

徽菜



安徽省饮食服务公司 编

徽菜

安徽省饮食服务公司 编

责任编辑：孙述庆

封面设计：马世云

徽 菜

安徽省饮食服务公司编

安徽科学技术出版社出版

(合肥市跃进路1号)

安徽省书店发行 安徽新华印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张：3.5 插页：4 字数：73,000

印数：1—13,500

1983年8月第1版 1983年8月第1次印刷

统一书号：15200·33 定价：0.50元

荷包海参



炸凤凰腿



如意笋

TV 22/6



莲蓬鱼



翡翠鸭



沙地鲫鱼

金
银
蹄
鸡

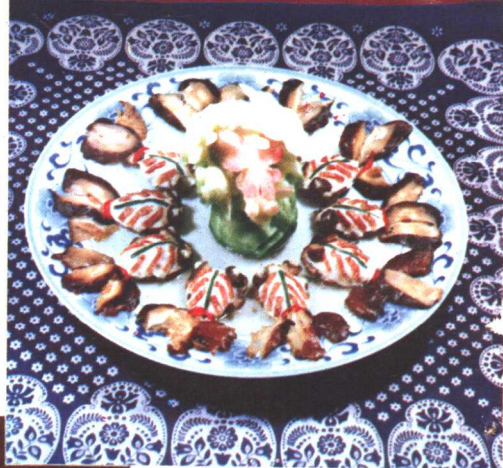


醉 蟹

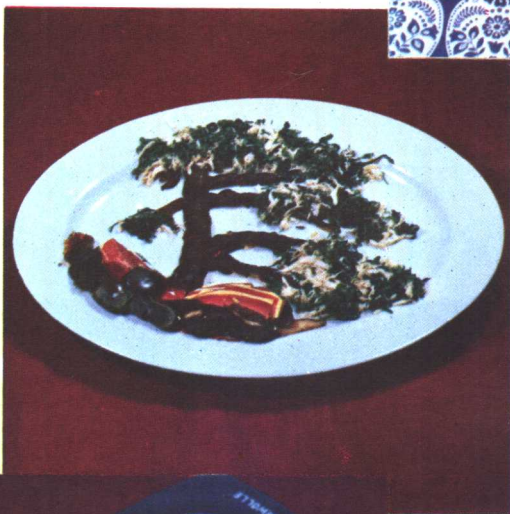
櫻 桃 肉



香菇金鱼



迎客松冷盘



四相菜



前 言

徽菜历史悠久，烹饪技艺精湛，是我国著名的八大菜系之一，它擅长于烹制山珍野味，讲究火功，菜品美雅鲜醇，具有浓厚的山区风味特色。

为发扬徽菜的烹饪技艺，以适应我国旅游事业发展和人民生活改善的需要，我们组织专人深入采访，对徽菜进行了挖掘整理。收入本书的108个菜品中，以传统风味菜为主，兼顾了部分创新菜。每个菜品的投料数量、制作方法和成品风味特点，文字记叙详细，可供餐厅酒馆、职工食堂的饮食服务人员和家庭主妇以及广大烹调爱好者学习参考。

本书由李家祥、倪茂福同志执笔，根据从事五、六十年徽菜烹调实践的老厨师程灶奎、程灶有兄弟及他们的徒弟汪志祥、陈观高口述整理。协助本书编写工作的，还有吴正荣、王振声等同志，并得到徽州地区和合肥、蚌埠、屯溪市和休宁县饮食服务公司及合肥黄山徽菜馆的支持，一并表示感谢。

