

中國食鹽小史

中国面食点心谱

曹秀英 于 壮 编写

中国商业出版社

序

王秋元

《中国面食点心谱》将与读者见面了。这是曹秀英同志和于壮同志共同编写的。一个是有着丰富实践经验和制作技艺的特一级面点师，一个是博览群书、虚心好学的年轻面点师，他们师徒俩人合作可称是珠联璧合。有关面食点心制作的书籍以前出版过很多，而该书却有它的独到之处。这本书较系统地汇集了全国各地的风味面点，既有高雅的创新名点，又有传统的宫廷御点，同时也有大量的、民间流行的大众化面点。书中详细地介绍了各式面食点心的制作方法及技术要领，特别是对一些名点的历史掌故以故事的形式加以说明，读后别有一番情趣。此书集知识性、实用性和趣味性为一体，不仅可供专业人员作技术资料之用，而且可供家庭丰富饮食参考，也适用于各界人士业余研究。读者定能从中获得一定的知识和制作技巧。这是一本不可多得的面点制作书籍，我向大家推荐。

一九八八年六月于大庆

前 言

我们伟大的祖国是一个有着灿烂文化的文明古国，食品文化是中华民族古老文化的重要组成部分，历史悠久、源远流长，技术精湛，驰誉四海五洲。

中国面食点心作为中国饮食苑地中的一朵瑰丽多姿的奇葩，千百年来，经过历代劳动人民的培植和浇灌，以其高超绝伦的精湛制作技艺，灿若繁星的花色品种，色香味形器俱美的特色而闻名于世。它散溢着诱人的芳香，赢得了中外宾客的称道。

中国面食点心，是中华民族悠久历史和灿烂文化的一个结晶。它那风格各异的素质，恰似我国各地人民特有的性格。假若我们将山东风味的面点比做胶东大汉的话，那么，江苏的船点就不失其江南淑女的沉鱼倾国容姿。它那古色古香的格调，展现了我国数千年古老文明的风彩；它那芳香四溢的韵味，透发着丰富多彩的生活气息；它那繁星争灿的每一品种，处处闪耀着劳动人民智慧和勤劳的光芒；它那精美的色香味形，反映了中国面点制作工艺的高超和精湛。除此之外，它所具有的取材广博、应时应季、寓情于食、营养合理、食用方便、雅俗共赏的特点，都与我国各地人民的生活有着密切的关联。许多与面食点心有关的历史故事或民间传说，都从不同的侧面反映了人民的憎爱情感，道德观念和对美的向往，它们既是果腹的美食佳味，又是一幅幅运笔细腻的工笔画、一件件精雕细镂的艺术品，是一束小诗、一则美丽动听的神话，也是反映不同社会的一面镜子。

中国面食点心制作工艺作为一门艺术和科学，是由我国历代的劳动人民共同创造的。它与物理学、化学、微生物学、动物学、植物学、医学、营养卫生学、贮藏学、工艺美术学等诸门学科有着千丝万缕的联系，是劳动人民聪明才智的集中体现。可是，在过去的千百年里，由于受社会条件的制约，创造这门宝贵财富的劳动群众却很少给后人留以详细的文字资料，即便留下，也无非是一些文人雅士、才子佳人的片言只语，有待后人挖掘和整理。其间大多只知食物如何鲜美，却不知这鲜美源于何故。以至于许多精美食品的制做工艺蒙受绝迹和失传的厄运。从中国面点发展的意义上讲，这不能不说是件很大的憾事。有鉴于此，我们编写了这本《中国面食点心谱》。

这本书是对中国面食点心这一民族瑰宝完整系统的搜集和整理工作的一个尝试。它打破以往的帮派界限，博采各地风味面食点心千余种，对所需要的原料、制作方法及风味特点，逐一具体作了介绍。对名师、名店、名点以及有关的掌故和传说，凡是收集到的，都作了记载，以期为我国的面点发展史留下一点雪泥鸿爪。

