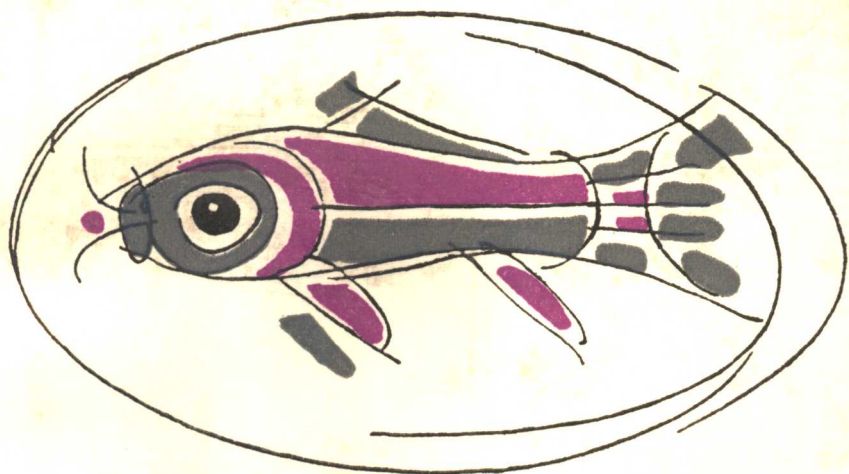


# 安徽美食譜



**ANHUI  
MEISHIPU**

吳文沐·劉家田 編著

THE CHINA PROSPECT PUBLISHING HOUSE

15972.1 301

ANHUI  
MEISHIPU



吴文沐 刘家田 著

安徽美食谱安徽美食谱

封面设计 韩美林  
责任编辑 雨 佳

**安徽美食谱**

吴文沐 刘家田著

中国轻工业出版社 出版

(北京西城区太平桥大街4号)

南京第四彩色印刷厂印刷

北京新华书店发行

---

开本850×1168毫米1/32 印张14 $\frac{8}{3}$  插页4

310千字 1988年1月 北京第1版

第1次印刷

1—4000册

---

ISBN7—5050—0051—9/Z·2

---

统一书号: 17271·045 定价: 4 30元

## 出版说明

徽菜在我国帮系林立的食苑中独树一帜，列为著名的八大菜系之一。

徽菜是安徽菜的简称，它是由皖南、沿江和沿淮三种地方风味构成的，以皖南徽菜为主要代表。

安徽地处华东腹地，东接沿海，西承中原，襟江带淮，食品资源极为丰富，既有宜膳宜补的山鸡、石耳、香菇山珍野味，又有鲜美可口的鲥鱼、银鱼、鳊鱼、虾、蟹、甲鱼水产佳品，还有驰名中外的大别山木耳、涸阳苔干、竹笋等蔬菜资源，为发展徽菜奠定了物质基础。

徽菜起源于黄山麓下的歙县。歙县，古为徽州府，人们“只种高山不种田”，贸易业十分发达。贸易的发展促进了饮食业的繁荣，烹饪技术精益求精，形成独具特色的菜系。

徽菜向以烹制山珍野味而著称，选料讲究，擅长烧、炖，讲究火工，善于保持原汁原味，具有浓厚的乡土风味。

本书由安徽省烹饪研究会常务理事、稻香楼宾馆厨师长吴文沐口述，安徽省烹饪研究会理事、行管局干部刘家田执笔编著。特一级厨师吴文沐，自十二岁起在皖南一家徽菜馆学厨，迄今从事烹饪工作已有四十七年的历史，在徽菜的烹调技艺上积累了比较丰富的实践经验，誉满徽帮。他多次到各地与同行进行烹饪技术交流，博采众长，纳川归流，逐步形成了自己的特色。他以积极慎重的态度，对传统的徽菜进行

