

赵增越 主编

中国著名风味小吃荟萃

中国建材工业出版社



(京)新登字 177 号

内容提要

这是一本为广大家庭和国营、个体餐饮业提供风味小吃制法和有关知识的实用性读物。它总共介绍了全国所有省市自治区的近 300 种风味小吃的烹调方法。其文字力求通俗、具体；其制法力求简单、易行；其原料力求常见、便易。广大读者既可边学边做，又可了解有关各种小吃的渊源和特点。适合广大烹饪爱好者学习、参考。

中国著名风味小吃荟萃

*

中国建材工业出版社出版

(北京市百万庄国家建材局内 邮编:100831)

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京海淀区军峰电子产品公司 排版

通县京华印刷厂印刷

*

开本:787×1092 印张:8.25 字数:170 千字

1993 年 6 月第一版第一次印刷

印数:5000 册

ISBN 7-80090-163-7/Z·76 定价:6.80 元

序 言

北京实验大学烹饪系副主任 贡秀华

小吃是中国烹饪的重要组成部分,历史悠久、品类丰富、外观精美、讲究风味,渗透了中国传统的文化特色,是千百年来中国饮食文化的结晶。我国各地区、各民族的小吃大约有数千种之多,其色、香、味、型、营养各有独到之处。本书从中国小吃的大千世界中,精选出近 300 种,值得广大烹饪工作者,爱好烹调技术的人一阅。

我认为,这本书有三个特点。

首先,它虽然是一本普通的食谱,却不乏深厚的文化气息。在叙述每种小吃的制法前,都尽量地介绍一些该小吃的渊源、掌故或者特色,其中有一些是烹饪史教科书上所没有的。这样既可以引发一般读者的兴趣、使大家在学做小吃的同时还能了解一些饮食历史知识,又可以为烹饪专业工作者提供一些研究的线索。

其次,这本书中所收录的小吃的用料及制法,有一定的代表性。从地域讲,它们来自包括台湾在内的我国所有省、市、自治区;从原料讲,这些小吃用到了肉类、禽蛋、水产、粮食、蔬菜、水果及豆制品等许多品类的主配料;从成熟方法讲,蒸、

煮、炸、烙、烤、煎、爆、炒等烹调技法均有涉及。

第三,本书虽称“著名”,但在编撰过程中,编者的目光没有面向那些用名贵的原料或特殊的工具、制法烹制成的所谓“名肴”、“大菜”,而是注意到了著名与实用相结合,重在反映地方风味与特色。一些来自少数民族的小吃,都基本保持了原来的风貌。当然,制法简单、原料易备、因地制宜、因时制宜也是中国小吃的特色,是小吃所以能代代相传、流传至今的原因之一。

这本书的编者赵增越同志是一位青年编辑,他的外祖父是清宫御膳房的厨师,由于这个原因,他一直对中国烹饪的制法和其内涵的文化怀有特别浓厚的兴趣。他用了大量的业余时间深入饭庄、酒店,广征博采各方小吃编成此书,无疑是为读者做了一件好事。

预祝这本书呈现到广大读者面前的时候,能受到您的喜爱。

1992 年底于北京

目 录

华北风味

千层糕	(1)	芝麻卷糕	(22)
银丝卷	(2)	豆面糕	(23)
三鲜烧麦	(3)	八宝莲子粥	(24)
锅贴	(4)	八宝油茶	(25)
馄饨	(5)	八宝茶汤	(26)
炸三角	(7)	杏仁茶	(27)
焦圈	(8)	面茶	(27)
薄脆	(9)	豆汁	(28)
蜜麻花	(10)	炒疙瘩	(29)
姜酥排岔	(11)	扒糕	(30)
芝麻酱烧饼	(13)	小漏鱼	(31)
马蹄烧饼	(14)	豆腐脑	(32)
螺蛳转	(15)	老豆腐	(33)
褡裢火烧	(16)	江米藕	(34)
一品烧饼	(17)	水乌他	(34)
糖火烧	(18)	小窝头	(35)
奶油炸糕	(19)	芸豆卷	(36)
元宵	(19)	细豌豆黄	(38)
艾窝窝	(20)	杏仁豆腐	(39)
炸年糕坨	(21)	苏造肉	(39)

