

● 石晓 石英 吴迪 编著

# 家庭

## 汤菜



○ 新华出版社

# 家庭汤菜

石晓 石英 吴迪 编著

京新登字(110)号

**家庭汤菜**

石晓 石英 吴迪 编著

•  
新华出版社出版发行

新华书店经销

昌平第二印刷厂印刷

•  
787×1092毫米 32开本 6.875印张 插页×张 140,000字

1991年9月第一版 1992年10月北京第二次印刷

印数8800—20000册

ISBN 7-5011-1423-4/G·496 定价：2.90元

## 内容简介

汤，在中国菜肴中占一定的重要位置，在配制美味佳肴时，习惯讲“几菜一汤”，家庭饮食生活中亦常用，本书内容介绍了200多种汤菜的制做方法。这些汤菜，取材容易，制作方便，营养丰富，受人喜爱。可帮助您掌握烹制汤菜的技巧，充实小家庭餐桌的花样，提高小家庭美食的享受。

## 编者的话

随着我国经济的发展，城乡人民的生活水平不断提高，人们的生活越加丰富多采，家庭饮食越来越受到人们的重视。为了使广大读者获得家庭自制美食的乐趣，我们从我国大多数人目前的生活水平和饮食习惯出发，特编写了这套《实用家庭美食小丛书》，分家庭烹调常识、家庭菜谱、家庭汤菜、家庭小菜制作、家庭主食五册出版。

这套小丛书内容丰富，简明扼要，文字通俗易懂，易于掌握和使用。它最明显的特点是实用，可作为广大读者家庭生活常备之书。

由于我们水平有限，编写中难免有不妥之处，望广大读者给予批评指正。

编者

## 目 录

### 一、鸡鸭类

- 1 清炖全鸡汤..... ( 1 )
- 2 清蒸全鸡..... ( 2 )
- 3 三镶盐子..... ( 3 )
- 4 母子鸡汤..... ( 4 )
- 5 瓦罐鸡汤..... ( 5 )
- 6 月母鸡汤..... ( 5 )
- 7 乌鸡白凤汤..... ( 6 )
- 8 清炖鸡参汤..... ( 7 )
- 9 老母鸡汤..... ( 8 )
- 10 银杏炖鸡..... ( 8 )
- 11 刷把鸡..... ( 9 )
- 12 枸杞蒸鸡..... ( 10 )
- 13 玻璃鸡片..... ( 11 )
- 14 鸡片芦笋汤..... ( 12 )
- 15 鸡片莲子汤..... ( 13 )
- 16 鸡块清汤..... ( 14 )

- 17 鸡茸豆花汤..... ( 14 )
- 18 鸡蓉鲜桃瓢..... ( 15 )
- 19 鸡茸口蘑汤..... ( 16 )
- 20 鸡糕汤..... ( 17 )
- 21 珍珠三鲜汤..... ( 18 )
- 22 蘑菇凤爪汤..... ( 19 )
- 23 香菇翅爪汤..... ( 19 )
- 24 鸡杂汤..... ( 20 )
- 25 冬菇鸡球汤..... ( 21 )
- 26 豆苗氽凤肝..... ( 22 )
- 27 鸡血酸辣汤..... ( 22 )
- 28 金酸辣汤..... ( 24 )
- 29 鸡汤素烩..... ( 24 )
- 30 响铃鸭子汤..... ( 25 )
- 31 虫草鸭子..... ( 26 )
- 32 清蒸火把鸭..... ( 27 )
- 33 太白鸭子..... ( 28 )
- 34 雪笋鸭块汤..... ( 29 )
- 35 鸭泥腐皮..... ( 30 )
- 36 口蘑鸭舌汤..... ( 31 )
- 37 奶汤鸭舌干贝..... ( 32 )
- 38 原汤石籽..... ( 32 )
- 39 清汤鸭掌..... ( 33 )
- 40 醋椒鸭架汤..... ( 34 )

- 41枸杞雏鸽汤..... ( 35 )  
42陈皮干贝鹤鹑汤..... ( 35 )

## 二、海鲜水产类

- 43奶汤海参..... ( 37 )  
44酸辣海参..... ( 38 )  
45蝴蝶海参..... ( 39 )  
46酸辣海参肺片汤..... ( 40 )  
47胡辣海参汤..... ( 41 )  
48干贝清汤..... ( 42 )  
49白萝卜干贝汤..... ( 42 )  
50虾仁豆腐汤..... ( 43 )  
51玻璃虾..... ( 44 )  
52龙井虾仁汤..... ( 45 )  
53三丝汤..... ( 46 )  
54清汤鱿鱼方..... ( 47 )  
55清汤金钱鱿鱼..... ( 48 )  
56鱿鱼须冬瓜汤..... ( 49 )  
57氽三鲜..... ( 49 )  
58三鲜汤..... ( 50 )  
59砂锅什锦..... ( 51 )  
60什锦火锅..... ( 52 )  
61乌鱼汤..... ( 53 )



