氽肚丝 | (111) |
| 36. 姜丝拌百页 | (101) | 13. 麻辣羊肚丝 | (111) |
| 37. 炒肉百页 | (101) | 14. 芥末银丝 | (112) |
| 38. 酸辣牛百页 | (101) | (三) 马 | |
| 39. 攒牛蹄 | (102) | 哈萨克马肠 | (112) |
| 40. 红油牛筋 | (102) | | |
| 41. 烧牛蹄筋 | (103) | 三、鸡、鸭类 | |
| 42. 红扒牛蹄筋 | (103) | (一) 鸡 | |
| 43. 鱼香牛腰 | (104) | 1. 盐水肫肝 | (113) |
| 44. 牛肉腰子排 | (104) | 2. 油炸肫肝 | (113) |
| 45. 铁扒杂拌 | (105) | 3. 盐水肫肝 | (113) |
| 46. 酸奶牛腰 | (105) | 4. 川椒肫 | (114) |
| 47. 红煎牛腰 | (105) | 5. 炒时件 | (114) |
| (二) 羊 | | 6. 炒虾肫 | (115) |
| | | 7. 煎肫肝 | (116) |

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 8. 家庭式鸡肝泥 (116) | 34. 清炸胗肝 (127) |
| 9. 大众肝泥 (116) | 35. 口蘑烩鸡腰 (127) |
| 10. 红焖鸡胗 (117) | 36. 烩酸辣鸡血 (128) |
| 11. 煮鸡泥肠白菜 ... (117) | 37. 红花鸡血 (128) |
| 12. 绣球鸡肫 (118) | 38. 焖三鲜鸡腰 (129) |
| 13. 香腊鸡肫 (118) | (二)鸭 |
| 14. 盐水鸡肫 (119) | 1. 软熘鸭心 (129) |
| 15. 炒鸡肝 (119) | 2. 酸辣鸭杂 (130) |
| 16. 烩鸡杂 (119) | 3. 双味鸭杂 (130) |
| 17. 酸辣鸡肫 (120) | 4. 香菇鸭肫 (130) |
| 18. 天椒炒鸡肫 (120) | 5. 烩鸭四宝 (131) |
| 19. 面包粉炸鸡肝 ... (121) | 6. 水晶鸭舌 (132) |
| 20. 烧胗肝 (121) | 7. 扒瓢鸭舌 (132) |
| 21. 菜心肫肝鱿鱼 ... (121) | 8. 炸梅花胗 (133) |
| 22. 卤胗肝 (122) | 9. 熘鸭肝 (133) |
| 23. 葱头烩鸡肝 (122) | 10. 酱汁鸭肝 (134) |
| 24. 烤鸡肝 (123) | 11. 栗子煨肫肝 (134) |
| 25. 清炸鸡肝 (123) | 12. 炒肫片 (135) |
| 26. 鲜蘑鸡肝串 (124) | 13. 黄焖鸭肝 (135) |
| 27. 鸡杂串 (124) | 14. 鸭肝酥 (136) |
| 28. 熘菊花肫 (124) | 15. 番茄熘鸭肝 (137) |
| 29. 镶鸡肉卷 (125) | 16. 腊鸭肾 (137) |
| 30. 盐水鸡杂件 (125) | 17. 盐爆鸭肠 (137) |
| 31. 焦炸鸡肫花 (126) | |
| 32. 鸡肝摊蛋饼 (126) | |
| 33. 鸡肉鸡肝串 (126) | |
- 四、鱼 类
- | |
|---------------------|
| 1. 肉末鱼肚 (138) |
|---------------------|