卤煮小肠·····	(41)	羊肉粥·····	(72)
灌肠·····	(43)	腊八粥·····	(73)
白汤杂碎·····	(45)	饶阳豆腐脑·····	(74)
炒肝·····	(46)	“上岗子”面茶·····	(75)
水爆肚·····	(47)	栗子凉糕·····	(76)
“狗不理”包子·····	(49)	贴饽饽熬小鱼·····	(76)
“石头门”坎素包·····	(51)	“曹记”五香驴肉·····	(77)
“芝兰斋”糕干·····	(52)	太谷饼·····	(78)
“白记”牛肉水饺·····	(53)	石头饼·····	(79)
“明顺斋”什锦烧饼·····	(54)	闻喜煮饼·····	(79)
“桂发祥”什锦麻花·····	(55)	蒸黄·····	(80)
枣塔·····	(57)	莜面拨烂子·····	(81)
百果碗糕·····	(58)	龙玉面饺·····	(81)
杜称奇火烧·····	(58)	刀削面·····	(82)
十大酥·····	(59)	拨鱼儿·····	(82)
吊炉一品烧饼·····	(61)	哈达饼·····	(83)
“王记”剪子股麻花·····	(62)	鲜奶螺旋酥·····	(84)
“陆记”烫面炸糕·····	(63)	蒙古馅饼·····	(84)
元宝酥·····	(64)	手抓羊肉·····	(85)
炸蚂蚱·····	(65)	醍醐·····	(86)
炸银鱼·····	(66)	奶茶·····	(86)
煎饼果子·····	(66)	马奶酒·····	(86)
煎“焖子”·····	(67)	饶阳金丝杂面·····	(87)
“耳朵眼”炸糕·····	(68)	混糖锅饼·····	(87)
麻团、凉果·····	(69)	棋子烧饼·····	(88)
“大福来”嘎巴菜·····	(70)		

东北风味

杀生鱼·····	(89)	豆馅烧饼·····	(94)
烤肉·····	(89)	锅烙·····	(94)
鹿肉干·····	(90)	三鲜烙盒·····	(95)
白鱼水饺·····	(90)	拨鱼儿面·····	(96)
朝鲜冷面·····	(90)	糖皮裸子·····	(96)
打糕·····	(91)	炉篦裸子·····	(97)
萨其玛·····	(92)	松塔麻花·····	(97)
缸炉椒盐饼·····	(92)	蝙蝠麻花·····	(98)
筋饼·····	(93)	油炸糕·····	(98)

中原风味

枣锅魁·····	(99)	瓢包·····	(103)
小焦杠油条·····	(100)	荆芥面托·····	(103)
鸡蛋布袋·····	(100)	鸡丝卷·····	(104)
粘面墩·····	(101)	凤球包子·····	(104)
八宝馒头·····	(102)	武陟油茶·····	(106)

华中风味

东坡饼·····	(107)	五叶梅·····	(112)
油墩·····	(109)	重油烧卖·····	(113)
猪油面排·····	(110)	红糖蛋油面·····	(114)
樊城薄刀·····	(111)	鳝鱼大面·····	(114)

热干面	(115)	三合汤	(120)
秭归粽子	(117)	糊辣汤	(121)
荆州八宝饭	(118)	糍粑	(122)
炒米粉	(119)	珍珠丸子	(123)
伏汁米酒	(119)		

华东风味

周村酥烧饼	(124)	蟹黄包子	(139)
武城暄饼	(125)	翡翠烧卖	(140)
油旋	(125)	黄松糕	(140)
潍县杠子头火烧	(126)	桂花甜酒酿	(141)
呱嗒	(127)	大救驾	(141)
糖酥煎饼	(128)	小红头	(142)
高汤小饺	(129)	小笼渣肉蒸饭	(143)
锅贴	(129)	黄豆肉棵	(144)
福山拉面	(130)	徽州饼	(145)
蓬莱小面	(131)	五香狗肉	(146)
鸡肉糝	(132)	鱼皮蟹黄饺	(146)
苏式月饼	(133)	深渡包袱	(147)
黄桥烧饼	(134)	酥鸭面	(148)
淮安茶馓	(135)	虾籽面	(148)
三丁包子	(136)	吴山酥油饼	(149)
红油爆鱼面	(137)	葱包桧儿	(150)
五香茶叶蛋	(138)	候口馒首	(152)
蛋面衣	(139)	龙凤金团	(153)