由于水平所限，编写中存在的缺点和错误，请读者批评指正。

安徽省饮食服务公司

1983.1

概 述

徽菜，即皖南山区的徽州菜，它起源于国内外著名的旅游胜地——黄山麓下的歙县（原名徽州府），发展在新安江畔的古镇屯溪。

歙县历史悠久。秦时就设县，属新安郡，隋朝为歙州，宋朝徽宗时改徽州，历代均为州、府所在地，是皖南山区政治、经济和文化的中心。徽州人善经商，徽商即历史上所称的“新安大贾”，起于东晋，唐朝时的茶叶、文房四宝以及其它山货即已有名。唐宋时期，商业重心南移，由沿江深入山区腹地，因此徽州成为“富商巨贾多来往”的地区，当时徽州居然发行“令子”（即纸币），徽商在全国已颇享盛名。到了明、清两代更为活跃，资本十分雄厚，足迹遍天下。徽商除经营山区土特产品外，还开设商栈（住宿、吃饭和堆放货物）、邸舍（吃、住、贸易，后又发展成为“钱庄”）和当铺等行业。徽菜的发展与徽商有密切的关系，如宋朝著名理学家朱熹的外祖父祝确就是一个大富商，他经营的邸、肆（商业、饮食服务业）占了歙州城的一半。再如歙县古渡口——深渡镇，历史上一直是山区通往浙江的口岸，至今还保持着传统的小吃品种，如“深渡包袱”（类似馄饨）等。

徽商遍及全国，故有“无徽不成镇”之说，饮食商贩也随着徽商外出经营菜馆、面馆以及饮食挑、摊，尤以绩溪县

为最，绩溪境内：徽岭以南壤瘠而民贫，大多外出谋生，由于菜肴、点心制作精良，风味佳美，流传甚广，如徽州圆子等品种，全国闻名。南宋时，金兵两袭扬州，百业萧条，待扬州再兴时，菜肴等方面吸取了徽菜中不少的经验以及大刀切面等，扬州饮食业目前制作供应的徽州饼，仍保持它一百多年前传入时的声望。全国凡有徽州会馆的地方，即有徽商和徽菜餐馆，尤以东南几省较多。历史上，仅上海、南京、苏州、扬州、武汉、芜湖等城市，就有徽菜餐馆二百余家。

鸦片战争后，山区土特产品集散于屯溪，由新安江南下，经浙江而至上海出口，因此，徽菜在屯溪得到了进一步的发展，先后闻名的餐馆有紫云楼(开设于1840年前后)，万利馆、富春园等。紫云楼的“屯溪醉蟹”(小坛装)曾远销南方诸省。

徽菜素以烹制山珍野味而著称。徽州山区盛产果子狸、鹿、山鸡、斑鸠、甲鱼、鹰龟、石鸡、香菇和竹笋等。据《徽州府志》记载：“宋高宗问歙味于学士汪藻，藻以梅圣俞诗答之：……，沙地马蹄鳖，雪天牛尾狸(即果子狸又名白额)。”可见山区特产早已成为歙味之代表。《安徽通志》载：“笋出徽州六邑，以问政山者味尤佳，箨红肉白，堕地能碎”。徽菜多利用此类山区特产珍品作为主料或配料，所以成为我国驰名的地方风味之一。抗日战争期间，沪、苏、浙等地的富商一时云集屯溪，其它风味特色的餐馆，在屯溪相继开业，为适应外地人口味，徽菜又有改进和发展。

徽菜烹调特点有“三重”，即“重油、重色(酱油色)、重火功”。利用木炭小炉，单炖单烤，小火煨炖，火功到家，保持菜肴原汁原味，故流传有“吃徽菜要能等”(即要有耐性

等候)之说,如“金银蹄鸡”,因小火久炖,汤浓似奶,其火腿红如胭脂,蹄膀玉白、鸡色奶黄,味鲜醇芳香。又如“淡菜炖酥腰”,猪腰不去腰臊与海味品淡菜隔水同炖,汤清味厚,既香且鲜,别具风味。徽式烧鱼方法也很独特,如红烧青鱼、红烧划水等,鲜活之鱼,不用油煎,仅以油滑锅,加调味品,旺火急烧,5~6分钟即成,由于水分损失甚少,鱼肉味鲜质嫩,早为脍炙人口的佳肴。炒菜芡稍大、油重,并以冰糖提鲜,但不觉有甜味,唯徽式卤味却带甜味,风味别具一格。火腿与竹笋常年使用,作为主料或配料,取其特殊鲜香。

