

清真菜谱及烹饪技术



清真菜谱及烹饪技术

哈尔滨市道里区服务局 编
傅金生 魏英杰 执笔

黑龙江科学技术出版社

一九八一年·哈尔滨

封面设计：张建平
摄影：德 振 等

清真菜谱及烹饪技术

哈尔滨市道里区服务局编

傅金生 魏英杰 执笔

黑龙江科学技术出版社出版

(哈尔滨市南岗区分部街28号)

依安县印刷厂印刷 黑龙江省新华书店发行

开本787×1092毫米1/32·印张 8 12/16·插页 6·字数 180,000

1981年6月第一版 1981年6月第1次印刷

印数1—50,000

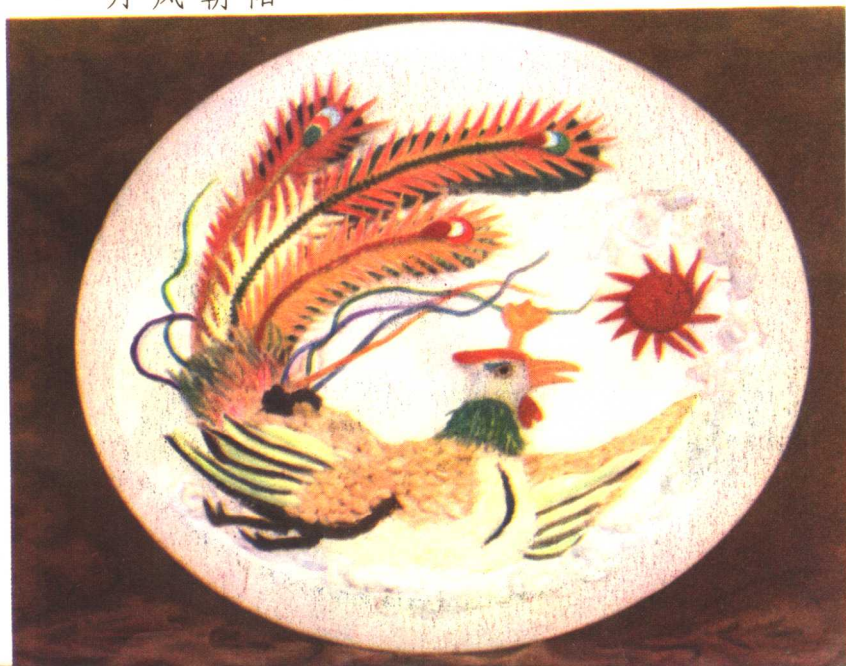
书号：15217·008

定价：1.10元



二龙戏珠

丹凤朝阳





甜两样

鸡茸豆付





虎哮声威

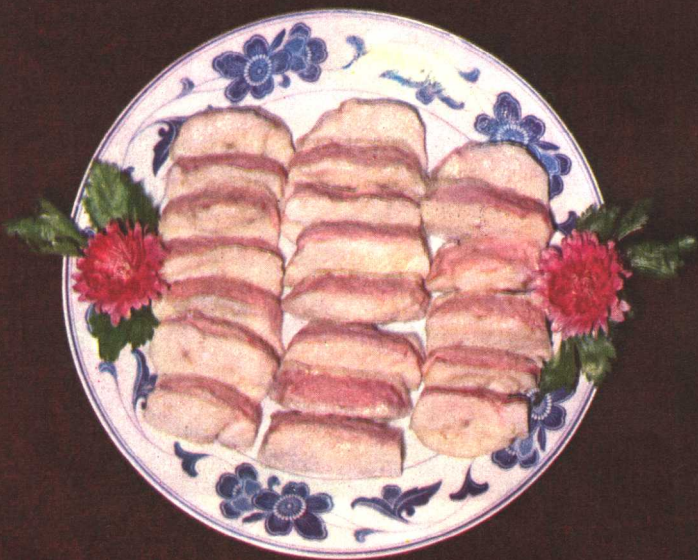


清蒸羊肉

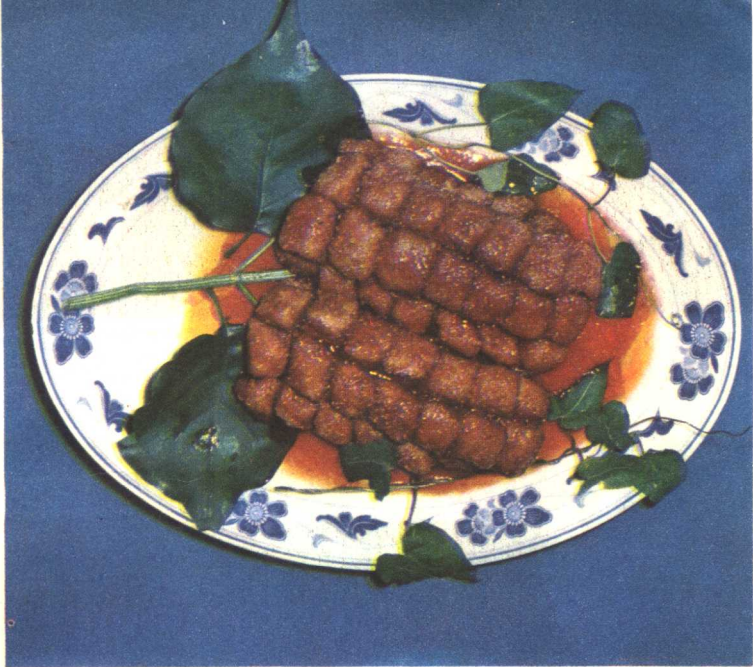
扒羊肉条



烧羊尾



葡萄鱼



串烧羊肉





油浸黄花鱼

煎瓢虾扇



桃花泛



田鸡鲍鱼



锦鸡





雄鷹扑兔



熊猫海参

前 言

本书是在为商业部编写的职工业余教材的基础上，从家庭和广大烹饪爱好者的需要出发，充实、修改而成的。

