

大众风味

叶连海 郝淑秀 编著

饺子任你选

蒸饺115种 煮饺64种 煎饺36种
炸饺53种 烤饺19种



金盾出版社

大众风味饺子任你选

叶连海 郝淑秀 编著

金盾出版社

内 容 提 要

这是一本专门讲述各种饺子如何制作的大众食谱书。书中收入了南北各地不同风味的饺子共有五大类、二百多个品种,以简洁的文字对每种饺子的原料和制法都做了具体的介绍。本书内容丰富,科学实用,易懂好学,可操作性强,非常适合广大家庭及美食爱好者阅读使用,也可供餐馆、酒家和食堂经营参考。

图书在版编目(CIP)数据

大众风味饺子任你选/叶连海,郝淑秀编著. —北京:金盾出版社,2005.6

ISBN 7-5082-3557-6

I. 大… II. ①叶…②郝… III. 面食,饺子-食谱
IV. TS972.132

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 025328 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 66882412

传真:68276683 电挂:0234

彩色印刷:北京百花彩印有限公司

黑白印刷:北京金盾印刷厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:7.75 彩页:8 字数:195 千字

2005 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1—12000 册 定价:13.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



三丁蒸饺



花边鲜肉饺





芹菜猪肉蒸饺



香菇冬瓜蒸饺





猪肉西葫芦芦蒸饺

四喜蒸饺





金
鱼
饺



油菜蒸饺





猪肉藕馅水饺



猪肉白菜水饺



猪肉茴香水饺



猪肉胡萝卜水饺





鸡蛋西红柿水饺



保定锅贴



虾皮韭菜锅贴



酥雪蛋饺



前 言

面食,作为中国饮食文化的一个重要组成部分,历史悠久,源远流长。千百年来,经过历代劳动人民的不断创新与发展,它以其精湛的制作技艺、丰富的花色品种、多样的风味口味而深受广大群众喜爱,享誉国内外。

这些年来,随着经济的快速发展和人民生活水平的不断提高,饺子、包子、面条、饼品等各种风味面食,由于具有既价廉味美又方便快捷之特点,更加受到现代人的青睐。这些面食,虽然价钱不贵,人们有条件常去餐馆品尝,但作为一种家常主食,主要还是自己动手在家享用。那么,怎样才能制作出像模像样、美味可口的面食呢?这就需要对各种面食的制作技法有一个基本的了解和掌握。本社近期陆续推出的4本家常风味面食食谱,内容包括饺子、包子、面条、饼品这四种最大众化的面食。书中所选品种,原料普通,制法简便,相信读者只要照书学做,定能很快掌握。

《大众风味饺子任你选》一书,专为家庭学做各种饺子而编写。众所周知,饺子在我国已有近两千年的

历史,是深受老百姓尤其是北方人喜爱的一种大众面食,在我国,不论南方北方,不论男女老少,很少有人不喜欢吃饺子的,以至许多外宾都对这一食品赞不绝口。饺子之所以受到各界人士的普遍欢迎,与其特点分不开。第一,用料不限,味道多样。饺子的馅料,根据条件和口味,可荤可素或荤素各半,各种肉类、蔬菜几乎都可用来制成馅,包制出味道各不相同的饺子。第二,制作简单,快捷方便。与炒菜做饭相比,吃饺子相对比较省事,花费时间较少,如采用半成品,则更省时,不失为一种价廉味美的快餐食品。第三,以食相聚,乐在其中。家中吃饺子,往往全家上阵一齐动手,你剁馅,我擀皮,包的包,煮的煮,大家边干边聊,有说有笑,热闹非常,温馨无比。

为满足广大群众及美食爱好者的需求,本书从全国各地不同风味的饺子中,精选了数百种最具特色、最受大众欢迎的美味饺子,供大家学习制作。全书分为蒸饺、煮饺、煎饺、炸饺、烤饺五大类。本书内容丰富,科学实用,非常适合广大家庭阅读使用,也可供餐馆、酒家和食堂经营参考。

编 者

2005年3月

目 录

目 录

蒸 饺

小笼蒸饺	(1)	攪馅蒸饺	(11)
猪肉葱蒸饺	(1)	切馅蒸饺	(12)
原笼蒸饺	(2)	三鲜蒸饺	(12)
灌汤蒸饺	(3)	五鲜蒸饺	(13)
肉馅蒸饺	(3)	火腿蒸饺	(14)
圆笼蒸饺	(4)	雪笋蒸饺	(15)
猪肉蒸饺	(5)	干菜蒸饺	(15)
牛肉蒸饺	(6)	三丁蒸饺	(16)
牛肉葱头蒸饺	(6)	花边鲜肉饺	(17)
羊肉蒸饺	(7)	鲜肉澄粉饺	(18)
猪肉青菜蒸饺	(8)	一品蒸饺(三鲜馅)	
烫面蒸饺	(8)		(19)
玉米面蒸饺	(9)	一品蒸饺(肉菜馅)	
煸馅蒸饺	(10)		(20)
刹馅蒸饺	(11)	一品蒸饺(素馅) ..	(20)