徽菜在我国早已发展成为八大菜系之一,历史源远流长,为了继承和发扬祖国文化遗产,再次挖掘整理徽州地区传统风味之菜肴,使徽菜更好地为人民生活服务。

目 录

概 述

肉 菜 类	1
1. 腐乳爆肉	1
2. 香菇肉片	2
3. 蛭干烧肉	2
4. 红烧二腕	3
5. 桃脂烧肉	4
6. 蟹烧蹄筋	5
7. 红烧鹅颈	5
8. 炸凤凰腿	6
9. 干炸网子肉	8
10. 椒盐蹄膀	9
11. 麻油肠卷	9
12. 鸡腿排骨	10
13. 杨梅圆子	11
14. 珍珠圆子	12
15. 八宝肉圆	13
16. 枇杷肝	14
17. 五香菊花肉	15
18. 徽式卤味	16

禽 蛋 菜 类

19. 石耳炖鸡	18
20. 徽州蒸鸡	19
21. 荷叶包鸡	20
22. 青螺炖鸭	20
23. 翡翠鸭	21
24. 葱油蒸鸭	22
25. 腐乳鸡	23
26. 蛋包虾仁	24
27. 虾仁芙蓉蛋	25
28. 锅贴肫肝	26
29. 芙蓉鸡腰	27
30. 炸熘仔鸡	28
31. 纸包鸡	29
32. 炸鸡丝卷	30
33. 炸饼鸭卷	31
34. 鸭双味	32
35. 酒卤鸭	33
36. 馄饨鸭子	34

水产菜类35

37.清炒鳝糊35

38.烹松丝36

39.银耳鱼片37

40.“臭”桂鱼38

41.桃花桂39

42.马鞍鳝40

43.红烧划水41

44.砂锅花鲢头42

45.清炖鱼翅43

46.火腿炖甲鱼43

47.花蕊海参44

48.香菇金鱼46

49.蟹肉荷叶蛋47

50.白汁虾卷48

51.鲨皮二腕49

52.荷包海参50

53.水中相烩51

54.清蒸鹰龟52

55.清蒸石鸡52

56.莲蓬鱼53

57.沙地鲫鱼54

58.炸龙尾55

59.炸桂花鳝56

60.炸蟹卷57

61.熘生蟹58

62.火烤桂鱼59

63.屯溪醉蟹59

64.干贝糊60

野味菜类62

65.炒斑鸠片62

66.豆苗山鸡片63

67.冬笋鹿丝64

68.红烧果子狸65

69.果子狸卷65

70.炸熘斑鸠66

71.黄山炖鸽67

72.卤鹿68

蔬菜、甜菜类69

73.清拌豆芽69

74.香菇面筋69

75.问政山笋70

76.火烧冬笋71

77.黄焖笋71

78.虾米茭白72

79.三鲜瓢豆腐73

80.捂豆腐74

81.烩双冬75

82.三丝菜心76

83.清蒸花菇76

84.金雀舌77

85.虎皮毛豆腐78

86. 徽州圓子	79	98. 香菇盒	90
87. 炸麻酥	80	99. 淡菜炖酥腰	91
88. 徽州栗球	81	100. 凤炖牡丹	92
89. 地栗花	81	101. 中爪腐衣	92
90. 豆沙藕球	82	102. 炸冬菇	93
91. 水晶肉圓	83	103. 菊花冬笋	94
其 它 菜 类	85	104. 玉板蟹	95
92. 四相菜	85	105. 如意笋	96
93. 八宝面筋	85	106. 干贝萝卜	97
94. 菊花鱼茸蛋	86	107. 菊花锅	99
95. 金银蹄鸡	87	108. 迎客松	100
96. 火腿炖鞭笋	88	附 注	102
97. 皱沙南瓜苞	89		

