

粤菜

风味家常菜

中国八大菜系丛书

人民与建设出版社

·中国八大菜系丛书·

粤菜风味家常菜

中国八大菜系丛书编委会 编

民主与建设出版社

(京)新登字 311 号

图书在版编目 (CIP) 数据

粤菜风味家常菜/中国八大菜系丛书编委会编
-北京:民主与建设出版社,1998.3

ISBN 7-80112-168-6

I. 粤…

II. 中…

III. 菜谱-广东

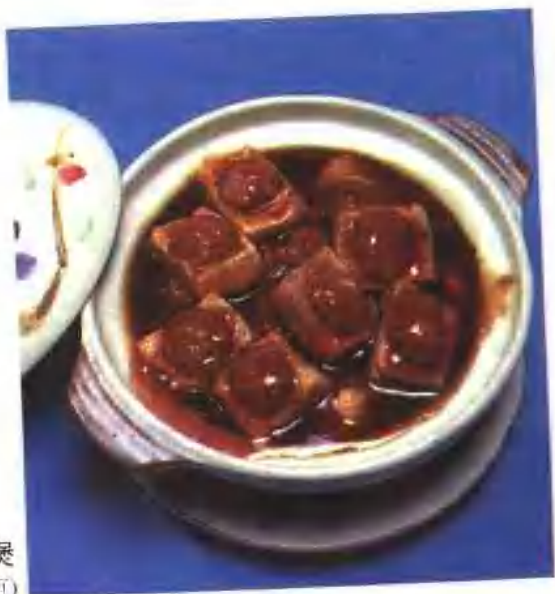
IV. TS972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 04610 号

责任编辑	闵建
封面设计	中南
出版发行	民主与建设出版社
电 话	(010)65264696
社 址	北京东城区王府井大街 22 号
邮 编	100006
印 刷	冶金印刷总厂
开 本	787×1092 1/32
印 数	6000 册
印 张	8.875
字 数	199千字
版 次	1998 年 4 月第 1 版 1998 年 4 月 1 次印刷
书 号	ISBN7-80112-168-6/Z·003
定 价	12.00 元



果汁肉脯
(做法见 17 页)



东江豆腐煲
(做法见 21 页)



鸡包翅 (做法见 60 页)



铁扒仔鸡
(做法见 69 页)



碧绿桂鱼卷
(做法见 142 页)



豉汁蟠龙鳝
(做法见 203 页)



生烫血蚌 (做法见 237 页)



冬瓜煲汤
(做法见 254 页)

目 录

一、粤味家常菜的烹调

- 家常菜的制作方法..... 3
- 菜雕与拼盘..... 9

二、肉类

- 糖醋咕噜肉..... 16
- 果汁肉脯..... 17
- 荔芋扣火肉..... 17
- 蜜汁叉烧..... 18
- 威化煎猪排..... 18
- 水晶扣肉..... 19
- 荔浦芋头扣肉..... 20
- 东江豆腐煲..... 21
- 五彩炒肉丝..... 22
- 脆炸三丝卷..... 22
- 脆炸肉丸..... 23
- 网油春卷..... 24
- 大良肉卷..... 25
- 甜织纱肉..... 25
- 香蕉焗肉脯..... 26
- 蒜茸麻叶..... 27
- 酥炸丸子..... 28
- 酥炸排骨..... 28
- 豉汁焖骨..... 29
- 煎猪排..... 29
- 梅子蒸排骨..... 30

纸包排骨	30
豉汁蒸排骨	31
瑞士焗排骨	31
菜扒肘子	32
发菜蚝豉煲猪手	33
约纱圆蹄	33
什锦烩蹄筋	34
云腿护国菜	35
红焖猪手	36
油泡爽肚	36
菜心炒猪肝	37
威化焗汁焗猪肝	38
菜远炒肾球	38
炒猪大肠	39
脆皮炸大肠	40
烧网油肝花	41
油泡腰花	41
滑蛋牛肉	42
茄汁牛肉饼	43
蒜茸白切牛腩	43
红焖牛腩	44
薯仔煲牛腩	44
蚝油牛肉	45
酥炸牛柳	45
吉列牛肉	46
冬笋炒牛肉	46
豉汁青椒炒牛肉	47
酥炸牛肉卷	48
窝烧牛腩	48
蕉荔炸牛丸	49

油爆双脆	50
蚝油焗羊腿	50
红扒羊肉	51
炒绵羊丝	52
生炆狗肉	53
面筋炆狗肉	53
脆皮烧乳狗	54
五彩炒禾虫	55

三、家禽蛋类

燕入凤巢	56
鲜菇炆鸡	56
香菇炖鸡	57
花雕肥鸡	58
碎炸子鸡	58
威化纸包鸡	59
鸡包翅	60
喼汁煎鸡脯	61
八宝炖全鸡	61
葱油鸡	62
口福鸡	63
香菇炖鸡	63
荷香鸡	64
栗子炆鸡	65
茶香熏鸡	66
广州文昌鸡	67
碧绿香液鸡	68
潮州豆腐鸡	68
太爷鸡	69
铁扒仔鸡	69

百花仔鸡	70
蚝油焖鸡	71
蚝油滑鸡条	71
蚝油鸡片	72
蚝油滑手撕鸡	73
蚝油煎软鸡	74
茄汁鸡球	74
香滑鸡球	75
碧绿鸡球	75
盐焗鸡	76
印度焗鸡	77
砂锅焗鸡	77
东江盐焗鸡	78
生扣鸳鸯鸡	78
荷包鸡	79
菜胆扒鸡	80
煎虾脯拼铁扒鸡	80
奶油葡国鸡	81
西露童鸡	82
蒜苗鸡条	82
脆肉片皮鸡	83
核桃鸡丁	84
香肠杂锦鸡丁	84
四宝炒牛奶	85
婆参扒大鸭	85
荔荷大鸭	86
柱侯大鸭	87
豉酱蒸鸭	87
粟茸煎软鸭	88
鲜橙煎软鸭	89

