

# 华夏菜点精萃

# 关东风味

夏德润 主编



华夏出版社



酒锅飞龙



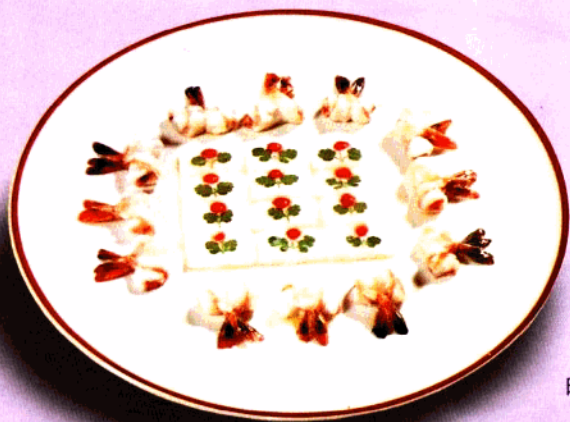
八宝吉花鱼



红烧蛤士蚂



兰花熊掌



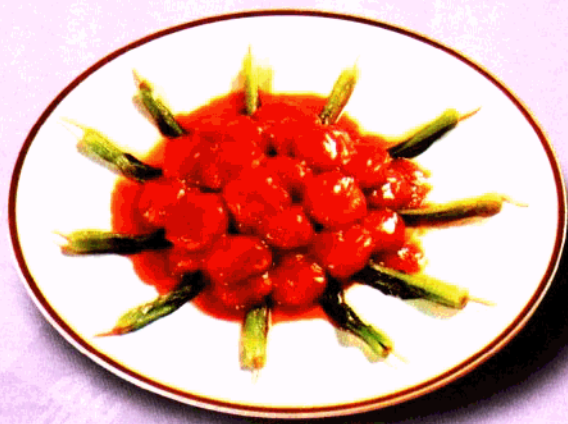
白扒燕尾虾



生拌鲤鱼



葱油鹿筋



红梅菜胆



四喜蒸饺



风流饺



吉林三杖饼



龙须面

**主 编：**夏德润

**副主编：**孙玉民 张汝意

**编 委：**张传军 张文堂 张公昌

刘东平 刘继宏 彭 涛

宋殿阁 王淑慧 李淑兰



# 序 言

辽宁、吉林、黑龙江三省位于我国的东北部，西部和南部与内蒙、河北毗邻，北部和东部与俄罗斯、朝鲜接壤，习惯上以山海关为界，将东北三省称为关东。关东菜就是由辽宁、吉林、黑龙江三省的地方菜构成，是目前国内较大菜系之一。

关东倚山傍海，沃野千里，堪称地大物博。由辽河平原、松嫩平原、三江平原组成的东北大平原，南北长 1000 多公里、东西宽 400 余公里，总面积 44.04 万平方公里。巍巍兴安岭，莽莽长白山，是熊掌、狍鼻、飞龙、山鸡、鹿筋、野猪、狍子、哈什蚂、猴头、木耳、松茸蘑、蕨菜、薇菜、短裙竹荪及人参的著名产地。浩瀚清澈的渤海、黄海，滔滔汨汨的黑龙江、松花江、乌苏里江、图们江、鸭绿江、嫩江、大辽河，碧波荡漾的松花湖、兴凯湖、镜泊湖，又是许多水产品的优良栖息地，大黄鱼、小黄鱼、对虾、刺参、扇贝、海参、鲷鱼、紫鲍久负盛名，而号称“三花五罗”的鳊花、鲫鱼、鳌花、哲罗、法罗、雅罗、胡罗、滕罗更是关东菜看家之珍品，大麻哈鱼、大鲤鱼、大鲈鱼俗称“关东三大奇鱼”，为高纬度水域独有之物。关东餐桌的上乘之物还有大豆制品及脏器品。这些珍贵的烹调原料辅以普通家常原料，为关东菜的形成与发展奠定了丰富的物质基础。

东北地区素为边陲，为满族、蒙族、回族、朝鲜族、鄂伦春等许多彪悍民族长期居住地区。早在 3000 多年前，满族的先

世肃慎就定居在东北地区。战国以后称为“挹娄”，南北朝称“勿吉”，隋、唐称“靺鞨”，辽、宋、元、明称“女真”，后金改称“满洲”。满族的先祖以狩猎为主，擅长打猎，喜食肉类。《长白汇征录》载有“今长白一带肉食山羊、野猪、鹿脯。以豆为油、为酱，风犹近古。常见有获一猪、一狍、一熊而远近山民席地聚食，和以盐，剂以葱蒜齏辛，尽欢而罢”。关东菜受满族食俗影响很大，官府、市肆、民间菜多以肉类为主料，烹调方法也独具特色，流传至今的传统风味“白肉血肠”和“萨其玛”就是地道的满族菜点。

