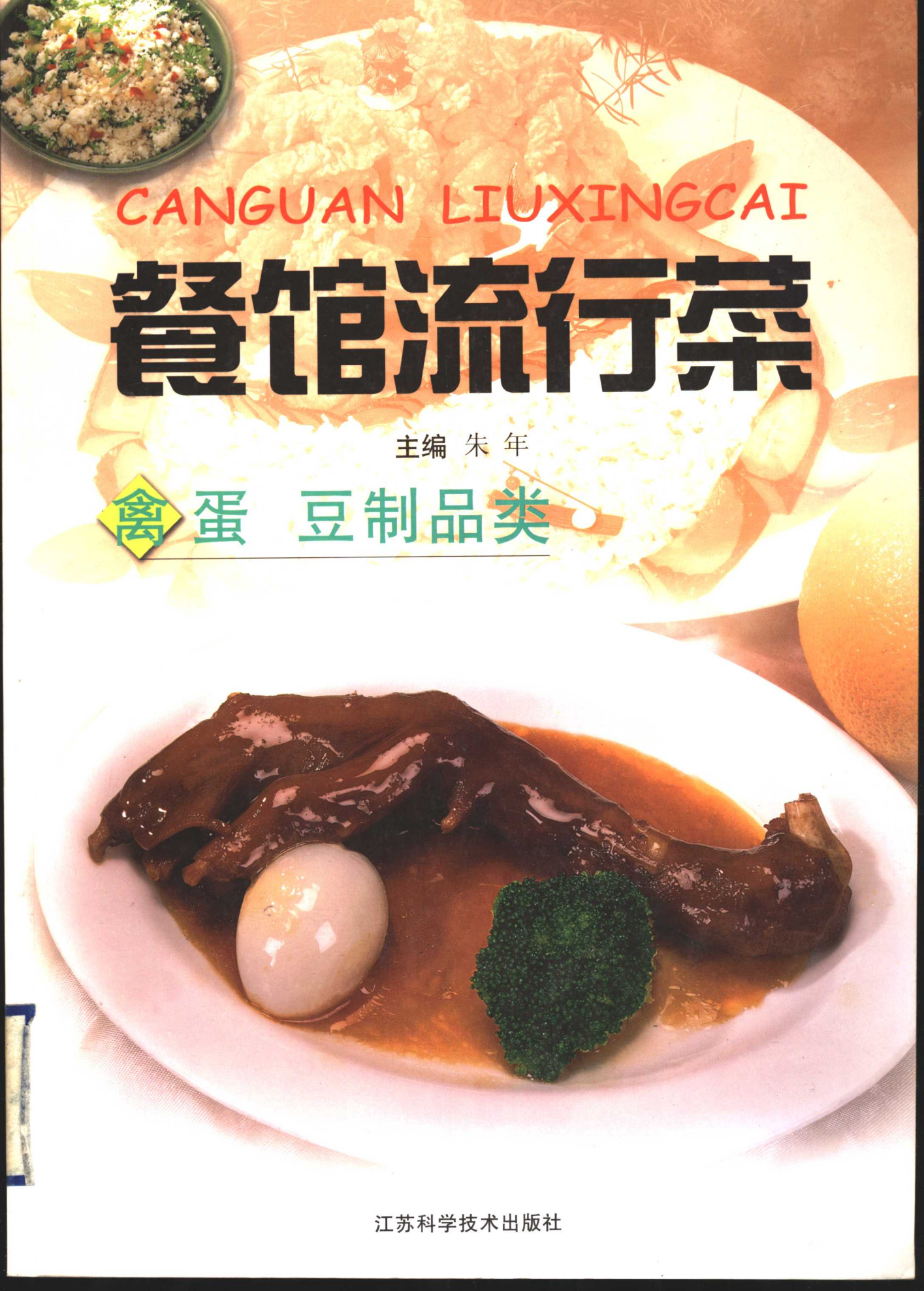


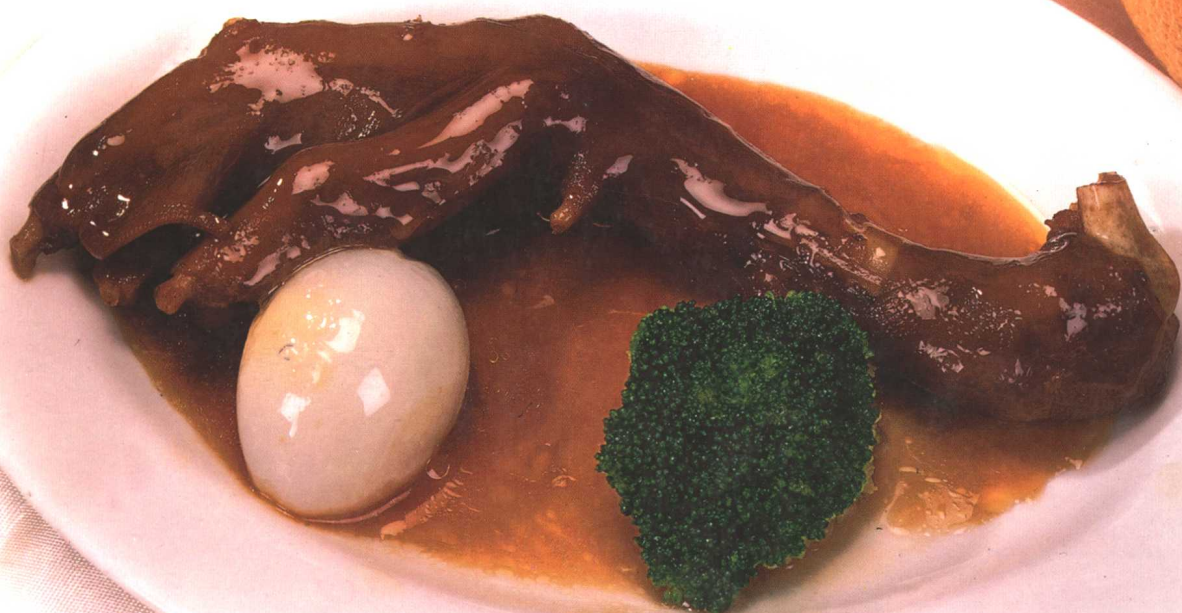


CANGUAN LIUXINGCAI

餐馆流行菜

主编 朱 年

禽蛋 豆制品类



江苏科学技术出版社

禽蛋 豆制品类

餐馆流行菜

主 编 朱 年
副主编 胡 明



江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

餐馆流行菜(禽蛋、豆制品类)/朱年主编. — 南京:
江苏科学技术出版社,2003.1

(流行菜丛书)

ISBN 7-5345-3762-2

I. 餐... II. 朱... III. ① 禽蛋-菜谱 ② 豆制品-菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 105512 号

餐馆流行菜 · 禽蛋 豆制品类

主 编	朱 年
文字责任编辑	钱 亮
美术责任编辑	龚 彬
封 面 设 计	龚 彬
出 版 发 行	江苏科学技术出版社 (南京市湖南路 47 号,邮编:210009)
经 销	江苏省新华书店
照 排	南京印刷制版厂
印 刷	常熟华通印刷有限公司
开 本	787 mm × 1092 mm 1/16
印 张	4.75
版 次	2003 年 1 月第 1 版
印 次	2003 年 1 月第 1 次印刷
印 数	1—5 000 册
标 准 书 号	ISBN 7-5345-3762-2/Z·571
定 价	26.00 元

图书如有印装质量问题,可随时向我社出版科调换。

《餐馆流行菜》编写委员会

主 任 高洪树

副 主 任 袁建中 嵇步春(常务)

文字总纂 王 镇 嵇步春

编 委 (排名按拍摄菜肴先后为序)