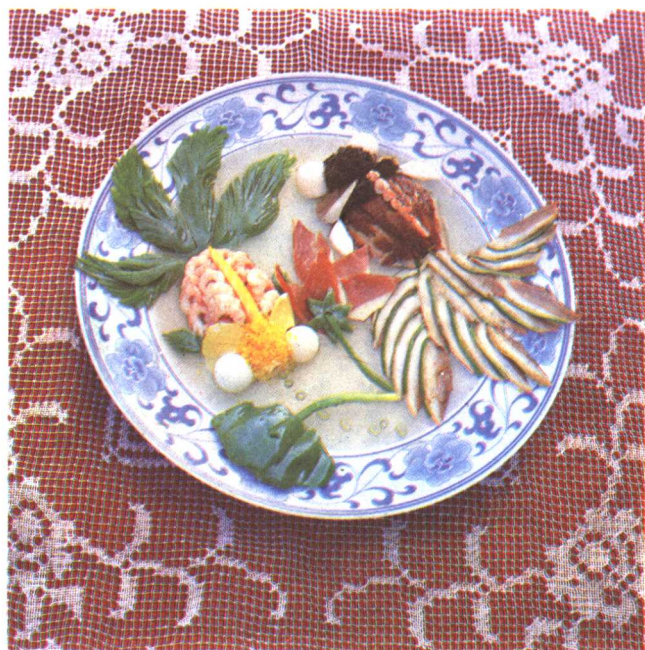
因地制宜地创新和改造，使古老的徽菜适应广大中外宾客的口味，取得了可喜的成果。读者不难发现本书介绍的菜肴并不是传统菜肴的照抄，在选材、配料、加工、烹制、调味等方面，既有继承，又有创新。

本书以菜谱为主，对于著名的传统菜点，大都收集了，创新菜占了相当比例。菜谱中的主料、调料、配料大都是以十人一桌的筵席计算的，不是用于筵席的菜肴，烹制时酌情减量。本书以宾馆、饭店厨师为主要读者对象，兼顾厂矿机关食堂厨师，为了满足千家万户的需要，家庭菜谱也占了一定比例，有相当的菜肴，宴会、家宴皆宜。