搜集瑰宝，意在抛砖引玉，旨在继承和发扬，扩大交流，丰富人民的生活。以便在继承传统工艺、保留传统风味的基础上，给以科学的提炼，使之品种更加丰富多彩，营养搭配更加合乎现代人的要求，让中国面食点心这朵中华食苑中的奇葩放射出更加夺目的光彩，造福全人类。

在本书编写过程中，虽曾多方查阅资料，反复试制和推敲，并访师问友，请教行家，历时数载，多次修改，力求精确。但由于水平有限，差误之处，在所难免，敬请同道和读者批评郢政。

曹秀英 于 壮

1988年6月

目 录

一、酥 类	1
玉兰酥	1
兰花酥	1
菊花酥	2
荷花酥	2
海棠酥	3
樱花酥	3
石榴酥	4
玫瑰酥	4
棉桃酥	5
竹笋酥	5
葫芦酥	6
核桃酥	6
桂花酥	6
百合酥	7
牡丹酥	8
金橘酥	8
扇子酥	8
红梅酥	9
雪花酥	9
樱桃酥	9
蜜枣酥	10
蝴蝶酥	10
黄瓜酥	11
枇杷酥	11
元宝酥	12
单花酥	12
滚花酥	12
绣球酥	13
香蕉酥	13
韭菜酥	14
京糕酥	14
鸭子酥	14
大虾酥	15
佛手酥	15

马蹄酥	16
德庆酥	16
皮蛋酥	17
螃蟹酥	17
柿子酥	18
乌梅酥	18
江豆酥	18
凤尾酥	19
蚕蛹酥	19
腰子酥	20
麒麟酥	20
焦皮酥	21
娃娃酥	21
杏仁酥	22
香麻酥	22
水晶酥	22
到口酥	23
海螺酥	23
鲫鱼酥	23
扁豆酥	24
如意酥	24
一窝酥	25
什大酥	25
牛蒡酥	26
枕头酥	26
千层酥	26
叉烧酥	28
宣化酥	28
馒头酥	29
鱼鳞酥	29
鸡蛋酥	30
一捻酥	30
煎鲜虾酥	30
桂花松酥	31
奶油条酥	31

烤方酥	32
桂花方酥	32
如意香酥	32
凤凰蛋酥	33
烤龙头酥	33
炸龙头酥	34
四喜瓣酥	34
一品旋酥	34
野菊花酥	35
油花双酥	36
如意冰花酥	36
果子白绫酥	36
三鲜凤眼酥	37
成都凤尾酥	37
豆沙凤尾酥	38
绿沙灵芝酥	38
蛋黄莲茸酥	39
四角风轮酥	39
枣泥核桃酥	39
架樱扇子酥	40
火腿一口酥	40
豆沙金鱼酥	41
金华火腿酥	41
莲蓉方块酥	43
椰子香环酥	43
白云冬茸酥	43
豆沙龙珠酥	44
云母肉汁酥	44
雪花鸭蛋酥	44
黄油杏仁酥	45
蛋黄土干酥	45
果酱冬蓉酥	45
蟹黄花油酥	46
莲茸甘露酥	46
豆沙甘露酥	47
鸳鸯甘露酥	47
水红萝卜酥	47
冰花蝴蝶酥	48
奶油蝴蝶酥	48
叉烧蝴蝶酥	48

奶油马蹄酥	49
枣泥马蹄酥	50
可可马蹄酥	50
莲茸皮蛋酥	50
鹌鹑千层酥	51
淋糖千层酥	51
脆皮千层酥	52
夹心千层酥	52
豆沙小鸡酥	53
五仁小鸡酥	53
枣泥小鸡酥	53
八珍耙齿酥	54
冬茸金银酥	54
云腿菊花酥	54
水晶菊花酥	55
麦精蛋黄酥	55
威化凤肝酥	55
三丝眉毛酥	56
桂花栗子酥	56
海鲜脆皮酥	57
玫瑰冰雪酥	57
水晶玻璃酥	57
黄淇淋千层酥	58
桃花黄油鸡蛋酥	58
脂油糖心马蹄酥	58
二、饺 类	60
钟水饺	60
老边饺子	61
薄皮鲜虾饺	62
老蔡记蒸饺	62
牛肉挹饺子	63
一品饺	64
四喜饺	64
五峰饺	64
知了饺	65
飞轮饺	65
单桃饺	66
金鱼饺	66
燕子饺	67
蜻蜓饺	67