嵇步春 朱 年 聂 阳 吴 华 肖德军

胡 明 王 磊 杨福华 李东文 鞠建炬

裴永桢 嵇步峰 郭 靖 羊 翔 陈 振

马岳平 符学平 嵇步渠 傅 明 姚晓琴

陈 怡 赵宝琪 张少华 王新华 陈履锡

翟秀荣 孙文飞 陈兆琴 杨建荣 李 娟

林宏生 冯钰煌 于为民 刘 军 刘松坤

王友吾 楼光明 万卫平

技术指导 嵇步春 朱 年 裴永桢 聂 阳 嵇步峰

吴 华 肖德军 杨福华

菜肴摄影 谈 松 谈学和

前言

改革开放给中国餐饮业的发展带来无限生机,尤其是经济发达地区,餐饮业形势蒸蒸日上,万紫千红,各种烹饪赛事连绵不断,烹饪原料日益丰富,制作工艺水平不断提高,菜品花式日新月异,人们讲究营养膳食意识迫切,餐饮业竞争激烈,给厨师带来巨大的压力。在此形势下,扬州煤炭烹饪技工学校于今年初应江苏科学技术出版社之邀,组织了专业教师和一批在市场竞争中脱颖而出、在中国烹坛崭露头角、擅做餐馆流行菜的青年厨师,编写了这套《餐馆流行菜》丛书。

为此,我们奔走于长江中下游经济发达地区,辗转几十个城市,用8个多月时间拍摄了近800道菜,从中精选出580道菜,按烹饪原料学分类法,将丛书共分五册,即《餐馆流行菜·淡水产品类》《餐馆流行菜·海味 两栖爬行类》《餐馆流行菜·禽蛋豆制品类》《餐馆流行菜·畜奶 粮食类》《餐馆流行菜·果蔬类》。丛书收录菜肴的原则是:能代表一个城市餐饮业水准的旺店的掌勺厨师,其菜品风格能代表大众餐馆的流行风味,营销状况比较贴近老百姓。菜品的制作相对比较简捷、明快,大都为该酒店、餐馆的招牌菜。

继承、发展、开拓、创新,这是任何一种地方风味在其发展的历程中所应遵循的规律,也是任何一种地方风味的生命力所在。广阔的市场既给餐饮业以无限发展的空间,也向厨师水准的不断提高提出挑战。毫无疑问,只有在继承优秀传统特色的基础上不断开拓、创新,才能在激烈的市场竞争中站稳脚跟。我们相信,中华美食的明天会更美好,她的未来会更辉煌。

该书在拍摄过程中,得到了许多同仁以及众多酒店、宾馆、餐馆的支持与配合,在此一并表示衷心的感谢。

编者

2002年11月



目 录

杨梅太湖鸭	1	兰花冻鸭	18
双色日本豆腐	1	乐芙球	19
金龙色拉	2	山水蝴蝶鸭	19
咸黄腐衣卷	2	山水进补野鸡煲	20
白切鸡	3	扬州老鹅	20
云林鹅	4	山水飘香鸡	21
瓦钵鹅	4	耙灰头	21
渔家蒸童鸡	5	石烹大王鸽	22
脆皮豆腐	5	香酥黄金卷	23
飘香鸭下巴	6	茶香乌骨鸡	23
兰花扣鹅掌	6	寿比南山鸡	24
玫瑰露豉油鸡	7	象眼豆腐	24
荷香排骨鸡	8	南瓜风鹅	25
菜胆掌中宝	8	锦绣酥盒	25
花园胭脂鸽	9	麻鸭小刀面	26
荤汤百叶	10	黄油焗鸡腿菇	26
西米豆腐	10	聚德红仔鸡	27
萝卜炖风鸡	11	特色聚香鸡	28
香菜炒豆渣	11	澳式鸡中翅	29
竹荪炖草鸡	12	扁尖家乡风鹅	29
富贵鱼欢	13	糟熘鸳鸯豆腐	30
飞燕豉油鸡	13	鸡汁玉脂豆腐	30
菊花肫	14	豇豆干风翅	31
葫芦鸡包翅	14	锡纸焗鹌鹑	31
梅花明珠	15	风鸡青蟹煲	32
珍珠豆腐箱	15	脆皮豆腐	32
芦荟鸽松	16	乳鸽南瓜盅	33
丽华八宝鸭	17	川味鸭舌	34
葵花鲍脯	17	双菇老豆腐	34