1616年，努尔哈赤建立后金政权，1625年迁都沈阳。1636年，皇太极称帝，改后金为清，沈阳成为清王朝的“发祥重地”，1644年，清朝入关取得全国政权后，沈阳成为留都，是康熙、乾隆等清朝皇帝“东巡”的“驻蹕”地和朝政临时处理地，而吉林便成为皇帝祭祖的圣地。这时期，往来官员、使节、客商络绎不绝，酒楼客栈应运而生，各具特色的菜点也大批涌现出来，特别是宫廷御膳得到了迅速发展。及至1934年日本在东北建立伪满洲国时期，溥仪在长春建立伪皇宫，当上傀儡皇帝。当时，宫中御膳房除北京清宫中的厨师外，各地名厨亦有不少。另外，在中国近代史中，东北地区长期受外来殖民势力的压榨，其饮食文化同样受到较大影响，具有许多外来文化的色彩。如喜饮烈酒，酷爱啤酒，爱好生食。具有代表性的菜点品种有大列巴(酸面包)、赛耶克(咸面包)、力道斯(红肠、立陶宛肠)、苏波汤、炒鲜奶等。

北方人粗放的性格与自然、人文因素相结合，形成了关东人泼辣的饮食习惯。在调味上，以咸为主，不忘酸辣，但菜味分明。在用料上，以荤为主，喜食油腻，但讲究荤素搭配。在

盛装上，以丰满实惠取人，但讲究精美造型。在调色上，偏爱暖色，但往往以冷色来衬托。与这种习惯相适应，关东菜点从制作到装盘都讲究干净利落。在菜肴制作中，炸、熘、爆、炒、烹等急火热锅速成的烹调方法在关东比较见长。关东菜还注重勺功，尤其擅长大翻勺，关东有许多名菜就是运用煎、贴、扒、熘等烹调方法，借助娴熟的勺功来烹制的。在面点制作中，以抻、切、包、擀等成形手法较为见长，多用蒸、煮、烙等成熟方法。关东面点讲究馅心，以肉类为主，口味浓郁，注重上水。

解放以后，随着社会的进步和经济的发展，关东菜日臻成熟，并涌现出许多具有浓郁地方特色的名菜名点名小吃。如兰花熊掌、红油狍鼻、酒锅飞龙、焯大虾、白扒猴头、锅煽豆腐、白肉血肠、腰里爆、锅包肉、熘肉段、雪衣豆沙、什锦田鸡油、金裹牡蛎、三杖单饼、龙须面、老边饺子、李连贵大饼等。兰花熊掌、碧波龙舟、红梅菜胆、灯笼海参、猴王闹龙宫、玉鸟银丝、干烧开片鱼、金圆凤尾虾、白元伏渡、三杖单饼、龙须面等一大批传统与创新菜点，在全国烹饪大赛上披金挂银，为关东赢得荣誉。筵席是菜点制作的最高形式，东北菜点的特色常常通过筵席体现出来，从隆重辉煌的满汉全席，到代表东北风土的飞龙筵、鹿鸡筵、长白山珍筵、松花湖鱼筵、豆腐筵、海错筵、全羊筵等，无不体现着关东菜点的质朴与宏大。如今，这些筵席已香飘四海，饮誉五洲，使中外宾客饱享口福，成为闻名中外的名筵。这一切充分说明，关东菜点以其独有的北国丰姿，跻身于中国烹饪文化的百花园中，正在为世人所瞩目。