兰花饺	67
花篮饺	68
咖喱饺	68
蝴蝶饺	68
霸王饺	69
孔雀饺	69
木鱼饺	69
鸳鸯饺	70
梅花饺	70
冬瓜饺	71
豆沙饺子	71
豆腐蒸饺	72
炸芋头饺	73
狗肉酥饺	73
烫面炸饺	74
炸小饺子	74
水晶水饺	75
清素水饺	75
三鲜水饺	75
蝙蝠蒸饺	76
舟山虾饺	76
清明艾饺	76
蟹肉水饺	77
平菇水饺	77
鱼肉水饺	78
拌糖饺子	78
牛头蒸饺	79
牟平蒸饺	79
江城蒸饺	79
白记水饺	80
鸳鸯水饺	80
朱砂水饺	81
茴香水饺	81
羊肉水饺	81
淮阳小饺	82
灌汤蒸饺	82
三皮蒸饺	82
金山蒸饺(冠顶饺)	83
凤凰蒸饺	83
水晶酥饺	83

虾仁蒸饺	84
温江水饺	84
江毛水饺	85
三河米饺	85
花素蒸饺	86
鸡冠炸饺	86
状元水饺	87
红白饺子	87
鸡冠蒸饺	87
虾蔬蒸饺	88
小笼蒸饺	88
金钱马蹄饺	88
叉烧烤酥饺	89
烤鸭脆皮饺	89
鸡粒擘酥饺	89
三鲜海星饺	90
蜂巢双珍饺	90
咖喱鸡粒饺	91
海肠子水饺	91
生煎锅贴饺	91
百花龙珠饺	92
油炸元宝饺	92
回宝珍饺子	93
虾肉金鱼饺	93
蛋黄虾肉饺	93
蟹黄灌汤饺	94
架樱擘酥饺	94
鲜虾象眼饺	95
虾仁弯梳饺	95
花士林蒸饺	96
江南白花饺	96
高汤金鱼饺	97
新兴园蒸饺	97
鸡油煎饺子	98
施瓦本饺子	98
玉米面蒸饺	99
火鸡肉馅水饺	99
五角花边蒸饺	100
清酥素咖喱饺	100
天津鱼馅水饺	101

虾仁冬菇水饺	101
火腿冬瓜蒸饺	102
鸭肉油菜蒸饺	102
保定锅贴饺子	102
生焖酸辣馄饨饺	103
番茄牛肉馅饺子	103
谈炎记鲜肉水饺	104
白菜海蛎子水饺	104
三、糕 类	106
金 糕	106
天津耳朵眼炸糕	107
水花佛手糖糕	107
儿童生日蛋糕	108
多层白帽喜庆蛋糕	108
白糖伦教糕	110
煮 糕	110
甑 糕	110
扒 糕	111
芙蓉糕	112
友谊糕	112
蛋烘糕	112
定胜糕	114
喇嘛糕	115
山药糕	115
桔红糕	116
豆豉(音chai)糕	116
千层糕	117
莲子糕	118
花生糕	118
棉花糕	118
栗蓉糕	119
藕丝糕	120
海绵糕	120
乌梅糕	121
重阳糕	121
扁豆糕	121
端阳糕	122
龙须糕	122
赛年糕	123
重阳栗糕	123