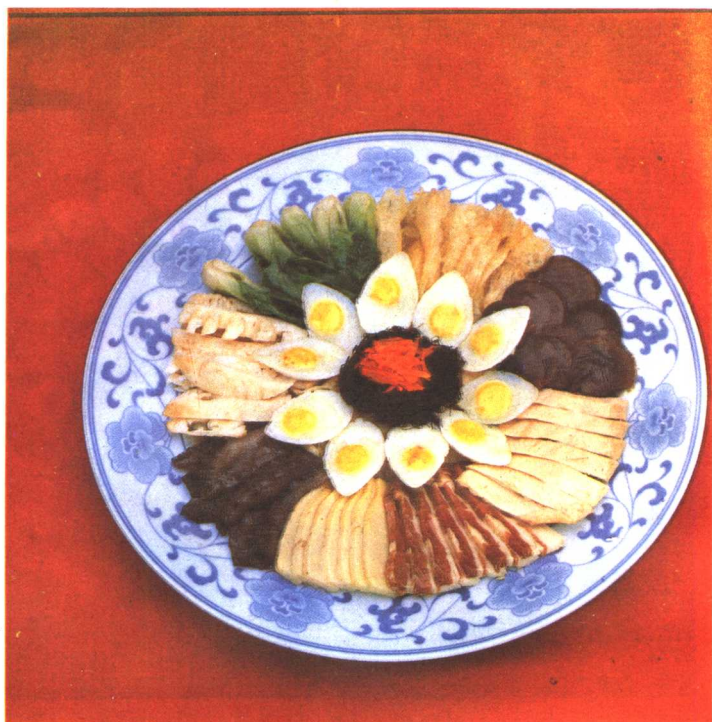


▲ 孔雀牡丹

▲ 金鱼戏荷



全家福



▼ 左：荷花青椒  
右：百花鱼肚





▲  
左：海棠鲜菇  
右：凤尾虾串



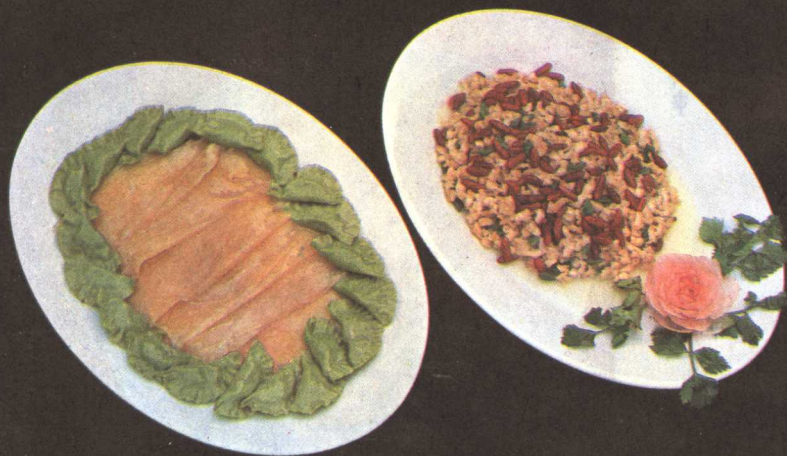
干炸银鱼 ►

TAL 21/01

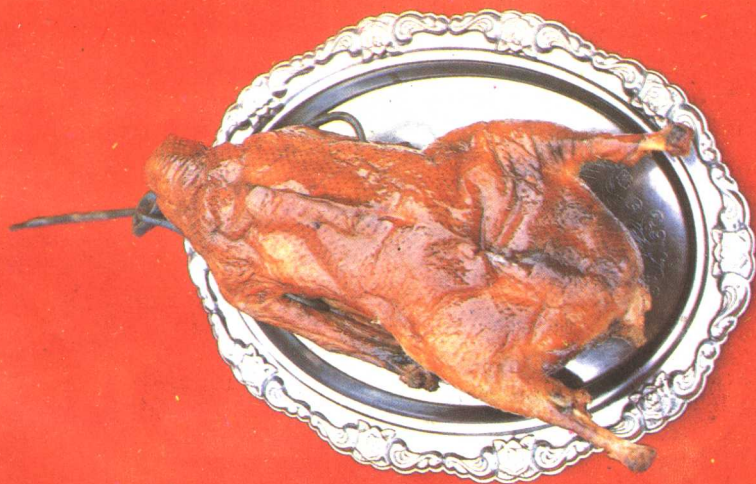
右：竹节鳝鱼  
左：柴把鳝鱼



右：枸杞鸡米  
左：翡翠鱿鱼



芙蓉石耳



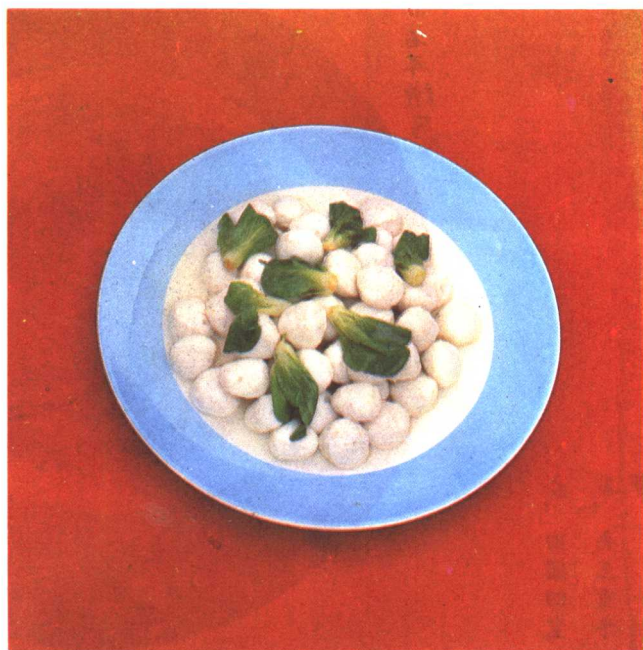
挂炉紫鹅

叉烤腰子

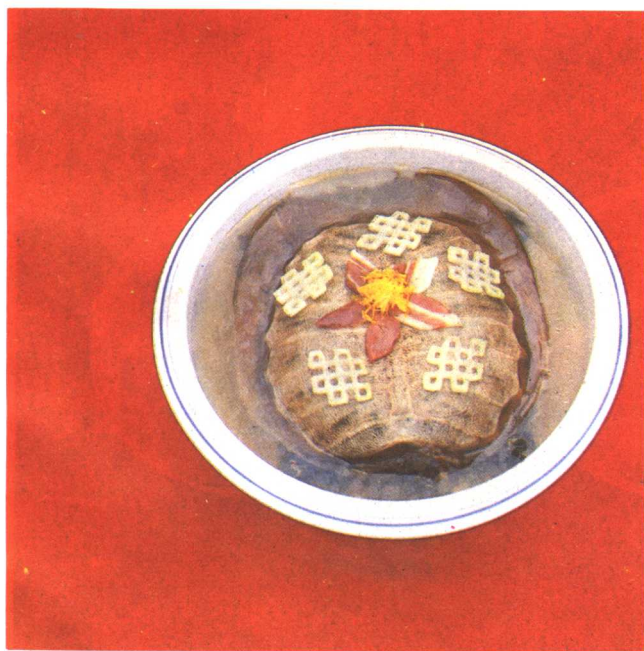


烤乳猪

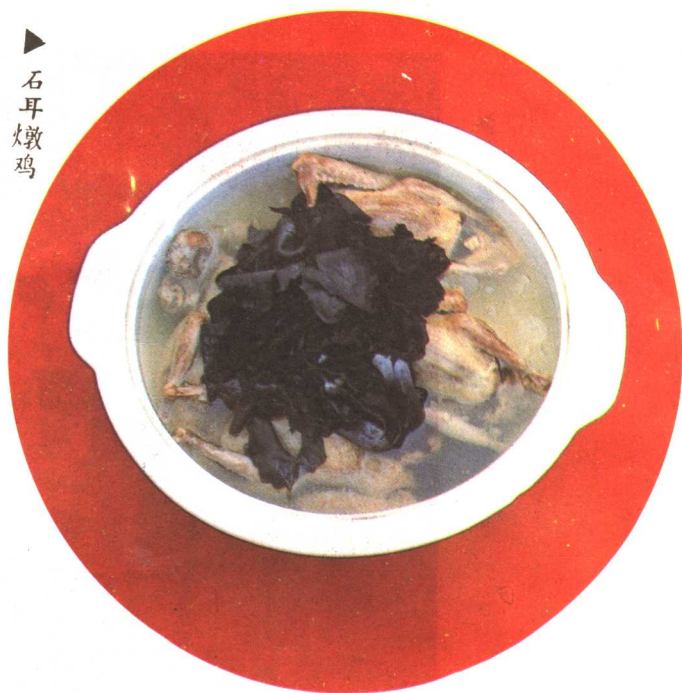
▶ 烩鱼圆



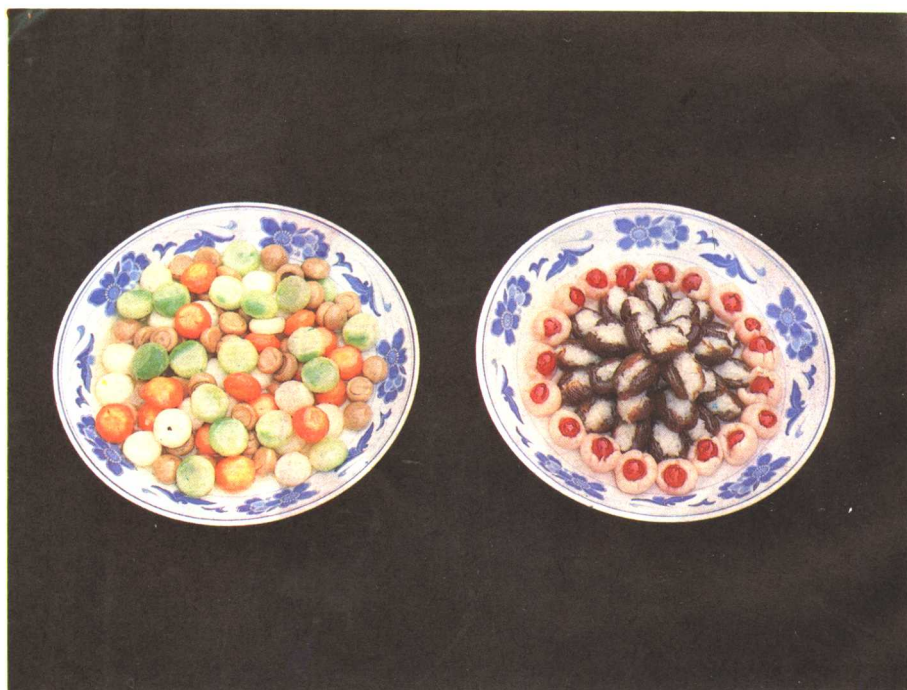
◀ 八宝甲鱼



石耳  
燉雞



左：田園四寶  
右：夾玉貢棗



# 目 录

## 冷 菜 类

|           |        |
|-----------|--------|
| 古井醉鸡..... | ( 1 )  |
| 苔干鸡丝..... | ( 2 )  |
| 芥末鸡丝..... | ( 2 )  |
| 五香鸡爪..... | ( 3 )  |
| 红油鸡.....  | ( 4 )  |
| 凤穿鸡翅..... | ( 4 )  |
| 葱椒鸡丝..... | ( 5 )  |
| 五味鸡爪..... | ( 5 )  |
| 陈皮鸡.....  | ( 6 )  |
| 多味鸡丝..... | ( 7 )  |
| 水晶冻鸡..... | ( 7 )  |
| 白油鸡.....  | ( 8 )  |
| 卷筒鸭子..... | ( 9 )  |
| 烟熏鸭子..... | ( 9 )  |
| 蒜泥鸭片..... | ( 10 ) |
| 水晶鸭舌..... | ( 11 ) |
| 盐水脆球..... | ( 11 ) |