肉 菜 类

1. 腐 乳 爆 肉

原料：

猪瘦肉·····	四两	白糖·····	一钱
净笋·····	二两	湿淀粉·····	二钱
红腐乳·····	五钱	肉汤·····	三两
鸡蛋清·····	一个	熟猪油·····	一斤
绍酒·····	三钱		(约耗一两五钱)

制法：

1. 选用猪里脊肉，切成薄片放碗内，加入鸡蛋清浆拌均匀。笋切成片。将腐乳塌成泥状放碗里，加入腐乳原汁、绍酒、白糖、肉汤和湿淀粉各少许，调匀成卤汁。

2. 炒锅放在旺火上，放入熟猪油，烧至六成熟时，下肉片过油，见肉片变色，即倒入漏勺沥油。

3. 原锅留余油少许，放在旺火上烧热，下笋片煸炒至熟，加入肉片合炒后，将调好的卤汁倒入，迅速翻炒几下，颠锅翻身，淋入熟猪油二钱，起锅装盘即成。

特点：

此菜色红，肉嫩，有腐乳香鲜，笋清脆，味微甜。

2. 香菇肉片

原料:

猪瘦肉·····	四两	水发香菇·····	一两
鸡蛋清·····	一个	精盐·····	七分
鸡汤·····	二两	湿淀粉·····	四钱
甜面酱·····	五钱	熟猪油·····	五两(约耗一两)

制法:

1. 将猪肉切成六分宽、一寸左右长的薄片，放碗内，加入鸡蛋清和湿淀粉二钱，浆拌均匀。香菇除蒂洗净。

2. 炒锅放旺火上，放入熟猪油，烧至五成热时，下肉片、香菇过油，见肉片变色，倒入漏勺中沥油。

3. 原锅放旺火上，放入甜面酱烧开，随即加入肉片、香菇、精盐和鸡汤，略炒几下，用湿淀粉二钱调稀勾芡，淋入熟猪油二钱，起锅装盘即成。

特点:

此菜系旺火快炒，菇香肉嫩，味鲜微甜。

3. 蛭干烧肉

原料:

猪五花肉·····	七两	蛭干·····	三两
熟笋片·····	一两	熟火腿片·····	三钱
小葱末·····	二钱	姜末·····	二钱
酱油·····	一两	精盐·····	四分

白糖·····五分	绍酒·····三钱
湿淀粉·····二钱	熟猪油·····三钱

制法：

1. 将蛭干洗净，放在碗内，加入清水(以淹没为好)，上笼煮熟取出，把蛭干捞起放在清水中，用筷子搅动，淘净泥沙和粪杂。蒸蛭干的原汁，过滤后待用。

2. 选用带皮的猪五花肉，切成三分厚的长方片，放在炒锅中，加入水与肉平，用旺火烧开，撇去浮沫，改用小火烧至五成烂时，加入姜末、白糖、绍酒、酱油、精盐、笋片、火腿片、蛭干和原汁，继续烧至九成烂时，用湿淀粉调稀勾芡，淋上熟猪油起锅装盘，撒上葱末即成。

特点：

此菜色泽银红，肉酥烂，鲜香味美。

4. 红烧二腕

原料：

猪二腕①·····一斤五两	青菜心·····五两
净笋·····五钱	小葱·····二钱
姜·····二钱	酱油·····二两
精盐·····一钱	冰糖·····一钱
绍酒·····三钱	湿淀粉·····三钱
熟猪油·····一斤(约耗六钱)	

制法：

1. 将猪二腕从中砍断，洗净，下开水锅中，烧至水再开时，捞出，转放炒锅中，加入酱油、冰糖、绍酒、精盐、葱