大众风味饺子任你选

一品蒸饺(甜馅) … (21)	香菇冬瓜蒸饺 …… (39)
牟平蒸饺 …… (22)	猪肉酸菜蒸饺 …… (39)
江城蒸饺 …… (23)	韭蛋肉馅蒸饺 …… (40)
淮扬蒸饺 …… (23)	猪肉韭菜蒸饺 …… (41)
西安蒸饺 …… (24)	猪肉扁豆蒸饺 …… (41)
杭州蒸饺 …… (25)	猪肉西葫芦蒸饺 … (42)
花士林蒸饺 …… (25)	猪肉白菜蒸饺 …… (43)
新兴园蒸饺 …… (26)	猪肉大葱蒸饺 …… (43)
老蔡记蒸饺 …… (27)	猪肉冬瓜蒸饺 …… (44)
蛋皮蒸饺 …… (28)	羊肉冬瓜蒸饺 …… (45)
鱼肉蒸饺 …… (28)	豆腐蒸饺 …… (45)
虾蔬蒸饺 …… (29)	翡翠蒸饺(一) …… (46)
鲜虾象眼饺 …… (30)	翡翠蒸饺(二) …… (47)
虾仁弯梳饺 …… (31)	素馅蒸饺 …… (48)
虾仁蒸饺 …… (31)	素什锦蒸饺 …… (49)
薄皮鲜虾蒸饺 …… (32)	花素蒸饺 …… (49)
蟹肉灌汤饺 …… (33)	南瓜蒸饺 …… (50)
蟹黄蒸饺 …… (34)	美味蒸饺 …… (51)
蟹黄水晶饺 …… (34)	藕粉饺 …… (52)
苏州蟹黄蒸饺 …… (35)	清明艾饺 …… (53)
蟹黄鲜肉蒸饺 …… (36)	莲茸苹果饺 …… (54)
萝卜牛肉蒸饺 …… (37)	麻茸蒸饺 …… (54)
芹菜猪肉蒸饺 …… (38)	枣泥蒸饺 …… (55)

目 录

五仁蒸饺	(56)	知了饺	(73)
莲茸蒸饺	(56)	鸡冠饺	(74)
梅花饺	(57)	江南百花饺	(74)
鸳鸯饺	(58)	百花龙珠饺	(75)
三色一品饺	(59)	福喜有鱼饺	(76)
四喜蒸饺	(60)	翠玉白菜饺	(76)
绿茵白兔饺	(61)	油菜蒸饺	(77)
澄面玉兔饺	(61)	金钱马蹄饺	(78)
鸳鸯凤眼饺	(62)	单桃饺	(78)
凤凰蒸饺	(63)	冕顶饺	(79)
五峰饺	(64)	霸王饺	(80)
兰花饺	(64)	花篮饺	(81)
金鱼饺	(65)	木鱼饺	(81)
高汤金鱼饺	(66)	飞轮饺	(82)
鲜虾金鱼饺	(67)	金山蒸饺	(83)
三鲜海星饺	(68)	蛋黄虾肉饺	(83)
蜻蜓饺	(68)	火腿冬瓜蒸饺	(84)
孔雀饺	(69)	鸭肉油菜蒸饺	(85)
燕子饺	(70)	湘潭花边蒸饺	(86)
蝴蝶饺(一)	(71)	青菜花形蒸饺	(87)
蝴蝶饺(二)	(72)		

大众风味饺子任你选

煮 饺

钟水饺	(88)	淮扬水饺	(102)
红油水饺	(89)	江毛水饺	(103)
温江水饺	(90)	白记水饺	(104)
鸳鸯水饺	(91)	西式水饺	(105)
鲜肉水饺	(92)	谈记水饺	(105)
湘味水饺	(92)	酸辣水饺	(106)
鸡汤子孙饺	(93)	回记水饺	(107)
高汤回头饺	(93)	牛肉水饺	(108)
鸡脯青菜饺	(94)	牛肉萝卜水饺	(109)
清汤豆腐饺	(95)	牛肉西红柿水饺	(109)
四鲜水饺	(96)	羊肉白菜水饺	(110)
状元水饺	(97)	羊肉萝卜水饺	(111)
三鲜高汤水饺	(97)	虾蛋韭菜水饺	(111)
沙锅水饺	(98)	猪肉藕馅水饺	(112)
青韭白菜肉馅饺	(99)	猪肉芹菜水饺	(113)
三鲜水饺(一)	(99)	猪肉白菜水饺	(113)
三鲜水饺(二)	(100)	猪肉卷心菜水饺	(114)
三鲜水饺(三)	(101)	猪肉西葫芦水饺	(114)
三鲜水饺(四)	(102)		