嘉兴鲜肉粽子	(154)	芋屯	(168)
虾爆鳝面	(155)	棺材板	(169)
猫耳朵	(156)	客家八宝粽	(169)
温州豆沙汤团	(157)	马拉糕	(170)
西湖藕粥	(158)	天妇罗	(171)
鱼肉皮子馄饨	(159)	蟹壳黄	(171)
西施舌	(160)	南翔馒头	(173)
包心鱼丸	(161)	虾肉蒸馄饨	(174)
土笋冻	(162)	蒸拌冷面	(174)
薄饼	(163)	重阳糕	(175)
汀州豆腐干	(165)	小绍兴鸡粥	(176)
马蛋	(165)	开洋葱油面	(177)
蚝煎	(166)	定胜糕	(177)
龙须线面	(167)	虾肉烧卖	(178)
韭菜盒	(168)		

华南风味

成珠鸡仔饼	(179)	鱼生粥	(186)
煎堆	(180)	生煎番茄饼	(187)
艇仔粥	(182)	老友面	(188)
蛋卷	(184)	牛肉丸	(188)
及第粥	(184)	棕粿	(189)
凉冻菠萝酪	(185)	花米饭	(189)
佛水淮山泥	(185)	海南煎饼	(190)

西北风味

石子馍	(191)	肉火烧	(198)
牛羊肉泡馍	(192)	马杂碎	(198)
榆林炸豆奶	(193)	酿皮	(199)
蒲城椽头馍	(194)	泡油糕	(199)
兰州牛肉拉面	(194)	甜醅	(200)
臊子面	(195)	羊肉抓饭	(200)
陇西烧鸡粉	(196)	新疆烤羊肉串	(201)
烩羊杂碎	(197)	烤鱼	(201)
油香	(197)	艾西姆桑扎	(202)

西南风味

韩包子	(203)	波丝油糕	(214)
九园包子	(204)	江北提丝发糕	(215)
破酥包子	(205)	蛋烘糕	(216)
痣胡子龙眼包子	(205)	鲜花饼	(217)
钟水饺	(207)	蝴蝶酥	(218)
南瓜蒸饺	(208)	牛肉焦饼	(219)
龙抄手	(208)	核桃酥饼	(220)
牛肉抄手	(210)	锅魁	(221)
鸡丝春卷	(211)	担担面	(224)
玻璃烧卖	(212)	牌坊面	(224)
鸡汁锅贴	(213)	宋嫂面	(225)
韭菜合子	(213)	新都银丝面	(226)

豆花面	(227)	炖鸡米粉	(237)
甜水面	(228)	三合泥	(238)
什锦烩面	(228)	枇杷羹	(239)
经济凉面	(229)	治德号小笼牛肉	(239)
砂锅煨面	(230)	通江银耳羹	(240)
赖汤圆	(230)	过桥米线	(241)
珍珠圆子	(231)	乳扇	(242)
糖油果子	(232)	生皮	(243)
五香糕	(233)	遵义鸡蛋糕	(243)
叶儿粑	(234)	肠旺面	(244)
午时粑	(235)	青稞酒	(244)
凉糍粑	(236)	酥油糍粑	(245)
涪陵油醪糟	(237)	酥油茶	(245)

华北风味

千层糕(北京)

在清宫御膳房中有一种名为“千层糕”的小吃，制作精细，质地松软而富有弹性，色、香、味俱佳，适于蒸熟后热吃。因成品层次清晰美观，达 81 层之多，故名，流传至今，为北京小吃中之佼佼者。

原料：上白面粉 2.9 斤，白糖 1 斤，猪板油 3 两，碱面 1.4 钱，黄酒 1 钱，糖桂花 3 钱，青梅 1 两，金糕 1.5 两，瓜条 1 两，蜜枣 1.5 两，葡萄干 5 钱，瓜子仁 2 钱，芝麻油 2 钱（制作 20 块）

制法：1. 将 4 两面粉用干布包起来，上笼屉蒸 15 分钟取出，过箩筛去硬块。糖桂花用清水 2 钱泡后，过滤成汁。猪板油切成小丁，加黄酒和糖桂花汁放入盆内拌匀，掺在蒸好的面粉中，再加 4 两白糖拌匀，即为熟面。

2. 将 2 斤面粉用清水 1 斤和匀，使其自然发酵（面刚发起即可）。然后加入碱水和 6 两白糖揉匀，稍饧片刻，将面粉 5 两铺撒在案板上，再将饧好的发面团放在上面揉一揉。用擀面杖擀成 1 尺左右宽，2.7 尺长的面皮。左右

对折成1尺长,9寸宽的三层面皮,每层间先铺撒上熟面。接着,将面皮两头的开口压死,再擀如上尺寸的长方形,将剩下的熟面仍照上述方法撒好、折叠和擀长。此糕共需折擀4次,到第3、4次折擀时,面皮上不再撒熟面,只是稀疏地刷上少量芝麻油再进行折叠。