本书在编写过程中，吸收了哈尔滨市北来顺饭店烹饪技师姚镇镜等同志的多年实践经验；参考了北京东来顺饭店谭德巨同志来哈尔滨传授的精湛技艺和有关资料；征求了许多烹饪界同志的意见；得到了黑龙江省商业局、服务局、哈尔滨市服务局的大力支持和指导；最后，又承哈尔滨市烹饪学会张宝忠同志作了某些修改。在此，一并表示谢意！

由于时间仓促，加上我们的业务水平有限，对书中可能出现的错误及不当之处，还恳请读者批评指正。

一九八一年一月

目 录

第一章 清真菜谱

一、牛 羊 肉 类 (63 种)

干炒羊肉丝	{ 1 }	羊肝排岔	{ 10 }
西法羊肉	{ 1 }	单包腰片	{ 10 }
东坡羊肉	{ 2 }	油爆三样	{ 11 }
香酥羊肉	{ 3 }	滑溜三样	{ 11 }
银丝羊肉	{ 3 }	三片瓦糕	{ 12 }
辣子里脊	{ 4 }	砂锅丸子	{ 12 }
荷片里脊	{ 4 }	新疆炒菜	{ 13 }
菠萝里脊	{ 5 }	清煎小牛肉排	{ 13 }
桂花里脊	{ 5 }	斯里兰卡式牛肉片	{ 14 }
果仁里脊	{ 6 }	葱汁牛肉片	{ 14 }
樱桃里脊	{ 6 }	炸牛里脊片	{ 14 }
滑溜里脊	{ 7 }	炸小牛排	{ 15 }
煎里脊扒	{ 7 }	奶汁牛里脊丝	{ 15 }
铁板里脊片	{ 8 }	焖丁香牛排	{ 16 }
干爆羊肉	{ 8 }	焖甜酸牛肉	{ 16 }
加沙蛋卷	{ 9 }	罐焖牛肉	{ 17 }
油酥肝卷	{ 9 }		