香肠鸡卷	35	竹排玉带子	52
剁椒凤爪	35	宫廷鹌鹑	53
缺鳃鱼炖蛋	36	碧绿鸭舌	54
西瓜鸡	37	乳汁鹌鹑	54
沙律香蕉卷	37	母子相会	55
明炉珍珠腊味	38	乌龙吐珠	56
蕉叶绕凤捶	38	瓜脯鸭扣	57
花雕焗野鸡	39	竹筒靛汤	57
渔家赛蟹粉	40	菜胆火腿玉子豆	58
原始豆腐	40	群龙戏珠	58
彩豚水饺	41	蟹黄粉皮	59
梅花豆腐	41	蟹黄芙蓉	59
明炉鸡丸	42	莲花豆腐	60
翡翠掌中珠	42	蟹黄扒粉皮	60
牡丹鸡脯	43	拔丝豆腐	61
荷香乳鸽	44	千张河蟹	62
鱼子焖蛋	45	五味干丝	62
茶农春运	45	菊花豆腐	63
香烧鸭下巴	46	荔枝豆腐	64
辽参扒鹅掌	46	蟹黄鸡豆花	64
金沙南瓜方	47	嘶马拉豆腐	65
苏堤春晓	47	锡纸焗豆腐	65
芙蓉鳝丝	48	纹丝豆腐	66
山珍烙雀肫	49	明炉金裹银	66
鳕鱼蒸烤鸭	49	葵花豆腐	67
松子炒雀肫	50	八珍豆腐盒	68
参岑美容鸭	51	清汤玉荷包	69
凤巢足节	51	五彩粉皮	69
烤鸭汤圆	52		

原料 太湖鸭 1 只(1000 克左右)、虾仁、笋干、火腿、香菜、芦笋、金蒜、冰糖杨梅酱、酱油、白糖、香料

制法 太湖鸭去骨后腌 1 小时,笋干切丝后红烧,塞入野鸭腹内,下油锅炸。锅上火,加入水、调料等,烧 1 小时 45 分钟。虾仁斩成茸,挤成虾圆,滚上火腿末,下油锅炸成杨梅球。芦笋焯水,装入盆中。太湖鸭收卤出锅,装入盘中即成。

要领 1.太湖鸭去骨时不能破皮;2.鸭腹内笋干要塞得饱满。



无锡锡州宾馆 龚 剑

杨 梅 太 湖 鸭

原料 日式豆腐 400 克、西柠汁、香橙汁、干淀粉

制法 把日式豆腐切成 4 厘米长的小段,拍干淀粉炸至酥脆,加热西柠汁和香橙汁即可。

要领 1.干淀粉要拍足;2.豆腐切段要均匀。



双 色 日 本 豆 腐

常州文笔山庄 孔令超

金龙色拉

无锡锡州宾馆 蒋昊



原料 色拉、土豆粉、胡萝卜、精盐、味精、芥末、柠檬汁、吉士粉、红樱桃

制法 胡萝卜去皮后改刀成末，上笼蒸烂，加入土豆粉中，放入精盐、味精、沸水搅拌成土豆泥，摆入盆中捏成龙形。用色拉在龙形身体上标上龙须、龙嘴、龙鳞、龙爪、龙尾，然后用红樱桃做为龙眼装上即成。