牡丹甜糕	124
珍珠甜糕	124
小枣发糕	124
可可奶糕	125
千层油糕 (扬式)	125
千层油糕 (苏式)	125
泡泡油糕	126
糯米凉糕	127
树根蛋糕	127
桔子蛋糕	127
五彩蛋糕	128
玻璃蛋糕	128
花篮蛋糕	129
孔雀蛋糕	129
枣泥拉糕	129
脂油年糕	130
九层凉糕	130
棉花奶蛋糕	131
草莓云片糕	131
八角宝塔糕	132
葡萄鲜奶糕	132
山楂蛋白糕	133
鲜桔汁凉糕	133
西瓜汁凉糕	134
龙眼冻凉糕	134
蛋黄奶层糕	135
巧克力黄糕	135
鱼蓉萝卜糕	136
腊味萝卜糕	136
稀面吉祥糕	136
马子暇蛋糕	137
苹果烤蛋糕	137
酒香玫瑰糕	137
卷筒夹沙糕	138
雪花蘑菇糕	138
亳县绿豆糕	138
白糖嫩酵糕	139
透明马蹄糕	139
大米、糯米糖糕	140
糯米夹沙蛋糕	140

松子枣泥拉糕	140
紫贝天葵马蹄糕	141
鸡蛋果酱熨斗糕	141
寿星大蛋糕	142
圣诞节大蛋糕	143
糖架寿桃大蛋糕	143
糖花篮大蛋糕	144
瑞士黑森林蛋糕	145
阿尔巴尼亚式核桃蛋糕	146
四、包 类	147
天津包子 (狗不理包子)	147
九园包子	148
淮扬汤包	149
鸡汤包子	149
富春三丁包	150
豆腐皮包子	151
时辰包子	151
芋 包	152
瓠(hu)包	152
甜心包	153
大鸡包	153
炸荷包	154
南瓜包	154
苹果包	154
柿子包	155
秋叶包	155
金鱼包	155
三花包	156
百吉包	156
菊花包	157
佛手包	157
五仁包	157
梅花包	158
汽水包	158
藤萝包	159
母子包	159
棉桃包	159
八角包	160
米包子	160
韭菜包	160

荷叶包	161
葛粉包	161
刺猬包	162
麻茸包	162
红果包	162
灯笼包	163
荷花包	163
蚕茧包	163
鸭油包	164
一品素包	164
天津素包	164
镇江汤包	165
功德素包	165
吉林包子	166
牟平包子	166
四川包子	167
蒙古包子	167
山东包子	167
龙凤包子	168
鲛鱼包子	168
龙眼包子	169
破酥包子	169
什锦糖包	170
甜一口包	170
亮皮包子	170
什锦包子	171
狗肉包子	171
驴肉包子	172
排骨包子	172
松丝汤包	172
蟹黄汤包	173
庐阳汤包	173
双冬肉包	174
鸡笼包子	174
茯苓包子	175
凤球包子	175
赤顿面包	176
软炸面包	176
酥皮豆沙包	177
锅沸荠菜包	177

野鸭灌汤包	178
鸡粒灌汤包	178
盐菜水晶包	179
粉皮水晶包	179
一闻香包子	180
轧花百果包	180
带叶寿桃包	181
山楂山药包	181
瓜蓉葡萄包	181
对虾荷叶包	182
口蘑鸭丁包	182
咖喱滑鸡包	182
麦穗生肉包	183
玉液叉烧包	184
蚝油叉烧包	184
蛋黄麻茸包	184
架樱猪油包	185
螺丝冬茸包	185
广式豆沙包	186
杏仁葛粉包	186
豆沙土干包	187
小笼竹叶包	187
会友发包子	187
麻蛤揣馅包	188
新疆薄皮包子	188
火腿蟹粉汤包	189
宝鸡豆腐包子	189
济南什锦素包	190
乐山叉烧包子	190
石柱烤米包子	190
泉州生煎肉包	191
山药茯苓包子	191
鲫鱼嘴素包子	191
扬帮猪油开花包	192
广式奶油开花包	192
四季美鲜肉汤包	193
武汉宝通寺素包	193
西安朱家地软包子	194
湖州丁莲芳千张包子	194
清真点心店牛肉煎包	195