- 62 烩乌鱼蛋..... ( 53 )
- 63 清蒸田鸡..... ( 54 )
- 64 羊肉汤氽蛤蜊..... ( 55 )
- 65 河蚌肉汤..... ( 56 )
- 66 蚌肉冬瓜汤..... ( 57 )
- 67 海米白菜汤..... ( 58 )
- 68 海米三鲜汤..... ( 59 )
- 69 清汤海底松..... ( 59 )
- 70 鸽蛋海底松..... ( 60 )
- 71 月映珊瑚..... ( 61 )
- 72 鲜贝丸子汤..... ( 62 )
- 73 清蒸元鱼..... ( 63 )
- 74 清炖甲鱼..... ( 64 )
- 75 甲鱼冬瓜球..... ( 65 )
- 76 萝卜丝鲫鱼汤..... ( 66 )
- 77 鲫鱼豆腐汤..... ( 67 )
- 78 芙蓉鲫鱼..... ( 68 )
- 79 鱼羊鲜汤..... ( 69 )
- 80 鲫鱼笋汤..... ( 70 )
- 81 奶油桂鱼汤..... ( 70 )
- 82 鸡茸鲛鱼汤..... ( 71 )
- 83 鳝鱼粉丝汤..... ( 72 )
- 84 鳝鱼附蛋汤..... ( 72 )

- 85 鱼蓉百奶羹..... ( 73 )
- 86 羊肉汤氽鲤鱼块..... ( 75 )
- 87 鱼羹菊花锅..... ( 75 )
- 88 清汤虾丸..... ( 77 )
- 89 清汤鱼丸..... ( 78 )
- 90 鱼丸豆腐汤..... ( 79 )
- 91 酸菜鱼片..... ( 80 )
- 92 醋椒鱼片汤..... ( 81 )
- 93 清汤燕菜卷..... ( 82 )
- 94 口蘑鱼卷汤..... ( 83 )
- 95 酸辣鱼骨汤..... ( 84 )

### 三、肉 类

- 96 辣味榨菜肉丝汤..... ( 85 )
- 97 番茄肉片汤..... ( 86 )
- 98 肉花汤..... ( 86 )
- 99 菠菜丸子汤..... ( 87 )
- 100 生氽丸子汤..... ( 88 )
- 101 海带丝汤..... ( 89 )
- 102 火腿银耳汤..... ( 90 )
- 103 罐汤..... ( 90 )
- 104 丝瓜瘦肉汤..... ( 91 )
- 105 黄瓜氽里脊片..... ( 92 )

- 106 榨菜肉丝汤..... ( 92 )
- 107 口蘑氽里脊片汤..... ( 93 )
- 108 火腿炖鞭节笋..... ( 94 )
- 109 排骨汤..... ( 95 )
- 110 白汤 (奶汤) ..... ( 96 )
- 111 海带小排汤..... ( 96 )
- 112 排骨冬瓜汤..... ( 97 )
- 113 杏仁银肺..... ( 98 )
- 114 清汤银肺..... ( 99 )
- 115 清汤双脆..... ( 100 )
- 116 清炖肚子汤..... ( 101 )
- 117 玻璃肚头..... ( 101 )
- 118 汤爆肚头..... ( 102 )
- 119 氽腰片汤..... ( 103 )
- 120 肝糕汤..... ( 104 )
- 121 氽猪肝汤..... ( 105 )
- 122 川冬菜肝腰汤..... ( 105 )
- 123 口蘑腰片汤..... ( 106 )
- 124 酸辣蹄筋..... ( 107 )
- 125 清汤蹄燕..... ( 108 )
- 126 三片汤..... ( 109 )
- 127 扣三丝汤..... ( 110 )
- 128 甩绣汤..... ( 111 )

- 129 番茄牛尾汤..... ( 111 )
- 130 花生米牛肉汤..... ( 112 )
- 131 山药牛肉汤..... ( 113 )
- 132 番茄牛肉汤..... ( 114 )
- 133 土豆牛肉汤..... ( 114 )
- 134 冬瓜羊肉汤..... ( 115 )
- 135 附片炖羊肉..... ( 116 )
- 136 余里脊片..... ( 117 )
- 137 余千里风..... 118 )
- 138 清汤牛肉..... ( 119 )
- 139 五滋汤..... ( 119 )
- 140 酸辣肚丝汤..... ( 121 )

#### 四、蛋 类

- 141 番茄鸡蛋汤..... ( 122 )
- 142 紫菜蛋花汤..... ( 123 )
- 143 什锦蛋丁汤..... ( 123 )
- 144 酸辣蛋花汤..... ( 124 )
- 145 腐乳卤蛋汤..... ( 125 )
- 146 翻身鸡蛋汤..... ( 126 )
- 147 开洋紫菜蛋汤..... ( 127 )
- 148 家常蛋汤 (一) ..... ( 128 )
- 149 家常蛋汤 (二) ..... ( 129 )