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 烤小牛肉 ……………〔17〕 | 阿拉伯式羊肉柿子 |
| 埃及式牛肉豌豆 | 排……………〔25〕 |
| ……………〔18〕 | 阿拉伯式羊肉瓢茄子 |
| 焖牛舌 ……………〔18〕 | ……………〔25〕 |
| 软煎牛脑 ……………〔19〕 | 伊朗式羊肉茄子 …〔25〕 |
| 炸牛脑 ……………〔19〕 | 伊朗式核桃丸子 …〔26〕 |
| 焖牛肝奶油 ……………〔19〕 | 葡萄干羊肉饭 ……〔26〕 |
| 烩肝丝 ……………〔20〕 | 阿拉伯式羊肉菜花饭 |
| 牛肉圆饼 ……………〔20〕 | ……………〔27〕 |
| 清煎羊排 ……………〔21〕 | 巴基斯坦式羊肉 |
| 炸羊排 ……………〔21〕 | ……………〔27〕 |
| 炸羊肋 ……………〔21〕 | 阿拉伯式羊肉串饼 |
| 烤羊腿 ……………〔22〕 | ……………〔28〕 |
| 炭烤羊肉串配凉菜 | 瓢馅羊胸 ……………〔28〕 |
| ……………〔22〕 | 炸羊肉包子 ……………〔28〕 |
| 拉古羊肉 ……………〔23〕 | 串烤羊肉饼 ……………〔29〕 |
| 家庭羊肉蔬菜 ……〔23〕 | 阿拉伯式白菜卷 |
| 烩羊肉片 ……………〔24〕 | ……………〔29〕 |
| 阿拉伯式羊肉土豆排 | 清蒸羊肉 ……………〔30〕 |
| ……………〔24〕 | |

二、鱼 虾 海 味 类 (55 种)

- | | |
|----------------|----------------|
| 烧唇翅 ……………〔30〕 | 佛手鱼翅 ……………〔33〕 |
| 桂花鱼翅 ……………〔31〕 | 砂锅鱼翅 ……………〔34〕 |
| 红烧鱼翅 ……………〔32〕 | 鸡蓉鱼唇 ……………〔34〕 |
| 白扒鱼翅 ……………〔32〕 | 酸辣鱼唇丁 ……〔35〕 |
| 蟹黄鱼翅 ……………〔33〕 | 白扒鱼唇 ……………〔35〕 |

烧鱼唇	{ 36 }	抓炒鱼	{ 48 }
白扒鱼肚	{ 36 }	滑溜鱼片	{ 48 }
鸡蓉鱼肚	{ 37 }	白爆鱼丁	{ 49 }
红烧鱼肚	{ 37 }	葱瓜鱼丁	{ 49 }
扒参肚	{ 38 }	溜鱼片	{ 50 }
红烧海参	{ 38 }	浮油虾片	{ 50 }
全家福	{ 39 }	煎虾饼	{ 51 }
烧四丝	{ 39 }	炆虾片	{ 51 }
清汤鱼肚	{ 40 }	炒虾片	{ 52 }
干贝肚块	{ 40 }	蕃茄虾仁	{ 52 }
黄油煎鱼片	{ 41 }	软炸虾仁	{ 53 }
松鼠黄花鱼	{ 41 }	面包虾仁	{ 53 }
干烧鱼	{ 42 }	清炒虾仁	{ 53 }
法兰鱼卷	{ 43 }	烩虾仁	{ 54 }
炸鱼条	{ 43 }	西法大虾	{ 54 }
响阳鱼	{ 44 }	如意大虾	{ 55 }
赛银鱼	{ 44 }	炸烹对虾	{ 55 }
扒奶油鱼卷	{ 45 }	烹靠对虾	{ 56 }
油蘸鱼	{ 45 }	炸虾球	{ 56 }
桂花鱼丁	{ 46 }	沾蛋虾仁	{ 57 }
溜鱼扇	{ 46 }	桃花泛	{ 57 }
焦溜鱼片	{ 47 }	油浸黄花鱼	{ 58 }
炸板鱼	{ 47 }		