春风松月楼素菜馆净素菜包	195
五、卷 类	197
芸豆卷	197
燕窝卷	197
糖细卷	198
来往卷	198
四喜卷	198
葡萄卷	199
奶油卷	199
蝴蝶卷	199
荷花卷	200
莲茸卷	200
知了卷	200
红薯卷	201
荷叶卷	201
麻花卷	202
金银卷	202
鸡丝卷	202
柳桃卷	203
猪蹄卷	203
芋头卷	203
金丝卷	204
团花卷	204
猫头卷	204
脑髓卷	205
南式花卷	205
虎头花卷	205
花篮花卷	206
卷联花卷	206
咖喱花卷	207
鸭丝春卷	207
脆皮春卷	207
细沙春卷	208
马兰春卷	208
火丝春卷	209
鸡丝春卷	209
云子凉卷	210
沙河粉卷	210
凤胎椰卷	210
金丝蛋卷	211

炸蛋糕卷	211
酥皮蛋卷	212
松酥蛋卷	212
酥炸虾卷	212
烤银丝卷	213
天花鸡丝卷	213
香炸玫瑰卷	214
核桃面包卷	214
三色花蕊卷	214
番茄汁花卷	215
红枣石榴卷	215
酥皮嗯嘛卷	215
豆沙松酥卷	216
榄仁擘酥卷	216
豌豆泥蛋卷	217
雪布玲蛋卷	217
羊羹鸡蛋卷	218
蛋白蛋糕卷	218
椰茸蛋糕卷	218
果酱蛋糕卷	219
桃仁蛋糕卷	219
糖皮麻茸卷	219
奶酥苹果卷	220
牛油果酱卷	220
苹果煎饼卷	220
鸡丝拉皮卷	221
芝麻白薯卷	221
菠菜翡翠卷	222
鹅脖银丝卷	222
山楂奶皮卷	223
芝麻鲜奶卷	223
苹果奶皮卷	223
网油牛肉卷	224
鸡丝虾粉卷	224
金银腊肠卷	225
雪花马蹄卷	225
网油烧茄卷	225
清酥苹果卷	226
煎香蕉软卷	226
煎银针腐卷	227

三鲜马铃薯卷	227
冬菜肉末酥卷	228
鲜奶油清酥卷	229
如意芝麻凉卷	229
上海功德林素三丝春卷	229

六、面 类

伊府面	231
担担面	232
臊子面	232
福山拉面	233
虾爆鳝面	234
山西刀削面	235
武汉热干面	235
宋嫂面	236
拨鱼面	236
锅盖面	237
冷荞面	238
罗汉窝面	239
朝鲜冷面	240
炸龙须面	241
清汤鱼面	241
沙茶猪肉面	241
枫镇大面	242
东台鱼汤面	243
漳州手抓面	244
冰城三丝面	244
刀鱼羹卤汁面	244
三鲜带馅抻面	245
马保子清汤牛肉面	246
台南度小月担仔面	247
贵州肠旺面	247
中面	248
烩面	248
糊面(笃烂面)	249
榛蘑面	249
炒素面	250
素炒面	250
拌汤面	250
温拌面	250
牌坊面	251

狮耳面	251
海螺面	251
甜水面	252
鲍鱼面	252
猪肝面	253
虾蓉面	253
硝肉面	253
回勺面	254
炒米面	254
炸酱面	254
吊卤面	255
青菠面	255
鸳鸯面	256
烧鱼面	256
脆炒面	257
鳝鱼面	257
虾籽面	258
蒸卤面	258
酥鸭面	258
蝴蝶面	259
三虾面	259
阳春面	260
浆水面	260
素熬面	260
五色面	261
烂锅面	261
回手面	261
合阳页面	262
牛肉毛面	262
片儿川面	263
羊肉杂面	263
腰花汤面	263
排骨汤面	264
新疆拉面	264
三菇窝面	265
什锦烩面	265
福寿锅面	265
大虾汤面	266
锅烧面条	266
日式炒面	267