| 五香卤鸭..... | ( 2 )  |

|            |        |
|------------|--------|
| 芥末鸭掌.....  | ( 13 ) |
| 腊味鸭饼.....  | ( 14 ) |
| 酒醉白肉.....  | ( 14 ) |
| 蒜泥白肉.....  | ( 15 ) |
| 五味白肉.....  | ( 15 ) |
| 酱 肉.....   | ( 16 ) |
| 腊 肉.....   | ( 16 ) |
| 糖醋排骨.....  | ( 17 ) |
| 挂霜排骨.....  | ( 18 ) |
| 捆 蹄.....   | ( 19 ) |
| 玫瑰猪肚.....  | ( 19 ) |
| 桂花肚.....   | ( 20 ) |
| 咖喱肚丝.....  | ( 21 ) |
| 烤 肠.....   | ( 22 ) |
| 叉烧肉.....   | ( 22 ) |
| 烤里脊肉.....  | ( 23 ) |
| 猪耳丝.....   | ( 24 ) |
| 炆腰花.....   | ( 24 ) |
| 熏烧肉.....   | ( 25 ) |
| 金钱肝.....   | ( 25 ) |
| 腊味金钱肝..... | ( 26 ) |

|                  |                  |
|------------------|------------------|
| 水晶肴肉..... (27)   | 肉    松..... (43) |
| 姜丝拌百页..... (28)  | 腐皮松..... (43)    |
| 卤牛舌..... (28)    | 青菜松..... (44)    |
| 烤羊腿..... (29)    | 雪菜松..... (44)    |
| 羊    糕..... (30) | 烤兔肉..... (45)    |
| 烟熏鸡蛋..... (30)   | 陈皮兔肉..... (45)   |
| 三色蛋糕..... (31)   | 素火腿..... (46)    |
