

拿手菜 400 例

白厚军 汪 苏 编

中国农业出版社



拿手菜 400 例

白厚军 汪 苏 编

中国农业出版社

拿手菜 400 例

白厚军 汪 苏 编

* * *

责任编辑 江 蓉 潘启贤

中国农业出版社出版 (北京市朝阳区农展馆北路 2 号)

新华书店北京发行所发行 中国农业出版社印刷厂印刷

787mm × 1092mm 32 开本 8.25 印张 186 千字

1995 年 12 月第 1 版 1997 年 2 月北京第 2 次印刷

印数 7 001—17 000 册 定价 11.00 元

ISBN 7-109-03798-3/Z·378

目 录

素 菜 类

扒奶汁白菜	1
炒洋白菜	1
素烧卷心菜	2
拌卷心菜	2
大油烧油菜	3
虾米烧菜心	3
烧青菜	4
干烧菜头	4
鱼香油菜苔	5
虾油菠菜	5
炒芹菜	6
生煨豆苗	6
生煨枸杞	7
炒苋菜	7
炒薺菜	7
肉松番茄	8
奶油番茄	8
炒茄丝	9
酱爆茄子	9

辣味茄丝	10
油焖茄子	10
煎镶鲜茄子	11
炒柿子椒	12
黄瓜炒子虾	12
奶油冬瓜条	13
雪菜冬瓜汤	13
酱汁扁豆	14
青椒香干炒毛豆	14
白油烩豌豆	15
素炒黄豆芽	15
青煸鲜蚕豆	16
葱油发芽豆	16
糖醋胡豆	16
什锦薯饼	17
咖喱洋山芋	17
葱油洋芋茼	18
炒鲜茼笋	18
麻酱茼笋尖	19
虾子竹笋	19
炒雪笋	20
干烧笋	20
油焖笋	21
麻辣茭白	21
油焖茭白	22
糖醋炒藕丝	22
锅塌豆腐	22

扒豆腐盒	23
卤煮豆腐	24
炒豆腐松	24
丝瓜豆腐	25
胡葱豆腐	25
盐挤烧豆腐	26
香椿拌豆腐	26
蘑菇炖豆腐	26
家常镶豆腐	27
麻辣豆腐	27
朱砂豆腐	28
番茄烧豆腐	28
烧素肉圆	29
炒腐衣	29
炒素三丝	30
芹菜拌干丝	31
绿豆芽拌干丝	31
青椒拌干丝	31
炒素丝	32
煮干丝	32
烩腐竹	33
滑面筋	33
溜面筋	33
炒素鱼片	34

肉 类

黄焖肘子	36
------	----

汤烧肘子	37
锅烧肘子	37
水晶肘子	38
白果烧肉	39
红烧牛头方	39
锅烧牛肉	40
红烧舌尾	41
烧紫盖	41
红烧蹄筋	42
冬瓜球烧肚块	42
红烧猪脑	43
扣肉	44
虎皮扣肉	44
冬菜扣肉	45
粉蒸肉	46
粉蒸牛肉	46
清蒸炉肉	47
扒肉条	47
荷叶粉蒸肉	48
凤鸡炖狮子头	48
鱼香肉片	49
过油肉	50
姜芽炒里脊片	50
炒肉丝	51
榨菜肉丝	52
冬笋炒肉丝	52
冬笋炒里脊丝	53

京酱肉丝.....	54
干煸牛肉丝.....	54
炒肉丁.....	55
辣子肉丁.....	55
青椒炒肉丁.....	56
豉椒炒腰花.....	57
青瓜炒猪肝.....	57
芹菜炒猪心.....	58
冬菜肉末.....	59
麻辣猪肝.....	59
鱼香猪肝.....	60
炒猪肝.....	61
官保腰块.....	61
鱼香腰花.....	62
泡菜炒肉末.....	63
软溜肉片.....	63
焦溜肉片.....	64
咕老肉.....	64
滑溜肉片.....	65
锅巴肉片.....	65
酱爆肉.....	66
油炮肚仁.....	67
油炮双脆.....	67
盐爆里脊.....	68
盐炮双脆.....	69
火爆肚头.....	69
汤泡双脆.....	70

软炸肉	71
炸猪排	71
炸叉烧肉	72
软炸腰花	72
软炸里脊	73
酥炸牛肉丸	73
烩两丁	74
烹白肉	75
山东丸子	75
九转大肠	76
盐煎肉	77
蒜泥白肉	77
豆渣猪头	78
清炖酥肉	78
四喜肉	79
砂锅蟹黄狮子头	79
蜜汁火方	80
川双脆	81
咸炖鲜	82
砂锅牛腩子	82
葱油爆肚球	83
蚝油牛肉	84
水煮柳肉	84

鸡 类

口蘑蒸鸡	86
香酥鸡	86

炸八块·····	87
软炸鸡·····	88
炸山鸡塔·····	88
炸芝麻桃仁鸡·····	89
清炸肫肝·····	90
叉烧鸡·····	90
锅煽鸡·····	91
酱爆田鸡腿·····	92
全爆·····	92
鸡里爆·····	93
鲜核桃仁爆鸡丁·····	94
炒芙蓉鸡片·····	94
夜来香花炒鸡丝·····	95
炒什件·····	95
清炒生鸡丝·····	96
炒雀脯·····	97
鸡豆花·····	97
炒龙凤丝·····	98
豆苗炒鸡片·····	99
鸡粥豌豆苗·····	99
炒辣子鸡·····	100
烩生鸡丝·····	101
烩两鸡丝·····	101
鸡里脯·····	102
糖醋鸡卷·····	102
油淋笋鸡·····	103
碎米鸡丁·····	104