开元寿面	267
焖伊府面	268
炒伊府面	268
何秃子面	268
香川汤面	269
羊肉烩面	269
豌豆扯面	270
春风扑面	270
金丝面	271
什锦炒面	271
蓬莱小面	271
鸿(宏)图窝面	272
扬州锅面	272
炒炮竹面	272
酥羊大面	273
龙须线面	273
重油炒面	274
韩城大刀面	274
汉中梆梆面	275
干煸臊子面	275
素三鲜炒面	275
新都银丝面	276
沙参炖鸡面	277
油豆腐汤面	277
成都枯炒面	278
什锦伊府面	278
虾仁伊府面	279
冬菇伊府面	279
鸡丝伊府面	279
三鲜伊府面	280
鲜片伊府面	280
观音伊府面	281
奶油八宝伊府面	281
火腿鸡丝伊府面	282
雄黄伊府面	282
干烧伊府面	283
成都酸辣面	283
成都素条面	284
脆肴鸡蛋面	284
张三口羊肉面	284

人参空心面	285
鸡丝干拌面	286
三鲜拼锅面	286
五丝炒线面	286
三原疙瘩面	287
大荔炉齿面	287
油泼箸头面	288
什锦火锅面	288
什锦凉粉凉面	289
三鲜伊府锅面	289
素食鸡丝炒面	290
鲍鱼鸡丝汤面	290
台湾风味凉面	291
泰山豆腐素面	291
八仙过海卤面	292
意式菠菜面条	292
陕西安康窝窝面	293
火腿韭芽螺丝面	293
火腿虾仁雪菜面	294
绿豆芽蒸拌冷面	294
肉丁鱼子干炸酱面	295
日本风味牛肉面条	295
西安猴头面及猴耳朵面	295
七、饼 类	297
光饼	297
闻喜饼	297
太师饼	298
吊炉饼	299
盘丝饼	299
通州饼	300
清糖饼	300
椿芽饼	300
杏仁饼	301
桃仁饼	301
人参饼	301
鲜花饼	302
乐亭烧饼	302
黄桥烧饼	303
白蛇烧饼	304
回族烧饼	304

朝牌烧饼	305
发面烧饼	305
发面糖烧饼	305
糖发面烧饼	306
炸江米烧饼	306
酥烧饼	306
油酥烧饼	307
螺旋酥烧饼	307
卷酥烧饼	308
糖酥烧饼	308
咸酥烧饼	309
麻酥烧饼	309
葱花油酥烧饼	309
缠丝油酥肉烧饼	310
周村酥烧饼	310
芝麻烧饼	311
麻酱烧饼	312
豆馅烧饼	312
义县伊斯兰烧饼	313
明顺斋什锦烧饼	314
芝麻空心烧饼	314
蛋黄莲茸月饼	314
奶香月饼	316
虾肉月饼	316
豆沙月饼	317
金华火腿月饼	317
五仁甜肉月饼	318
清水玫瑰月饼	318
净素松仁黑麻月饼	319
葛记坛子肉焖饼	319
狗肉酥饼	320
麻汁酥饼	321
橄榄酥饼	321
埋沙酥饼	322
菊花酥饼	322
双麻酥饼	323
淮凤酥饼	323
肉末烧饼	323
海城馅饼	324
蒙古馅饼	325

煎卧夫饼	325
武城煊饼	326
西樵大饼	326
徽州麻饼	327
德昌咸煎饼	327
鸭油荷叶饼	328
吴山酥油饼	328
富平太后饼	329
苏姍油煎饼	329
西安油酥饼	330
黄桂柿子饼	331
油煎南瓜饼	331
西安萝卜饼	332
鲛鱼萝卜饼	332
香麻豆沙饼	333
景芝三盖饼	333
香麻莲茸饼	333
果脯土豆饼	334
水晶桃花饼	334
火腿脂油饼	334
豆沙香酥饼	335
油炸红薯丁饼	335
八、饅（饅、果）类	336
扇饅	336
米烧饅	336
酿苹果	337
白草果	337
挂霜蜜饅	337
澄沙蛋饅	338
煎饼果子	338
发面套果	338
家常巧饅	339
糖油饅子	339
薄脆饅子	339
炉篦饅子	340
套环饅子	340
蒙古饅子	340
枣泥凉果	341
拔丝蜜饅	341
糖皮饅子	341