2. 烩酿鱼肚 (139)
3. 白汁酿鱼肚 (140)
4. 烧鱼肚肉片 (141)
5. 三鲜鱼肚 (142)
6. 扒烧鱼肚 (142)
4. 白葡萄酒少司烩牛肚 (151)
5. 法式红酒烩牛肚... (151)
6. 奶油烩牛肚带小丸子 (152)
7. 法式炒牛肚丝 (152)
8. 牛肉腰子布丁 (152)
9. 俄式烩腰片 (153)
10. 古拉什腰子 (154)
11. 南斯拉夫式酿羊肚 (154)

五、西 式 作 法

(一)猪类

1. 法式煎猪肝 (144)
2. 炭烤猪肝串 (144)
3. 意大利式焖猪心... (144)
4. 煎猪腰子串 (145)
5. 炸猪腰子片 (145)
6. 煎猪腰子板肉 (146)
7. 乌克兰式灌肠 (146)
8. 意式煎猪肉火腿卷... (146)
9. 火腿猪肉丝炒鸡蛋... (147)
10. 烤火腿配菠菜泥... (147)
11. 火腿托斯 (148)
12. 奶汁烤肉杂拌 ... (148)
13. 烩酸菜肉杂拌 ... (148)
14. 德式土豆小肠汤... (149)
- (三)鸡、鸭类
1. 埃及式鸡胗饭 (155)
2. 鸭肝馅炒鸡蛋 (155)
3. 鸭肝馅鸡肉饼 (156)
4. 焖鸭鲜蘑鸭肝少司... (156)

六、汤

(二)牛、羊类

1. 法式牛舌 (149)
2. 西班牙式焖牛舌... (150)
3. 乌克兰式煎牛肝... (150)
1. 猪肝线粉汤 (158)
2. 竹笋肝膏汤 (158)
3. 猪肝菠菜汤 (159)
4. 独脚金猪肝汤 (159)
5. 桑叶猪肝汤 (159)
6. 枸杞叶猪肝汤 (159)
7. 酸辣肚丝汤 (160)
8. 猪肚姜桂汤 (160)

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 9. 清炖肚子汤 (160) | 22. 辣酱百页汤 (166) |
| 10. 豆苗猪肚汤 (161) | 23. 黄豆芽猪血汤 ... (167) |
| 11. 掺丝杂烩汤 (161) | 24. 牛肝泥子汤 (167) |
| 12. 火腿鲫鱼汤 (161) | 25. 酸辣汤 (167) |
| 13. 火腿冬瓜汤 (162) | 26. 金樱根炖鸡 (168) |
| 14. 上肠线粉汤 (163) | 27. 鸡杂清汤 (168) |
| 15. 冬菜腰片汤 (163) | 28. 鸡杂酸黄瓜汤 ... (169) |
| 16. 腰花木耳汤 (164) | 29. 奶油蘑菇鸡丝汤... (169) |
| 17. 猪腰胡桃补肾汤... (164) | 30. 三鲜鸡汤 (169) |
| 18. 清汤腰方 (164) | 31. 酸辣鸭血汤 (170) |
| 19. 杏仁银肺汤 (165) | 32. 冬菜鸭肝汤 (170) |
| 20. 菠菜银肺汤 (165) | 33. 鳝鱼肠汤 (171) |
| 21. 牛奶银肺汤 (166) | 34. 全家福 (171) |

一、猪肉类

(一)猪肝

鱼香猪肝

《原料》猪肝 200 克,植物油 100 克,泡辣椒 2 个左右,酱油 10 克,料酒 10 克,白糖 5 克,醋 10 克,味精 2 克,精盐 5 克,葱、姜、蒜各 5 克,水淀粉 25 克。

《制法》(1)将猪肝切成 4×1 厘米宽的薄片,加精盐及水淀粉挂糊拌匀。(2)葱切成葱花,姜蒜切成末,泡辣椒切成末。(3)用水淀粉、料酒、酱油、白糖、醋、味精及汤对成芡汁。(4)炒锅放旺火上,下植物油,烧至七成热时,放进猪肝炒散后捞出控油,倒入泡辣椒、姜、蒜末,待猪肝炒好时下葱花,倒入芡汁,颠翻几下,出锅即可。

