

下水



PDG

农村读物出版社

下水

鹏飞文秀 主编
本书编写组 编著

农村读物出版社

(京)新登字 169 号

下 水

叶连海 郝淑秀 主编

本书编写组 编著

责任编辑 任鹤

*

农村读物出版社 出版

孙中印刷厂照排印刷

各地新华书店 经销

*

787×1092 毫米 1/32 10 印张 224 千字

1992 年 8 月第 1 版 1992 年 8 月北京第 1 次印刷

印 数 1—8400

ISBN 7-5048-1192-1/TS·54

平装定价 5.50 元

精装定价 8.45 元

目 录

畜类下水烹调

一、肝类菜肴	(2)	家常肉鳝火锅	(14)
金银镶猪肝	(2)	猪 肝 汤	(15)
芝麻肝饼	(2)	竹笋肝膏汤	(16)
荤素结花	(3)	番茄肝膏汤	(16)
醉 猪 肝	(4)	枸杞猪肝汤	(17)
红油拌肝花	(4)	猪肝菠菜汤	(18)
温拌肝片	(5)	余猪肝汤	(18)
生煎猪肝	(6)	卤 牛 肝	(19)
清煎猪肝	(7)	煎 牛 肝	(19)
煎猪肝奶油少司	(7)	香葱煎牛肝	(20)
炸猪肝卷	(8)	煎牛肝葱汁少司 ...	(21)
软炸猪肝	(9)	乌克兰式煎牛肝 ...	(22)
炸 猪 肝	(9)	煎牛肝熏猪肉	(22)
鱼香猪肝	(10)	葱头烩牛肝	(23)
清炒猪肝	(11)	葱汁肝泥子	(24)
炒 猪 肝	(11)	牛肝泥子	(25)
油爆猪肝	(12)	熘羊肝	(26)
溜 三 样	(13)	滑熘羊肝丝	(26)
麻辣火锅	(13)	爆两样	(27)

羊肝排岔 (28)

二、腰子(肾)类

菜肴 (29)

锅贴腰子 (29)

钩吊香腰 (30)

韭菜拌腰丝 (30)

温拌腰丝 (31)

炆腰花 (32)

炆腰片 (33)

软炸腰花 (33)

炒虾腰 (34)

爆三样(猪) (35)

爆腰丝 (35)

官保腰块 (36)

火爆腰花 (37)

炒腰花 (37)

酸辣腰花 (38)

鱼香腰花 (39)

炒腰花 (40)

红油腰片 (40)

盐烧腰片 (41)

腰丁烩腐皮 (42)

番茄猪腰花 (42)

腰花木耳汤 (43)

美味腰片汤 (44)

鸡扒腰片汤 (44)

萝卜腰酥汤 (45)

火腿腰子汤 (46)

冬菜腰片汤 (46)

氽腰片 (47)

炸核桃腰 (48)

爆鸳鸯 (48)

熘腰花 (49)

炒羊腰 (50)

单爆腰 (50)

爆三样(羊) (51)

三、肚类菜肴 (52)

四味玻璃肚 (52)

糟猪肚 (52)

龙胎藏凤 (53)

瓢猪肚 (54)

麻辣肚丝 (55)

红油拌肚丝 (56)

西式凉拌肚 (56)

兰花肚丝 (57)

白肚 (57)

拌肚丝 (58)

咖喱肚丝 (59)

炆双脆 (59)

炆肚仁 (60)

酱猪肚 (61)

酸辣肚块 (61)

炸爆肚仁 (62)

盐爆肚仁 (63)

家常连皮肚头	(63)
油爆双脆	(64)
烩肚丝	(65)
炒肚片	(65)
豆鼓卤煮肚片	(66)
烧肚块	(67)
干烧肚块	(67)
扒白肚	(68)
口蘑汤泡肚尖	(68)
咸肉炖肚	(69)
菠菜肚丝汤	(70)
清炖猪肚汤	(70)
姜丝拌百页	(71)
干拌牛肚岭	(72)
汤爆肚	(72)
水爆肚仁	(73)
夫妻肺片	(74)
滑炒牛肚岭	(75)
炒牛肚丝	(76)
法式炒牛肚丝	(76)
酸辣银丝	(77)
酸辣牛肚	(77)
珊瑚肚仁	(78)
白烩牛肚	(79)
红烩牛肚	(80)
奶油烩牛肚	(80)
酸辣肚丝汤	(81)

牛肚酸菜火锅	(82)
酱羊肚	(82)
南斯拉夫式 飘羊肚	(83)
烩银丝	(84)
油爆肚仁	(84)
浇散丹	(85)
烧羊肚	(85)
烧肚板	(86)