本书通过对关东菜点的初步归纳，求一斑代全貌，旨在进一步完善中国烹饪体系，宏扬中华烹饪文化。若本书能客观

反映关东菜点的风貌,并给关注和支持关东烹饪发展的同仁以启迪,则足矣。

编者

# 目 录

## 畜 肉 类

- |              |      |              |      |
|--------------|------|--------------|------|
| 雪梅鹿肉 .....   | (1)  | 真不同酱肉 .....  | (26) |
| 金钱鹿肉 .....   | (2)  | 水晶肘子 .....   | (27) |
| 鸳鸯鹿肉排 .....  | (3)  | 黄金肉 .....    | (28) |
| 琵琶鹿肉 .....   | (4)  | 余白肉 .....    | (29) |
| 鹤鹿同春 .....   | (6)  | 扒猪脸 .....    | (30) |
| 酒锅鹿肉 .....   | (7)  | 香酥肉 .....    | (32) |
| 玉翠麒麟面 .....  | (8)  | 松仁小肚 .....   | (33) |
| 姜丝狍肉 .....   | (10) | 清炸腰花 .....   | (34) |
| 海马鹿鞭 .....   | (11) | 爆三花 .....    | (35) |
| 麻辣狍子条 .....  | (12) | 熘腰花 .....    | (36) |
| 烤狍子肉 .....   | (13) | 白肉血肠 .....   | (38) |
| 串烤黄羊肉 .....  | (15) | 蹄筋烧薇菜 .....  | (40) |
| 叉烧山兔肉 .....  | (16) | 炒肉丝渍菜粉 ..... | (41) |
| 香辣野猪丝 .....  | (17) | 油爆双脆 .....   | (42) |
| 凤尾扒狍鼻 .....  | (18) | 腰里爆 .....    | (43) |
| 金蟾红油狍鼻 ..... | (20) | 抽刀白肉火锅 ..... | (45) |
| 锅包肉 .....    | (21) | 神仙炉 .....    | (46) |
| 虎眼肉 .....    | (22) | 狗肉火锅 .....   | (48) |
| 熘肉段 .....    | (23) | 牛肉火锅 .....   | (49) |
| 拔丝肉洞 .....   | (25) | 骨头炖冻豆腐 ..... | (51) |
|              |      | 锅塌豆腐 .....   | (52) |
|              |      | 珍珠猴头 .....   | (53) |

杜仲鹿筋·····	(55)	山宝葫芦鸭·····	(88)
八珍煎盘·····	(56)	水炒鸡蛋·····	(89)
参归羊肉火锅·····	(57)	铁锅三鲜烤蛋·····	(91)
荷塘翠鸟·····	(59)	鸭腿猴头蘑·····	(92)

## 禽 蛋 类

## 水 产 类

纸包山鸡片·····	(61)	鲜贝原鲍·····	(94)
网油山鸡卷·····	(62)	麻汁鲍鱼·····	(95)
炒山鸡蕨菜·····	(63)	红娘自配·····	(96)
山鸡猴头砂锅·····	(65)	三吃大虾·····	(97)
桃仁爆山鸡丁·····	(66)	碧波龙舟·····	(99)
炒山鸡丁雪里蕨·····	(67)	绣球燻大虾·····	(100)
香酥飞龙·····	(68)	雪梅伴黄葵·····	(101)
珍珠飞龙·····	(70)	清蒸大虾·····	(103)
飞龙脯扒鸭掌·····	(71)	嫦娥知情·····	(104)
五加参飞龙酒锅·····	(72)	红烧海参·····	(106)
熏五香沙半鸡·····	(73)	葱烧海参·····	(107)
绣球松茸鸡片·····	(74)	红烧鳊鱼唇·····	(108)
扒鸡片松茸蘑·····	(76)	烩酸辣乌鱼蛋·····	(109)
鸡腿菇黄瓜香·····	(77)	滑炒鸡丝蜇头·····	(110)
鸡油扒山菇·····	(78)	红梅菜胆·····	(112)
鸡茸芦笋·····	(79)	爆炒香螺·····	(113)
炖小鸡黄蘑·····	(80)	金裹牡蛎·····	(114)
玉凤还朝·····	(82)	葱烧鱼皮·····	(115)
番茄鸡饼·····	(83)	翻膛鱼·····	(116)
柳绒鸡·····	(84)	骨酥香味香·····	(117)
人参炖乌鸡·····	(85)	浇汁鱼·····	(119)
四元扒鸭·····	(87)	清炖黑鲷·····	(120)