3. 在折叠好的糕面生坯上先刷一层凉水,再用青梅、金糕、瓜条、蜜枣、葡萄干、瓜子仁等果料摆放成图案。待锅内水烧沸后,上笼屉蒸一小时左右取出切成各种形状的小块即成。

银 丝 卷(北京)

银丝卷是北京山东风味饭馆(如丰泽园、同和居等)所特有的面点。其特点是每个银丝卷中裹有熟猪油、芝麻油、白糖和500多根很细的面丝,先蒸后烤,暄腾软和,油润甜香。

原料:上白面粉4斤,老酵(面肥)3两,白糖4.5两,碱面2钱,芝麻油9钱,熟猪油1.5两(制30个)

制法:1. 将老酵撕碎放在盆中,用1.5斤凉水(冬季用温水)调稀,加入3斤面粉和成面团,盖上湿布,使其发酵。待发起后,取5两面粉撒在案板上,将发面面团中间扒个圆坑,放入白糖,再以2钱水把碱面溶化,倒在白糖上,随即按揉均匀。

2. 将面团在案板上揉成2尺多长、2寸粗的长面条。双手持长面条的两端离开案板,将长面条中段用劲往上空一送,随之下落,如此3次,面条即被抻长。趁着长条中段刚从空中落下来时,两拳立即交叉,使面条两端搭

配在一起，拧成麻花状。然后双手持面条两端，再按上法将面条溜二三十下，直至均匀为止。紧接着将长面条对折成两根（但不拉断），放在案板上，撒上面粉，使其不粘连。再用左手握着两根面条的一端，右手手指套在两根面条的另一端，拿起来两手往左右一抻，向上一送，将面条抻长，然后放在案板上对折成4根，撒上千面粉，将并拢后的粗头揪掉，照上法再将面条抻长、对折。如此连续9次，每折一次，面条即增加一倍，至第9次时，成为512根很细的面丝。面抻好后，切成30个1.5寸长的面段，逐个码在盘里。把抻面时揪下的面头和余下面粉揉合在一起，揪成每个重8钱的面剂30个。

3. 将面剂逐个擀成3寸长、2.5寸宽、四周薄、中间厚的椭圆形面皮，每个上面横放一绺面丝段，将面皮左右两边翻起盖在面丝上，再把前后两边折卷起来，将面丝全部包严（不要包卷得太松或太紧），在汤箱内放10分钟取出，上笼蒸15分钟即熟。

三鲜烧麦（北京）

烧麦，清代称为“稍麦”。又因其形如麦梢上绽开的白花，故也曾有人称为“稍麦”。清代北京都一处的烧麦最为著名。都一处原是山西饺子馆，并无字号。据说，乾隆帝私访，曾到那里用餐，深表满意，赐名“都一处”，并亲笔写了牌匾。因此名声大振，发展成为能做各种包馅食品的饭馆。其中以三鲜烧麦、蟹肉烧麦最精，皮薄馅细，鲜美醇香，独具特色。

原料：去皮猪肉1斤，水发海参3两，对虾（或鸡蛋）2两，面粉

1.5 斤,酱油 1.2 两,黄酱 6 钱,姜末 1.3 钱,精盐 1.3 钱,黄酒 2.5 钱,味精 2 分,芝麻油 1.2 两(制 60 个)

- 制法:**1. 将猪肉洗净绞碎;水发海参去内脏,洗净;对虾去头、皮,洗净;均切成小丁(如用鸡蛋,应先以油炒好,切丁)。将猪肉末、海参丁、虾肉丁一起放在盆中,加酱油、黄酱、精盐、姜末、黄酒、味精和凉水(夏季放 2.5 两,冬季放 4 两)拌匀,再加 1.1 钱芝麻油,搅拌成馅。
2. 将 1.2 斤面粉放在盆中,加入 4.8 两开水和成面团。揉好后,搓成圆条,再揪成 60 个小面剂,并在上面稍刷一层芝麻油,以防外皮破裂。
3. 将 3 两面粉上笼蒸熟,晾凉后过箩,铺撒在案板上,用擀面槌将面剂擀成四周皱起、形如裙边的圆皮,放上 3 钱馅,轻轻将皮的边缘合拢,收口不须太紧,可露一点馅,上笼屉旺火蒸五六分钟即熟。

锅 贴(北京)