四、心、肺、肠类

菜肴	(88)
炆心片	(88)
炒心花	(88)
茭白炒猪心	(89)
玫瑰花烤羊心	(90)
白汤羊杂碎汤	(90)
辣拌肺丝	(91)
爆玲珑	(91)
炒猪心	(92)
卤猪肺	(93)
余银肺汤	(93)
熏七美肠	(94)
烤 肠	(95)
乌克兰式灌肠	(95)
煎大肠	(96)
干炸大肠	(97)
卤煮小肠	(97)

卤猪肥肠 (98)

炒 圈 子 (99)

焦 熘 肥 肠 (99)

九转大肠..... (100)

大蒜烧肥肠..... (101)

烧 肥 肠 (101)

葱烧大肠..... (102)

扒瓢大肠..... (103)

杂拌火锅..... (104)

烧 杂 碎 (104)

烩 全 羊 (105)

猪胰淡菜汤..... (106)

五、头、尾、耳类

菜肴..... (107)

酱 头 肉 (107)

豆渣烘猪头..... (108)

回锅猪头肉..... (109)

干拌牛头..... (110)

三元牛头..... (110)

白水羊头肉..... (112)

羊肉拌杂碎..... (113)

红油羊头肉..... (113)

鹿 头 汤 (114)

红烧牛尾..... (114)

柿汁牛尾..... (115)

咖喱牛尾..... (116)

蔬菜焖牛尾..... (117)

番茄焖牛尾..... (118)

高加索焖牛尾..... (118)

番茄牛尾汤..... (119)

番茄牛尾素菜汤
..... (120)

清炖牛尾汤..... (121)

花菇牛尾汤..... (121)

雪利牛尾汤..... (122)

沙锅牛尾..... (123)

拔丝羊尾..... (124)

炸羊尾(一)..... (124)

炸羊尾(二)..... (125)

清汤鹿尾..... (126)

红油耳丝..... (126)

拌耳脆..... (127)

凉拌猪耳朵..... (127)

六、皮、骨、鞭类

菜肴..... (129)

五彩水晶冻..... (129)

肉 皮 冻 (129)

酸辣皮冻..... (130)

辣拌皮丝..... (130)

拌麻辣肉皮丝..... (131)

拌三皮丝..... (132)

炆肉皮丝..... (133)

拌肉皮丝..... (133)

皮冻兔排骨..... (134)

赛鱼肚	(134)	奶油辣根舌	(153)
拌甲鱼肚	(135)	番茄牛舌	(153)
虾干皮肚汤	(136)	红焖牛舌	(154)
烧牛头方	(136)	茄汁扒牛舌	(155)
排骨冻	(137)	煮牛舌红汁少司	(155)
糖醋排骨	(138)	牛脑泥子	(156)
辣味糖醋排骨	(139)	炸牛脑	(157)
豉汁蒸排骨	(139)	窝烧牛脑	(158)
粉蒸排骨藕	(140)	炒脑丁	(158)
莲菜炖排骨	(141)	炸羊脑	(159)
双鞭壮阳汤	(141)	高丽羊脑	(160)
杞鞭壮阳汤	(142)	爆三样	(160)
鞭花牛头	(143)	熏血肠	(161)
七、舌、脑、血类		家常猪血	(162)
菜肴	(145)	辣味血豆腐	(162)
盐水口条	(145)	白肉血肠火锅	(163)
卤口条	(145)	黄豆芽猪血汤	(164)
炆蒜苔猪舌	(146)	冬菜猪血汤	(164)
炆猪舌	(146)	八、蹄、掌、蹄筋类	
拌口条	(147)	菜肴	(166)
红油口条	(148)	白云猪爪	(166)
法式红焖猪舌	(148)	冻猪蹄	(166)
酱牛舌	(149)	酸猪蹄	(167)
腌牛舌	(150)	卤猪蹄	(168)
炸牛舌	(151)	酱猪蹄	(168)
扒牛舌	(151)	糟猪蹄	(169)
煮牛舌	(152)		

炸猪蹄	(170)	火腿扒熊掌	(180)
扒海参猪爪	(171)	葱烧蹄筋	(181)
红焖猪爪	(171)	翡翠蹄筋	(181)
高加索焖猪蹄	(172)	蛋黄蹄筋	(182)
瓦罐蹄花	(173)	芙蓉蹄筋	(183)
沙锅蹄棒	(174)	虾子蹄筋	(184)
猪杂三鲜沙锅	(175)	淡菜煨蹄筋	(184)
黄豆猪蹄汤	(175)	奶汤蹄筋	(185)
猪脚茭白汤	(176)	烹炸蹄筋	(186)
拌牛蹄黄	(176)	烧牛蹄筋	(186)
炖羊蹄	(177)	煨牛肉	(187)
烧驼掌	(178)	鸡汁牛筋	(188)
红烧熊掌	(179)	炖二筋	(189)
		黄焖鹿筋	(190)