冬瓜薏米煲鸭	89
蚝油焖鸭	90
八珍扒鸭	90
冬瓜炖大鸭	91
八宝碎扣鸭	92
东江锅全鸭	93
碧绿金银鸭条	94
鱼唇拆烩鸭丝	95
柱侯甑肥鹅	95
潮州烧雁鹅	96
菠萝拼火鹅	96
炒金银鹅片	97
香麻鹅脯	98
豆苗鸡丝	98
鸡蛋煎禾虫	99
叉烧炒蛋	99
黄埔炒蛋	100
凤凰蛋	100
燕盏莲蓬蛋	101
芙蓉蛋	102
香蛋炒肉丝	102
清炖鸡脚翼	103
扒穿鸡翅	104
龙穿风衣	104
蚝油扒凤爪	105
窝贴鸡肝	106
盐焗脆肝	107
桃李鲜脆丁	107
鸭脚扎	108
蚝油鸭脚	108

掌上明珠	109
煎瓤鸭掌	110

四、野味类

生炸乳鸽	112
蚝油乳鸽	113
脆皮炸双鸽	113
金银石岐鸽	114
双鸽吞燕	115
凤果乳鸽脯	116
红菱乳鸽脯	117
花胶炖乳鸽	117
荷叶乳鸽片	118
云腿鸽片	119
荷叶乳鸽片	119
柠汁焗鹌鹑	120
西汁焗鹌鹑	121
白梅鹌鹑片	121
冬笋鹌鹑松	122
粟米鹌鹑松	123
虫草炖鹌鹑	124
北芪党参炖鹌鹑	124
鲜笋斑鸠片	125
彩雀还巢	126
焗禾花雀	127
雪甲红雀丝	128
凤肝焗花雀	129
焗禾花雀	129
炸禾花雀	130
蜆鸭花胶炖三蛇	131

双菇炖南蛇	132
冬笋蛎蛇丝	132
五彩炒蛇丝	133
炖禾虫	134
虾子冬笋炆兔	135
滷汁焗兔	135
生烩老猫公	136
冬笋炆猫肉	137
北菇炖葵鼠	137
马蹄煲葵鼠	138
红扣果子狸	138
珊瑚锦绣蛋	139
凤眼脆鹌蛋	140
珊瑚锦绣蛋	140

五、海鲜水产类

碧绿桂鱼卷	142
家乡酿全鱼	143
油浸鲜鱼	143
葱油鱼块	144
松子鱼	145
酱味烤海鱼	145
鲜菇滑鱼球	146
焗金钱片	146
鲜笋炒生鱼片	147
蒜心生鱼片	148
鲜菇鱼片	148
麒麟鱼	149
蒸生鱼	150
西洋菜蜜枣煲生鱼	150
清蒸加州鲈	151

锅贴鲈鱼	152
干煎鱼饼	152
鱼片蒸蛋	153
麒麟鲈鱼	153
粟米鲈鱼块	154
香滑鲈鱼球	155
蚝油网鲍片	155
煎封鲳鱼	156
红焖明鲍	157
鱼茸蒸豆腐	157
五柳鲩鱼	158
生炒鲩鱼片	159
菊花鱼	159
熏 鱼	160
吉列斑块	160
山斑鱼腐煲瘦肉	161
黄龙硃砂斑	161
夜香石斑球	162
碧绿鳧鱼卷	163
红烧松鱼头	163
生焖鲜鱼	164
蒜子焖鲳鱼	165
白汁海棠鱼	166
豉油蒸鲮鱼	167
生炊鲳鳊鱼	167
清蒸鲑鱼	168
油浸乌鱼	169
榄仁杂锦墨鱼	170
三色鲜墨鱼	170
扫把魷鱼	171

油泡廉鱿	172
炒麦穗花鱿	172
白灼鲜鱿鱼	173
豆豉炒鲜鱿	174
杏元鸡脚炖海狗	174
红烧海狗鱼	176
虾子扒汽参	176
什锦烩参丝	177
红焖刺参	178
瓦罉焗蟹	179
鸳鸯羔蟹	179
香汁炒蟹	180
蟹肉炒鲜菇	181
蟹肉扒鲜菇	181
酥炸蟹合	182
红扣水鱼	183
银针插牡丹	184
蟹肉烧秋茄	184
蟹烧通菜	185
蟹扒豆苗	186
蟹黄生翅	186
蒸大红羔蟹	187
蟹肉一品瓜	187
醋溜肉蟹	188
生炖龙虾	188
白菜扣虾	189
鲜虾扒豆苗	190
腰果虾仁	191
菠萝明虾片	191
油泡鲜虾仁	192

油泡虾球	192
干煎虾碌	193
窝贴明虾	194
虾仁炒鲜奶	195
美极鸡尾虾	195
蚝油虾球	196
香麻虾球	197
吉利虾球	197
碧绿酿虾扇	198
鲜虾琼山豆腐	198
夜香虾仁	199
白灼东风螺	200
香炒山瓜子	200
油泡螺球	201
菜远玉簪田腿	201
冬瓜瑶柱炖田鸡	202
豉汁蟳龙鳝	203
蒜子煲黄鳝	204
网油扣鳝	204
清炖白鳝	205
红焖花锦鳝	206
炒黄鳝丝	207

六、素菜类

蚝油鲜菇	208
碧绿扒三菇	208
扒瓢竹笋筒	209
花菇烧生筋	210
红菱扒冬菇	211
椰花金钱菇	211