娥姐粉果	342
莲蓉海棠果	342
挂霜无花果	343
蜜饯海棠果	343
蜜饯红果	343
蜜饯杨梅果	344
冰雪麻仁饅	344
百花海棠果	344
岭南香荔果	345
福寿仙桃果	345
白糖玲珑巧果	345
像生雪梨果	346
乒乓饅	346
九、馒头（饅）类	348
烤馒头	348
兴隆馒头	348
肉丁馒头	349
麒麟馒头	349
八宝馒头	350
生煎馒头	350
刀切馒头	351
荷花馒头	351
酒酿馒头	352
大枣馒头	352
苹果馒头	352
喇嘛馒头	353
水晶开花馒头	353
奶香菠萝馒头	353
鸭肝螺丝馒头	353
无锡小笼馒头	354
南翔小笼馒头	354
牛羊肉泡饅	355
壮饅	356
剃饅	357
高桩饅	357
石子饅	357
干炉饅	358
阆中蒸饅	358
起酥肉馅萝卜饅	359
十、馄饨（抄手）类	360

龙抄手	360
煎馄饨	360
炸馄饨	361
豆腐馄饨	361
钟兴馄饨	362
翡翠馄饨	362
燕皮馄饨	362
鲜虾馄饨	363
过桥抄手	363
豆瓣抄手	364
锤鸡馄饨	364
鸡丝馄饨	364
荠菜肉馄饨	365
湖州大馄饨	365
虾肉蒸馄饨	366
鲜肉蒸馄饨	366
温江程抄手	367
三鲜汤馄饨	367
炸鸭肉馄饨	368
鱼肉皮子馄饨	368
虾肉绉纱馄饨	369
参茸鸡丝馄饨	369
绵阳原汁抄手	370
无锡王兴记馄饨	370
砂仁鲜肉蒸馄饨	371
鲜肉五彩汤馄饨	371
十一、麻花类	372
脆麻花	372
蜜麻花	372
酥麻花	373
结麻花	374
撒子麻花	374
矾泡麻花	375
签子麻花	375
蛋酥麻花	376
干糖麻花	376
芝麻麻花	376
芙蓉麻花	377
夹馅麻花	377
圈子麻花	378

重酥麻花	378
发面麻花	379
凤尾麻花	379
筒子麻花	380
菊花麻花	380
燕子麻花	380
蝙蝠麻花	381
五香麻花	381
蜜汁麻花	381
元宝麻花	382
梅花麻花	382
松塔麻花	383
蝴蝶麻花	383
绣球麻花	383
套环麻花	384
十二、烧麦(卖、梅)类	385
珍珠烧卖	385
菜肉烧梅	385
重油烧梅	386
黄州烧梅	386
蛋黄烧麦	387
临清烧麦	387
太原稍梅	388
凤尾烧麦	388
玻璃烧麦	388
翡翠烧卖	389
蟹黄养汤烧麦	390
火腿梅花烧麦	390
舌战群儒烧麦	391
十三、粽类	392
灰汁凉粽	392
裹蒸粽	392
咸肉粽	393
炉粽子	393
黄米粽	394
玫瑰粽	394
什锦粽子(甜)	394
斋食粽子	395
火腿粽子	395
泉州肉粽	395

福州肉粽	396
糯栗粽子	396
蛋黄粽子	397
小枣粽子	397
碱水豆沙粽	397
四川什锦粽	398
广东碱水粽	398
红豆江米粽子	399
湖州猪油豆沙粽子	399
嘉兴五芳斋鲜肉粽子	400