| 如意虾卷..... (32)   | 素熏鱼..... (47)    |
| 盐水虾..... (33)    | 素油鸡..... (48)    |
| 油爆大虾..... (33)   | 糖核桃..... (48)    |
| 瓜姜鱼丝..... (34)   | 玫瑰花生仁..... (49)  |
| 糖醋鱼条..... (34)   | 糖醋菜花..... (49)   |
| 熏    鱼..... (35) | 糖醋辣白菜..... (50)  |
| 蒜泥鳊背..... (36)   | 糖醋包心菜..... (51)  |
| 盐水鱼片..... (36)   | 糖醋莴苣..... (52)   |
| 红油鱼丝..... (37)   | 糖醋萝卜..... (53)   |
| 三色鱼卷..... (37)   | 糖醋胡萝卜..... (53)  |
| 佛手海蜇皮..... (38)  | 玻璃莴苣..... (54)   |
| 糖醋海蜇头..... (38)  | 瓢青椒..... (54)    |
| 麻酱海参..... (39)   | 瓢鲜菇..... (55)    |
| 麻辣鲍鱼..... (39)   | 油焖香菇..... (56)   |
| 龙须牛肉..... (40)   | 干编冬笋..... (56)   |
| 鲰鱼松..... (41)    | 虾籽冬笋..... (57)   |
| 干贝松..... (41)    | 油焖冬笋..... (57)   |
| 鸡蛋松..... (42)    | 糖醋嫩藕..... (58)   |
| 鸡肉松..... (42)    | 开洋茭瓜..... (58)   |

|       |      |
|-------|------|
| 姜汁四季豆 | (59) |
| 姜汁黄瓜  | (60) |
| 红油茄子  | (60) |
| 凉拌豆角  | (61) |
| 锦绣银针  | (61) |
| 金鱼荷花  | (62) |
| 荷花拼盘  | (64) |
| 君子兰拼盘 | (65) |
| 蝴蝶拼盘  | (66) |
| 孔雀牡丹  | (68) |