月母子鸡	104
元汤冬菇鸡翼	105
金钱鸡塔	105
烩鸡糕	106
姜汁热窝鸡	107
黄土烤鸡	108
砂锅原炖鸡加云蛋	109
吐司虾鸽蛋	110
蚝油焗嫩鸡	110
咖喱鸡块	111
凤足炖冬菇	112

鸭 类

香酥鸭子	113
桃仁酥鸭	114
干靠鸭子	114
柴把鸭子	115
酒蒸鸭子	116
八宝鸭子	116
锅烧鸭子	117
清蒸鸭子	118
黄酒焖鸭	118
冬菜红扒填鸭	119
锅巴鸭子	119
京葱扒野鸭	120
烩鸭条	121
烩鸭丁腐皮	122

炒野鸭脯	122
辣子鸭丁	123
油炮鸭丁	123
糟溜鸭肝	124
黄焖鸭肝	125
炒鸭肝	125
炒什件	126
糟溜鸭三白	126
炸鸭肫肝	127
烩鸭四宝	127
芙蓉鸭腰	128
炒鸭杂拌	128
炒鸭肠	129
炒鸭心口蘑	130
葱炮鸭心	130
油炮肫花	131
官保鸭心	131
溜鸭肝	132
烧鸭掌舌	133
烩野鸭羹	133

鱼 类

红烧鱼	135
干烧鱼	135
红烧海上鲜	136
叉烧桂鱼	137
锅烧鱼	138

芹黄烧鱼条	139
红烧鳊鱼段	139
锅烧鲫鱼卷	140
雪菜干烧鲫鱼	141
红烧元鱼	141
清蒸鱼	142
清蒸桂鱼	143
干蒸活鱼	143
三丝蒸桂鱼	144
清蒸白鳊	145
清蒸鲥鱼	146
拖蒸黄鱼	146
豆瓣鱼	147
五柳鱼	148
糖醋鱼	148
糖醋鱼卷	149
煎转黄鱼	150
家常熬黄鱼	150
赛螃蟹	151
炒鲑鱼卷	152
呛虎尾	152
炒软兜代粉	153
炸高力鱼条	154
松鼠鱼	155
烧熏大黄鱼	155
荷包鲫鱼	156
呛班指	157

果汁桂鱼158

软炸鱼条158

虾 类

油焖大虾160

炸烹大虾160

软炸大虾161

清炒虾仁162

番茄虾片162

芙蓉虾仁163

高力虾球164

溜虾段164

炸龙井虾165

炸板虾165

锅巴虾仁166

炸珍珠虾167

蚕豆炒虾仁168

水晶虾饼168

炒虾腰169

余龙井虾仁170

合子蟹170

干煎大虾碌171

油泡鲜虾仁172

菜芜炒虾片172

海 味 类

山东海参174

葱烧海参	174
酿开乌参	175
蝴蝶海参	176
雪花海参	177
清汤燕菜	178
清汤银耳	178
桂花干贝	179
冰糖银耳	179
红扒熊掌	180
通天鱼翅	181
砂锅鱼翅	182
红烧鱼唇	183
白汁鱼肚	183
鲍鱼扒龙须菜	184
菊花鱼锅	184
什锦火锅	185
红烧紫鲍	186
龙井鲍鱼	186
清汤鲑鱼方	186
爆炒鲑鱼卷	187
烩乌鱼蛋	188
砂锅什锦	188

蛋、甜菜及汤类

香椿烘蛋	190
芙蓉煎滑蛋	190
叉烧炒蛋	191

象眼鸽蛋	192
鱼片蒸蛋羹	192
酿苹果	193
蜜汁山药段	194
蜜汁金枣莲子	194
拔丝苹果	195
琥珀莲子	195
玫瑰锅炸	196
花生酪	197
蜜汁薯球	197
核桃酪	198
西瓜酪	198
蜜汁凉桃	199
口蘑锅巴汤	199
奶汤	200
鸡汤	201
口蘑芙蓉蛋汤	201
竹荪鸽蛋汤	201
糟酒制法	202
全酸辣汤	202
清汤荷包鱼肚	203
清汤全家福	204
奶汤干贝菜花	204
鲫鱼豆腐汤	205
三色鱼丸汤	206
荷花鸡汤	206
肝糕汤	207

清汤双脆	208
杏仁银肺汤	208
榨菜肉丝汤	209
连锅汤	209

凉 菜

怪味鸡	210
姜汁鸡块	210
红油鸡	211
米熏鸡	211
陈皮鸡	212
棒棒鸡	212
风鸡	213
桶子鸡	214
芥茉鸭掌	214
盐水肫	215
葱烧鸭肝	215
五香鱼	216
爆腌鱼	216
拌鱼片	217
酥鲫鱼	218
葱辣鱼条	218
陈皮鳝鱼	219
花椒田鸡腿	220
靠大虾	220
水晶虾片	221
油爆小虾	221