酿三鲜脱骨鱼 .....	(121)	扒三白 .....	(157)
煎转黄鱼 .....	(122)	游龙戏凤 .....	(159)
清蒸舌鳎 .....	(124)	枯木回春 .....	(160)
官门献鱼 .....	(125)		
干烧开片鲤鱼 .....	(126)	<b>干 货 类</b>	
生拌鲤鱼 .....	(128)	一品燕菜 .....	(163)
家常熬鳊鱼 .....	(129)	砂锅鱼翅 .....	(164)
清蒸人参鳊鱼 .....	(130)	三鲜鹿尾 .....	(165)
酸辣鳊鱼卷 .....	(132)	葱油鹿筋 .....	(166)
游龙绣金钱 .....	(133)	什锦鹿尾 .....	(167)
糖醋鲤鱼片 .....	(135)	清烩鹿尾猴头 .....	(169)
硕果鱼腹 .....	(136)	鹿茸三珍汤 .....	(170)
猴王闹龙宫 .....	(137)	余鸡茸田鸡油 .....	(171)
清蒸鲈鱼 .....	(138)	什锦蛤士蚂油 .....	(172)
牛蛙鲈鱼 .....	(140)	御扇猴头蘑 .....	(173)
泥鳅钻豆腐 .....	(141)	葱油叶赫白蘑 .....	(175)
鲶鱼豆腐酒锅 .....	(142)	蒜米松茸 .....	(176)
鲶鱼炖茄子 .....	(144)		
生煎大麻哈鱼 .....	(145)	<b>素 菜 类</b>	
锅塌鱼卷 .....	(146)	什锦猴腿 .....	(178)
酱汁船丁鱼 .....	(147)	酿龙须菜 .....	(179)
八宝吉花鱼 .....	(148)	油爆黄瓜香 .....	(180)
香酥鲤鱼 .....	(150)		
独占鳌头 .....	(151)	<b>甜 菜 类</b>	
红烧蛤士蚂 .....	(152)	拔丝西瓜 .....	(182)
菊花酿馅蛤士蚂 .....	(154)	拔丝苹果 .....	(183)
虾籽刺嫩芽 .....	(155)	拔丝苹果梨 .....	(184)
脆皮蕨菜卷 .....	(156)	蜜焖三鲜 .....	(185)

雪衣豆沙 .....	(186)	四喜蒸饺 .....	(210)
什锦杏仁豆腐 .....	(187)	老边饺子 .....	(211)

### 面 点 类

李连贵熏肉大饼 .....	(189)	龙须面 .....	(215)
吉林三杖饼 .....	(191)	人参长寿面 .....	(217)
单饼春盒 .....	(192)	冷面 .....	(218)
搅面馅饼 .....	(193)	打糕 .....	(220)
杨麻子大饼 .....	(194)	玉米面烤糕 .....	(221)
老山记海城馅饼 .....	(196)	黄米切糕 .....	(222)
葱脂油饼 .....	(197)	马家烧麦 .....	(223)
清糖饼 .....	(198)	萨其玛 .....	(224)
椒盐饼 .....	(199)	千层桃酥 .....	(226)
王麻子锅贴 .....	(200)	炸酥盒 .....	(227)
锅烙 .....	(202)	菊花酥 .....	(228)
杜记馄饨棋子火勺 .....	(203)	奶油马蹄酥 .....	(229)
玻璃叶饼 .....	(204)	大果子 .....	(231)
新兴园蒸饺 .....	(206)	擦条 .....	(232)
回宝珍饺子 .....	(207)	米肠 .....	(233)
老都一处三鲜水饺 .....	(208)	煎粉 .....	(235)



# 畜肉类

## 雪梅鹿肉

“雪梅鹿肉”是黑龙江省有地方特色的佳肴，以东北梅花鹿肉为主料，采用腌、卤、蒸、烤的烹调方法，口味醇香，配以“雪梅”红白相衬，给食客一种美感。

### 原料

主料：鹿肉 300 克。

配料：猪肥膘肉 100 克，泡椒 20 克，香菜叶 10 克，蛋清 3 个。

调料：精盐 3 克，味精 2 克，绍酒 5 克，胡椒粉 3 克，芝麻油 3 克。

### 操作程序

将鹿肉洗净，切成直径 3 厘米、厚 2 厘米的圆片，猪肥膘肉切成相同的片，然后一起放入瓷盆中，加精盐、味精、绍酒、胡椒粉、芝麻油腌制 2 小时，将腌好的鹿肉片每 4 片中间夹一片肥膘肉，用不锈钢钎串好，串 10 串上屉蒸 10 分钟出屉，再放到炭火上烤制，待鹿肉烤制呈酱红色时取出，抽出钢钎，将鹿肉逐片码在盘的中间。

将蛋清抽成蛋泡糊，加精盐、味精、干淀粉搅匀，放入梅花模具中，用泡椒、香菜叶点缀上屉蒸熟，取出摆在盘的边上即成。