《特点》鲜嫩、鱼香味浓。

麻辣猪肝

《原料》酱猪肝 200 克,辣椒油 20 克、香油 10 克、花椒油 10 克,酱油 5 克,味精少许,葱适量。

《制法》(1)把猪肝切片放入盘中,葱切成末。(2)把辣椒油、香油、花椒油、酱油、味精、葱末一同放入碗中,调匀后浇在猪肝上,拌匀即可。

《特点》味浓香、麻辣可口。

五香酱肝

《原料》鲜猪肝 2000 克、酱油 4500 克,精盐 30 克,白糖

200 克,料酒 200 克,葱段 200 克,姜 200 克,桂皮 20 克,大料 20 克,花椒 10 克。

《制法》(1)将猪肝洗净,顺肝叶切 4 厘米宽(深为五分之三)的刀口。(2)锅内放水(约 2000 克)烧开,加放酱油、精盐、料酒、白糖、葱段、姜、桂皮、大料和花椒,再将猪肝放入锅内,煮一会儿后,且筷子扎入肝内,不出血水时捞出即可食用。

《特点》五香味浓,味道鲜美。

煎 猪 肝

《原料》猪肝 350 克,油 100 克,精盐、胡椒粉、料酒、面粉、蘑菇等少许,辣酱油 1 汤匙。

《制法》猪肝洗净后剔去筋皮,用刀切成厚片,撒上精盐、胡椒粉,两面拍上干面粉,放热油中煎成金黄色,将熟时放入料酒、辣椒油、蘑菇、略烧后装盘。

《特点》鲜、嫩。

熘 肝 尖

《原料》猪肝 200 克,花椒油 10 克,淀粉 25 克,醋 3 克,白糖 25 克,酱油 20 克,黄酒 10 克,精盐 5 克,高汤 100 克,葱、姜丝、蒜片各 3 克,植物油适量。

《制法》(1)将猪肝洗净切成柳叶片,放入碗内放淀粉、精盐拌均匀,入七八成热油中滑散,捞出沥油。(2)锅中留底油,放入葱、姜丝及蒜片,即投入肝片,烹料酒,醋、酱油,加适量汤,用精盐、白糖调好口味,汤汁开后勾芡,淋入香油出锅。

《特点》味道鲜嫩,酸甜微咸。

西红柿炒猪肝

《原料》西红柿数个、猪肝、菠菜、植物油、精盐、淀粉、五香粉、味精、葱、姜末。

《制法》(1)将猪肝洗净,切成薄片。(2)西红柿切成桔瓣块。将菠菜洗净,切成3至4厘米长的段。(3)坐炒勺,加底油烧热,用葱、姜炆锅,倒入猪肝、西红柿、精盐、五香粉翻炒,加入菠菜少许,放味精,翻炒均,用水淀粉勾芡,出锅装盘即可。

《特点》色泽鲜美,营养丰富。

卤 猪 肝

《原料》猪肝 1500 克,桂皮、八角、丁香、甘草、沙姜共 12 克,玫瑰露酒 75 克,酱油 75 克,冰糖 100 克,盐 4 克,清水 800 克。

《制法》(1)把卤味料一同放入砂锅中用慢火煮 30 分钟,可取出渣物,留下卤水汁候用。(2)猪肝洗净用盐擦匀,放入大滚水中余片刻,取出隔去水分,放入卤水锅中,用火慢煮 20 分钟,取出候冷供食用。

腊 猪 肝

《原料》猪肝 1500 克,细麻绳 2 条,上等酱油 75 克,玫瑰露酒 16 克,姜汁 8 克,白糖 20 克,精盐 4 克。

《制法》(1)猪肝放大盆中,加水 1500 克浸约 5 小时,把血水浸出;或用石块放在猪肝上,压浸一夜,使血水流出。(2)把流出血水的猪肝洗净,放进大碗中,加入腌肉料拌匀,腌一天左右,取出用绳穿上,挂在阳光中曝晒约三五天,即可取用。