### 猪 肉 类

|       |      |
|-------|------|
| 泥巴扣肉  | (70) |
| 蕨菜里脊丝 | (71) |
| 姜汁酥肉  | (72) |
| 荷叶粉蒸肉 | (72) |
| 马铃薯髀  | (73) |
| 鸡肝猪排  | (74) |
| 麻花肉   | (75) |
| 网油肉卷  | (76) |
| 干炸元子  | (77) |
| 珍珠元子  | (77) |
| 腐乳扣肉  | (78) |
| 腐皮鹅颈  | (79) |
| 核桃肉丁  | (80) |

|       |       |
|-------|-------|
| 香干肉丝  | (80)  |
| 麻茸里脊球 | (81)  |
| 酱爆肉片  | (82)  |
| 裹烧肉   | (83)  |
| 生煎里脊  | (83)  |
| 腐乳里脊片 | (84)  |
| 凤尾里脊  | (85)  |
| 红烩猪排  | (86)  |
| 象牙排骨  | (87)  |
| 酥炸肥肠  | (87)  |
| 熘肝尖   | (88)  |
| 生爆肚尖  | (89)  |
| 瓜姜肉丝  | (90)  |
| 冰糖蹄花  | (90)  |
| 银杏腰花  | (91)  |
| 焦切腰片  | (92)  |
| 锅贴腰子  | (93)  |
| 叉烤腰子  | (94)  |
| 串烤三奇肉 | (95)  |
| 叉烤乳猪  | (95)  |
| 什锦皮丝  | (97)  |
| 虾籽蹄筋  | (98)  |
| 瓢蹄筋   | (99)  |
| 水晶蹄筋  | (100) |

## 牛 羊 类

|       |       |
|-------|-------|
| 香酥牛肉  | (102) |
| 金钱牛眉  | (103) |
| 炒牛肉片  | (103) |
| 红烩牛肉  | (104) |
| 红烧牛尾  | (105) |
| 红烧牛筋  | (106) |
| 开洋牛筋  | (107) |
| 红焖牛掌  | (107) |
| 炒牛百页  | (108) |
| 子姜牛肉  | (109) |
| 陈皮牛肉  | (110) |
| 苔干牛肉丝 | (110) |
| 黄焖牛鞭  | (111) |
| 山药炖牛肉 | (112) |
| 生煎羊柳  | (113) |
| 苔干羊肉丝 | (113) |
| 丁香烤羊腿 | (114) |
| 串烤羊肉  | (115) |

## 家 禽 类

|      |       |
|------|-------|
| 绿雪鸡丝 | (116) |
| 迎春双柳 | (117) |

|       |       |
|-------|-------|
| 凤巢鸡片  | (118) |
| 五味鸡球  | (119) |
| 芙蓉鸡片  | (119) |
| 菊花鸡丝  | (120) |
| 炒菊红   | (121) |
| 银芽鸡丝  | (122) |
| 菠萝鸡片  | (122) |
| 烤苹果鸡  | (123) |
| 毛峰熏鸡  | (124) |
| 铁扒童鸡  | (124) |
| 芝麻香酥鸡 | (125) |
| 金钱锅贴鸡 | (126) |
| 花椒凤腿  | (127) |
| 脆皮鸡   | (128) |
| 软炸子鸡  | (128) |
| 椒盐脆球  | (129) |
| 核桃鸡卷  | (129) |
| 网油鸡塌  | (130) |
| 芝麻鸡条  | (131) |
| 红酥童鸡  | (132) |
| 淡菜酥鸡  | (133) |
| 珊瑚鸡   | (133) |
| 花菇蒸鸡  | (134) |
| 葱焗童鸡  | (135) |
| 津葱鸡翅  | (135) |
| 红烩鸡块  | (136) |