十四、饭 类 402

粢(读资)饭	402
荷包饭	402
八宝饭(斋食)	403
荷叶八宝饭	403
八宝饭(甘肃)	403
八宝饭(河北)	404
八宝饭(西式)	404
八宝饭(上海)	405
炒八宝饭	405
扬州炒饭	406
血糯甜饭	406
猪油八宝饭	406
蜜汁八宝饭	407
奶油八果饭	407
什锦果汁饭	408
八宝荷叶饭	408
生炒糯米饭	408
香竹糯米饭	409

十五、团(圆)类 410

青团	410
姊妹团子	410
擂沙圆	411
赖汤元	412
鸽蛋圆子	412
雪花团子	413
可可元宵	413
五仁西米团	414
夫子酒烩汤圆	414
西安挂粉汤圆	414

十六、点心类 415

硕果粉点	415
十字点心	415
奶油桃点心	415
樱叶点心	416
鸳鸯点心	416
鲜姜汁点心	417
炼乳方点心	417
精粉大点心	418
那不量点心	418
混酥干点心	418
杂瓣小点心	419
水果蛋黄点心	419
可可奶油点心	419
蛋白杏仁点心	420
巧克力奶油冻甜点心	420

十七、夹 类 421

松子书夹	421
枣泥擘酥夹	421
奶黄鸳鸯夹	421
五仁松酥夹	422
火腿肉酥夹	422
火腿虾茸夹	423
香蚝扣芋夹	423
豆沙香薯夹	423
岭南酥蛋夹	424
脆皮香芋夹	424
香草奶油夹	425
金银古花夹	425
莲茸土干夹	425
冬茸蛋泡夹	426
美丽奶油夹	426
奶油苹果夹	426
虾子菱笋夹	427

十八、排、挞、条类 428

糟排	428
闵士排	428
可斯得排	429
亚历山大排	429
三色花酥排	429

蛋挞	430
酥皮蛋挞	430
鸳鸯鸡蛋挞	431
岭南椰丝挞	431
杏仁鸡蛋挞	431
架樱鸡蛋挞	432
酥皮鲜奶挞	432
蛋糕条	432
烤饼条	433
翻劲油条	433
四批油条	433
炸山药条	434
椰丝甘露条	434
五仁松酥条	435
小焦杠油条	435
杏仁条	435
焗牛油薯条	436
香炸菠萝条	436
澄沙馅条子	437
核桃仁酥花条	437
十九、冰淇淋、盏类	438
冰淇淋	438
烤冰激凌	439
火烧冰激凌	440
香草冰激凌	440
咖啡冰激凌	440
可可冰激凌	441
三色冰淇淋	441
油炸冰激凌	441
草莓水冰激凌	442
西瓜水冰激凌	442
桔子水冰激凌	442
奶油菠萝冰激凌	442
爱尔兰咖啡冰激凌	443
火烧巧克力冰激凌	443
核桃盏	444
炖雪梨蛋盏	444
鲜奶马蹄盏	444
鲜菇百花盏	445
冰肉椰丝盏	445

五仁果子盏	446
樱桃松酥盏	446
五彩松花盏	446
水晶樱桃盏	447
菠萝水晶盏	447
二十、布丁、三明治类	448
圣诞布丁	448
鸡蛋布丁	448
银杏布丁	449
新侨布丁	449
七彩奶布丁	449
约克郡布丁	450
水果奶油冷布丁	450
干油酱卷筒布丁	451
捷克苹果面包布丁	451
鸡三明治	451
火腿三明治	452
猪肉三明治	452
牛肉三明治	452
鸡蛋三明治	452
杂拌三明治	452
计司三明治	453
红鱼子三明治	453
肠子三明治	453
鸡蛋火腿三明治	453
汉堡牛排三明治	454
二十一、堆、角、锅贴(烙)类	455
龙江煎堆	455
九江煎堆	455
苹果气鼓堆	456
炸豆沙银堆	456
海南椰子堆	456
果子化皮堆	457
椰子绿豆煎堆	457
咖喱酥角	458
蜂巢肉末角	458
瑞士鸡粒角	459
家乡咸水角	459
豆沙软皮角	460
鸡汁锅贴	460