三、鸡 鸭 类 (65 种)

白煨笋鸡	{ 58 }	捶鸡生肚	{ 59 }
鸡蓉丸子	{ 59 }	鸡脯菜心	{ 60 }

软炸笋鸡	{ 60 }	芙蓉鸡片	{ 72 }
酥鸡腿	{ 61 }	鸡脯竹笋汤	{ 73 }
南炒鸡丁	{ 61 }	拌鸭掌	{ 73 }
滑炒胗肝	{ 62 }	烧鸭肝	{ 74 }
碎溜笋鸡	{ 62 }	芙蓉鸭肝	{ 74 }
鸡蓉花脯	{ 62 }	炸鸭胗肝	{ 75 }
蕃茄鸡片	{ 63 }	白扒鸭条	{ 75 }
香酥鸡	{ 64 }	南炒鸭丁	{ 76 }
酱扒鸡块	{ 64 }	焦响鸭丁	{ 76 }
红焖鸡块	{ 65 }	麻辣鸭丁	{ 77 }
清蒸鸡块	{ 65 }	软炸鸭块	{ 77 }
扒鸡腿	{ 65 }	面包鸭泥	{ 77 }
辣子鸡丁	{ 66 }	香酥肥鸭	{ 78 }
甘肃鸡	{ 66 }	红烧鸭条	{ 78 }
软炸鸡	{ 66 }	奶油烩鸭丁	{ 79 }
烩鸡丝	{ 67 }	糟溜鸭肝	{ 79 }
溜鸡片	{ 67 }	糟味鸭片	{ 80 }
酱爆鸡丁	{ 68 }	糟蒸鸭肝	{ 80 }
炒鸡腿	{ 68 }	滑溜鸭肝	{ 81 }
鸡皮烧油菜	{ 68 }	白爆鸭心	{ 81 }
余鸡片	{ 69 }	江米鸭肝	{ 82 }
烧三丝	{ 69 }	如意鸭肝卷	{ 82 }
鸡爆肚	{ 70 }	炆什件	{ 83 }
全 爆	{ 70 }	卤胗肝	{ 83 }
鸡蓉扒白菜	{ 71 }	软炸鸭肝	{ 83 }
鸡丝春卷	{ 71 }	烧鸭四宝	{ 84 }
锅烧鸡	{ 72 }	清蒸炉鸭	{ 84 }

清蒸鸭块	{ 85 }	烩鸭全样	{ 86 }
烩鸭条	{ 85 }	烩掌膀	{ 87 }
烩鸭腰	{ 86 }	炉鸭川冬菜	{ 87 }
烩鸭四宝	{ 86 }	炉鸭丝盖兰	{ 88 }

第二章 民族风味——涮羊肉

第一节 涮羊肉及其质量标准	{ 89 }
第二节 加工技艺及工具	{ 90 }
第三节 讲究吃法	{ 92 }

第三章 全羊席

(附列菜谱 61 种)

沾羊蹄	{ 95 }	栗子肝	{ 100 }
酱羊肚拼花腱	{ 96 }	煎扒斩草	{ 101 }
红烧蹬云	{ 96 }	银耳烩千里风	{ 101 }
白羊草	{ 96 }	四喜蝴蝶	{ 102 }
清蒸羊尾	{ 97 }	溜羊肾	{ 102 }
酿明镜	{ 97 }	醋溜羊肉片炸焦	
三鲜天梯	{ 98 }	{ 103 }
扒三白	{ 98 }	扣焖羊肉	{ 103 }
麻辣金针	{ 99 }	烤脊髓脑	{ 104 }
烹蝴蝶	{ 99 }	炆羊肝	{ 105 }
雪花羊肉	{ 100 }	卤羊腰拼冬笋	{ 105 }