要领 1.色拉要上劲，光滑、色彩亮丽；2.捏龙形时龙颈要细，龙腹要饱满。

咸黄腐衣卷

无锡锡州宾馆 钱锡峰

原料 咸蛋黄 12 只、腐衣、潮州卤水

制法 将腐衣平放在砧板上，取蛋黄平排在腐衣边上后卷起来，用纱布包紧投入卤水中烧 1 小时后取出冷却。打开纱布改刀装盘，淋上卤水即可。

要领 1.咸蛋黄排列需整齐、紧凑；2.纱布包扎时粗细要均匀。





无锡锡州宾馆 钱锡峰

白切鸡

原料 三黄鸡 1 只(1250 克左右)、葱、姜、绍酒、味精、精盐、白糖、黄豆酱油、芝麻油

制法 三黄鸡初步加工后洗净。取一锅水,加入葱、姜烧沸,放入三黄鸡焖 40 分钟后取出,用冰水浸透,擦干表面水分,抹上芝麻油待用。将黄豆酱油兑入清水,加入白糖、味精熬成汁。鸡改刀装盘,带调味汁上席即可。

要领 1. 焖鸡的开水要保持在 90℃ 左右;2. 鸡煮熟后要立即用冰水浸透,使成品皮脆肉嫩。

云林鹅

无锡锡州宾馆 张宁



原料 仔鹅 1 只(1500 克左右)、精盐、味精、绍酒、姜、葱、蜂蜜、笋干、精炼油

制法 仔鹅初步加工,去内脏洗净。炒锅上火,放入精炼油,将葱、姜煸香,放入仔鹅,投入调味料,加水浸没仔鹅,大火烧开,小火炖至酥烂即成。

要领 1.应选用当年的仔鹅;2.炖制宜小火,以使汤汁清醇。

瓦钵鹅

无锡锡州宾馆 张宁

原料 仔鹅 1 只(750 克左右)、毛豆米、葱、姜、绍酒、精盐、酱油、白糖、味精、淀粉、精炼油

制法 仔鹅初步加工,洗净后斩块,漂去血水。起油锅略炸,然后加入葱、姜、绍酒、精盐、酱油、白糖、味精焖至酥烂。毛豆米焯水至熟,放入略烧,出锅装入加热好的煲内上席。

要领 1.选用当年仔鹅,肉质较细嫩;2.仔鹅斩好后要漂净血水,油炸后不易发黑。



原料 500 克左右童子鸡 1 只、咸鱼粒、葱、姜、绍酒、精盐、味精

制法 将鸡初步加工，开背将主骨斩断、漂洗，再焯水至断血后洗净，装入碗内。加入咸鱼粒、葱、姜和清水，兑口，上笼蒸 45 分钟即可。

要领 1. 鸡焯水时要断血，否则汤蒸出来变浑；2. 汤兑口时要偏淡。



无锡锡州宾馆 朱伟

渔家蒸童鸡

原料 内脂豆腐 1 盒、威化纸 10 张、面包糠、绍酒、精盐、味精、精炼油、鸡蛋、淀粉

制法 豆腐剁成茸状调味，将豆腐馅卷入威化纸内成形。用鸡蛋、淀粉调成薄糊，放入豆腐卷，再滚上面包糠，下油锅炸至金黄色即成，加以点缀。

要领 豆腐馅口味应咸淡适中，掌握好油温。



脆皮豆腐

扬州德意楼酒店 蒋来兵

原料 鸭下巴、青椒、红椒、葱、姜、香料、绍酒、精盐、酱油、白糖、味精、精炼油、浙醋、柠檬、麦芽糖

制法 将鸭下巴洗净，香料等制成浸泡卤水。洗净的鸭下巴浸入卤水约4小时后同卤水煮烂，捞出冷透后挂上麦芽糖。起油锅加热至130℃时下鸭下巴略炸，倒出沥油。炒锅留底油，加入青、红椒末略煸后放入调料、鸭下巴，颠翻、起锅，用锡纸包好后上席。

要领 1.鸭下巴要同卤水一起煮熟，以便入味；2.油温不能太高，否则易变色。



无锡锡州宾馆 华晓东

飘香鸭下巴

原料 西兰花 250 克、大鹅掌 12 只、特红卤水 500 克

制法 大鹅掌焯水后，放入特制红卤水中卤制成熟，放入盘中，用原汁卤水打芡淋其上。西兰花切成朵状，焯水调味后放在鹅掌旁即成。

要领 鹅掌一定要熟，红卤水一定要陈。



兰花扣鹅掌

扬州花园国际大酒店 金斌 郭长彬



扬州花园国际大酒店 卜兴扬 刘俊

玫瑰露豉油鸡

原料 三黄鸡 1 只(750 克左右)、生抽 100 克、老抽 40 克、玫瑰露酒 100 克、冰糖 50 克、精盐 30 克、香料(八角、桂皮、罗汉果)、麦芽糖、二汤