锅贴系北方传统食品,其特点是颜色黄亮油润,底面焦脆,咬时流油,馅鲜香。四季均可制作。过去以北京前门外小李纱帽胡同同福居的锅贴最为著名。

原料:牛肉(肥瘦)2 斤,净白菜 3 斤,面粉 4.4 斤,黄酱、酱油各 2 两,芝麻油 4 两,葱末 2 两,姜末 4 钱,精盐 3 钱,花椒水、花生油各 2 两(制 250 个)

- 制法:**1. 将牛肉洗净,绞成肉末,加入黄酱、酱油、精盐、花椒水搅匀。葱末、姜末放肉上,倒芝麻油一起搅拌成馅。
2. 将 4.2 斤面粉,加温水 2 斤和成面团,盖上湿布,饧 20 分钟。

3. 在案板上铺洒 2 两面粉,将饧好的面团分成几块在上面按揉光滑,搓成圆条,揪成每个 3 钱重的面剂,逐个擀成直径 1.5 寸的圆皮。每个圆皮中心放 3 钱馅,然后把皮的边缘相对合起来捏严(边要小,肚要大),即为半月形的锅贴坯子。

4. 用较厚的饼铛放于旺火上烧热,淋上些花生油,逐个码上锅贴坯子(不要太密)。待饼铛再烧热后,立即淋洒上一些凉水,盖上铛盖焖 5 分钟。然后再淋一次水,仍焖 5 分钟。当锅贴已熟,底层呈微黄焦脆时,用铁铲铲起底朝上放在盘中即可。

馄 饨(北京)

馄饨原系北京从南方引进的节令食品,冬至食之谓之“打破混沌,开天辟地”。俗云“冬至馄饨,夏至面”。正月初二祭财神后食之谓之“进元宝汤”。后演化为一般夜宵小吃。过去,北京东华门的“馄饨侯”和地安门外“馄饨范”的馄饨最为著名。

原料:上白面粉 10 斤,猪肉 4 斤,干淀粉 1.1 斤,猪骨头 5 斤,芝麻油 2.5 两,精盐 2.5 两,酱油 2.1 斤,虾皮 6 两,紫菜 6 钱,冬菜 1.5 两,香菜 2.5 两,葱花 2.4 两,姜末 4 钱,胡椒粉 5 钱(制 100 碗)

制法:1. 将猪肉绞成末,放入盆中或拌馅机内,加凉水 1.7 斤充分搅拌。待肉与水融合一起后,加入酱油 8 两、精盐 1.5 两搅匀,再放葱花、姜末和芝麻油拌成肉馅。
2. 在大锅的中心横立一块凿有许多小孔的半圆铝板(圆边朝下,平边朝上,固定住),把锅分隔成里外两部

分：里半部煮馄饨用，外半部熬骨汤用。将猪骨头洗净，放在锅的外半部，加凉水 150 斤，以旺火烧开后，撇去浮沫，熬 1 小时即能用。

3. 将面粉与精盐 1 两（夏天用 1.7 两）放入和面机内，加凉水 4.5 斤和成面团。取出放入盆内，用手按揉，直到面团光润时，盖上湿布和盆盖饧 20 分钟。

4. 将碾成细面的干淀粉，装入纱布袋内扎紧口，在案板上铺撒些干淀粉，再将面团放在上面压成 3.5 寸长、1.2 尺宽的长方形面块，撒上干淀粉，卷上一根 3 尺长、1.2 寸粗的大擀面杖，慢慢地向前推擀。擀到一定薄度后，掉转方向，在面皮的末端另卷上一根同样大的擀杖，撒上干淀粉，仍照前法推擀。用两根擀面杖轮换着擀成不到半分厚的面皮。然后，双手把擀面杖抬起，把卷着的面皮慢慢退回，按 2.5 尺的宽度一来一回地折叠起来，随折随洒上干淀粉。折叠完，再整个叠成 3 折，以便于刀切。用刀先把左右两端不整齐的边缘切下，再切成 3 寸宽的段。随即逐段打开摺在一起（可分两摺），切成边长约 3 寸的三角形或底边 3 寸的梯形，即为馄饨皮。

5. 取一小摺馄饨皮放在左手中（尖端朝外），右手持一根半尺长的小竹筷，挑少许馅放在面皮的尖端轻轻一摺，使筷子粘上面皮往里卷两折。然后抽出筷子，把卷好馅的面皮两侧合拢成为中间圆、两头尖的馄饨。

6. 碗内放少许酱油、虾皮、紫菜和冬菜，把馄饨放在锅中煮，待汤烧沸，馄饨漂起即熟，先舀些热汤放入盛佐料的碗里，再盛入适量的馄饨，撒上香菜末和胡椒粉即成。