- 150 白菜蛋汤..... (129)
- 151 木樨汤 (清真) ..... (130)
- 152 蛋豆腐汤..... (131)
- 153 菊花鸡蛋汤..... (132)
- 154 平菇鸡蛋汤..... (132)
- 155 豌豆苗蛋花汤..... (133)
- 156 什锦蛋花汤..... (134)
- 157 菠菜鸡蛋汤..... (134)
- 158 甜味蛋花汤..... (135)
- 159 煎蛋汤..... (136)
- 160 雪菜酸辣蛋花汤..... (136)
- 161 虾皮韭菜鸡蛋汤..... (137)
- 162 酸味鸡蛋汤..... (138)
- 163 鸽蛋银耳汤..... (138)
- 164 云片竹笋汤..... (139)

## 五、豆腐、豆制类

- 165 白滑豆腐汤..... (141)
- 166 砂锅豆腐 (一) ..... (142)
- 167 砂锅豆腐 (二) ..... (143)
- 168 菠菜口袋豆腐汤..... (144)
- 169 烫豆腐..... (144)
- 170 荷包豆腐..... (145)

- 171 莲蓬豆腐汤..... ( 146 )
- 172 菠菜豆腐汤..... ( 147 )
- 173 清汤白玉饺..... ( 148 )
- 174 香露豆腐脑..... ( 149 )
- 175 菊花豆腐汤..... ( 150 )
- 176 口蘑豆腐汤..... ( 151 )
- 177 珍珠豆腐汤..... ( 152 )
- 178 三鲜豆腐羹..... ( 152 )
- 179 菱角豆腐..... ( 153 )
- 180 翡翠白玉汤..... ( 154 )
- 181 五彩豆腐汤..... ( 155 )
- 182 一品豆腐汤..... ( 156 )
- 183 素酸辣汤..... ( 157 )
- 184 冻豆腐汤..... ( 158 )
- 185 油豆腐黄豆芽汤..... ( 158 )
- 186 煨黄豆汤..... ( 159 )
- 187 煮干丝..... ( 160 )
- 188 清汤素鸽蛋..... ( 161 )
- 189 素鱿鱼汤..... ( 162 )
- 190 粉丝汤..... ( 163 )

## 六、菜蔬类

- 191 开水白菜..... ( 164 )

- 192 火腿白菜卷汤 ..... ( 165 )
- 193 神仙白菜汤 ..... ( 165 )
- 194 冬瓜盅 ..... ( 166 )
- 195 火腿冬瓜汤 ..... ( 167 )
- 196 清汤素燕菜 ..... ( 168 )
- 197 清汤冬瓜燕 ..... ( 169 )
- 198 丝瓜汤 ..... ( 169 )
- 199 蕃茄丝瓜汤 ..... ( 170 )
- 200 豌豆苗魔芋汤 ..... ( 171 )
- 201 酸辣汤 ..... ( 172 )
- 202 土豆浓汤 ..... ( 173 )
- 203 土豆清汤 ..... ( 174 )
- 204 酸辣泡菜蚕豆汤 ..... ( 175 )
- 205 椒油菜汤 ..... ( 175 )
- 206 黄瓜银耳汤 ..... ( 176 )
- 207 茉莉银耳汤 ..... ( 176 )
- 208 清汤银耳 ..... ( 177 )
- 209 冰糖银耳 ..... ( 178 )
- 210 三丝紫菜汤 ..... ( 179 )
- 211 双菇竹笋汤 ..... ( 179 )
- 212 清汤竹笋 ..... ( 180 )
- 213 瓢竹荪汤 ..... ( 181 )
- 214 清汤竹荪 ..... ( 182 )

215	清汤茉莉竹荪 .....	(183)
216	原汤冬菇 .....	(183)
217	冬菇苋菜汤 .....	(184)
218	口蘑竹笋汤 .....	(185)
219	口蘑锅巴汤 .....	(186)
220	鲜蘑菇竹笋锅巴汤 .....	(187)
221	清汤苦瓜 .....	(188)
222	奶汤南瓜尖 .....	(189)
223	奶汤素烩 .....	(190)
224	素什锦汤 .....	(191)
225	奶油菜花汤 .....	(192)
226	虾皮萝卜丝汤 .....	(192)
227	蘑菇奶油汤 .....	(193)
228	大菜汤 .....	(193)
229	雪菜笋汤 .....	(194)
230	黄瓜汤 .....	(195)

### 附录：几种汤的制法

1	清汤 .....	(196)
2	奶汤 .....	(197)
3	鸡汤 .....	(198)
4	普通汤 .....	(198)
5	卤汤 .....	(199)



6 素汤..... ( 200 )