熏 猪 肝

《原料》猪肝 1000 克,花椒粒 3 克,桂皮 1 枝,大茴香少许,青葱 2 棵,盐 4 克,生姜 2 片,酱油 80 克,香油 6 克,清水 600 克,甘蔗 6 片,茶叶 1 碗。

《制法》(1)把猪肝洗净,放锅中用水 400 克煮熟,再用清水洗净。(2)将各卤味料同放砂锅中,用中慢火煮至有香味散出,即放入猪肝浸煮 1 小时,取出切片备用。(3)将茶叶放入锅中,上放甘蔗片,猪肝片则排放其上;用锅盖盖严,以猛火烧至有白烟,约 15 分钟后,可取出上碟。

滑 熘 肝 尖

《原料》猪肝尖 350 克,净荸荠 50 克,鸡蛋 1 个,葱末、姜末、酱油、料酒、盐、味精、白糖、醋、胡椒粉、蒜泥、淀粉、香油、花生油、清汤各适量。

《制法》(1)把猪肝切成 0.3 厘米厚的片,把荸荠切成片;将猪肝与料酒、盐、鸡蛋、淀粉拌匀浆好。(2)炒锅放到旺火上,放入花生油,待油达到五成热时,将猪肝下锅划开,倒入漏勺沥油(锅内留少许油)。(3)起炒锅,放入葱末、姜末、蒜泥、荸荠,煸炒几下,放入猪肝,将酱油、料酒、味精、白糖、醋、胡椒粉、淀粉、清汤对成汁倒入炒锅,翻炒几下,装盘,淋少许香油即可。

《特点》鲜嫩可口。

凤 眼 猪 肝

《原料》生猪肝 2 叶约 500 克,肥膘肉 100 克,葱、姜各 25

克,酱油 50 克,盐 20 克,料酒 25 克,白糖、花椒、八角适量,香油 10 克。

《制法》(1)先将猪肝顺长两端直切整齐,然后用竹筷修成的尖头刀,在猪肝中线两侧戳穿两个圆形深孔。(2)将肥膘肉切成直径约 1 厘米的圆条,然后用竹筷塞入猪肝的两个圆孔内,加料酒、盐、糖腌渍半小时待用。(3)取锅加清水 1 公斤,放入葱、姜、花椒、大料、酱油,熬出香味后,下猪肝烧沸,速将锅端离火口,焖至熟透捞出,晾凉后抹上香油。(4)用刀顺猪肝的横向直切成约 2 厘米厚的薄片,装入盘中,淋卤猪肝的原汤和香油即成。

海 南 猪 肝

《原料》猪肝 250 克,鸭蛋清 15 克,花生酱 50 克,面包末 100 克,白糖 50 克,绍酒 10 克,醋 2.5 克,橘汁 50 克,白清酱油 15 克,面粉 150 克,番茄酱 50 克,时青菜 250 克,熟猪油 500 克(实耗 75 克)

《制法》(1)将猪肝切成 5 厘米长、2.6 厘米宽、0.4 厘米厚的片,放在碗里,用酱油、绍酒浆好腌 5 分钟。鸭蛋清放在碗里,用筷子搅打成液。(2)炒锅放在旺火上,倒入猪油烧到五成热,腌好的猪肝片先沾匀面粉,再蘸蛋清,然后滚匀面包末下锅油炸,用筷子迅速拨散,待油温升至七成熟时,将炒锅移到微火上,继续炸至粉皮呈金黄色时捞起装盘。将橘汁、醋、白糖、番茄酱、花生酱和成的酱汁淋于肝片上,盘边饰配炒熟的时青菜即可。

《特点》色泽金黄,肝片脆嫩鲜美,酥香甜爽,酱汁稠厚味浓,炙热可口。