制法 将三黄鸡焯水后,去黄皮,将生抽、老抽、冰糖、精盐加入二汤,放入香料烧开。将焯水后的三黄鸡放入卤中,提起放下两次,待卤水烧开后,加玫瑰露酒,小火焖熟后,挂一层麦芽糖,改刀装盘即可。

要领 1.提起放下两次时要倒出鸡腹中的卤水,使鸡腹中的卤水与外面的卤水温度一致;2.用小火焖是为了使鸡肉中的水分不至于失水;3.挂一层麦芽糖是保持皮上的颜色不与空气接触而加深。

原料 鸡脯肉 200 克、荷叶 12 张、排骨酱、精炼油、精盐、腐乳酱、松肉粉、味精

制法 将荷叶改刀成约 20 厘米见方片，焯水稍烫一下待用。鸡肉改刀成长约 5 厘米、宽约 1.6 厘米的条，然后用松肉粉、排骨酱、腐乳汁、精盐腌渍 1 小时，包入荷叶中成荷香排骨鸡生坯。上笼蒸 20 分钟即可。

要领 1.腌渍的时间不宜长；
2.松肉粉不宜多。



扬州花园国际大酒店 陆卫华 曹学操

荷香排骨鸡

原料 菜心 10 棵、掌中宝 100 克、精盐、鸡精、酱油、蚝油等

制法 掌中宝先焯水，加入调料焖至成熟待用。将菜心修好，焯水，菜头向外，整齐地排在圆盘里，中间放入焖汤掌中宝即可。

要领 掌中宝要用小火焖至酥烂。



菜胆掌中宝

扬州花园国际大酒店 范楷 裴锡辉



扬州花园国际大酒店 张庆江 郭长彬

花园腩脂鸽

原料 鸽子 2 只、海鲜酱 400 克、排骨酱 400 克、冰酸梅酱 100 克、玫瑰露酒 20 克、蜂蜜、味精、花雕酒 30 克、陈皮、丁香

制法 将鸽子背开用水浸泡 2 小时，血水流清后用干布吸干水分放入酱料桶，腌渍 4 天左右捞出风干 1 天放入烤炉吊烤 5 分钟上色。用蒸箱蒸制 30 分钟左右至成熟，再放入烤炉烤制 10 分钟，收干水分装盘即可。

要领 1. 鸽子一定要吸收水分；2. 腌渍于酱料桶时要密封后 4 天才能取出待用；3. 风干时夏天用风扇吹 1 天；4. 冬天放室外寒风吹干即可。



原料 百叶 250 克、咸肉、冬笋、鸡蘑、青菜心、精盐、味精、鸡粉、猪油

制法 将百叶改成小块，咸肉、冬笋切片，鸡蘑改刀。炒锅上火，加入清水，将百叶焯水。炒锅复上火放入猪油，下咸肉、冬笋、鸡蘑略煸后加入荤汤和百叶，加入调料烧 5 分钟，出锅前加入焯好水的青菜心即可。

要领 1. 选用常州百叶，质地软糯；2. 选用猪油烧，使口感肥厚。

无锡锡州宾馆 倪朝晖

荤汤百叶

原料 内脂豆腐 250 克、西米、葱、精盐、味精、淀粉、清汤、精炼油

制法 西米用沸水浸泡，待西米完全涨发成透明状，用清水过洗待用。内脂豆腐改成指甲片状，下水锅焯水。炒锅上火，放少许精炼油，下葱煸出香味，放清汤、豆腐、西米，一同炒入味，勾芡起锅，装盘。

要领 西米浸泡时一定要用沸水。

西米豆腐

扬州金聚德酒店 张正军