禽类下水烹调

一、肝类菜肴	(192)	炒什锦	(197)
鸡肉鸡肝串	(192)	川标鸡肝	(198)
卤珍肝	(192)	鸡杂汤	(199)
烤鸡肝	(193)	发菜鸡杂汤	(200)
烤瓢肝泥馅鹌鹑	(193)	鸡杂黄瓜汤	(200)
法式烤面条鸡	(194)	炸荷包鸡鸭肝	(201)
鸭肝馅鸡肉饼	(195)	板肉卷鸭肝	(202)
软炸鸡肝	(196)	糟鸭肝	(202)
清炸鸡肝	(196)	炸鸭肝酥	(203)

熘 鸭 肝	(204)	冬笋肫糊	(220)
烧 鸭 肝	(205)	醋焖鸡三件	(220)
葱辣鸭肝	(205)	肫球鸡翼球	(221)
酱汁鸭肝	(206)	三鲜鸡汤	(222)
鸭肝泥子卷	(207)	咸水肫	(222)
奶油鸡丝鹅肝汤	(208)	盐水鸭肫	(223)
鹅肝格司清汤	(208)	盐爆双脆	(224)
二、腰子(肾)类		炒 虾 胗	(224)
菜肴	(209)	烧 鸭 胗	(225)
高丽鸡腰	(209)	三 片 汤	(226)
芙蓉鸭腰	(209)	四、肠、心、舌类	
焖 鸡 腰	(210)	菜肴	(227)
冬菇烩鸡腰	(211)	糖醋鸡肠	(227)
烩 鸡 腰	(211)	盐爆鸭肠	(227)
梅焗鸡腰	(212)	烩鸭四宝	(228)
卤煮三样	(213)	溜鸭肠胰	(229)
三、胗类菜肴	(214)	葱爆鸭心	(230)
盐水肫肝	(214)	火燎鸭心	(230)
炆 鸡 肫	(214)	软溜鸭心	(231)
清炸胗肝	(215)	氽鸭心花	(232)
酥炸胗肝	(216)	爆 鹿 心	(233)
焦炸鸡肫花	(216)	水晶鸭舌	(234)
爆 鸡 胗	(217)	水晶舌掌	(234)
鲜笋炒肫片	(218)	梅花鸭舌	(235)
油泡肫球	(218)	鸭 舌 汤	(236)
蚝油胗肝	(219)	五、翅、爪、掌类	
		菜肴	(237)

生炸鸡翼·····	(237)
炸穿鸡翼·····	(237)
酱凤翅·····	(238)
鸡翅双味·····	(239)
椒麻鸡翅·····	(239)
辣味麻酱鸡翅·····	(240)
红烧鸡翅·····	(240)
贵妃鸡翅·····	(241)
红油鸡翅·····	(242)
龙穿凤翼·····	(242)
生烧鸡翅·····	(243)
蚝油炆鸡翅·····	(244)
花菇凤翼·····	(245)
鸡翅红汤·····	(245)
扒凤爪·····	(246)
蚝油扒凤爪·····	(247)
酒香凤爪·····	(248)
白油鸡爪·····	(248)
五香鸡爪·····	(249)
鱼香凤爪·····	(250)
清炖鸡脚翼·····	(250)
凤筋龙爪·····	(251)
水晶鸭掌·····	(252)
鸭掌冻·····	(253)
盐水鸭掌·····	(253)

芥末银针鸭掌·····	(254)
芥末鸭掌·····	(255)
掌上明珠·····	(255)
拌鸭掌·····	(256)
干烧四鲜·····	(257)
清汤鸭掌·····	(257)
鸭掌汤泡肚·····	(258)
金鱼鸭掌·····	(259)
卤鹅掌翼·····	(260)
冬笋鹅掌汤·····	(260)

六、皮、骨、血类

菜肴·····	(262)
凤衣雪耳汤·····	(262)
烤鸭骨架白菜汤 ·····	(262)
鸭架汤·····	(263)
醋椒鸭架汤·····	(264)
豆腐鸭架汤·····	(264)
红烧鸡尾尖·····	(265)
烩酸辣鸡血·····	(266)
红花鸡血·····	(266)
晃子汤·····	(267)
血丝酸汤·····	(268)
鸡血汤·····	(268)
鸭血豆腐汤·····	(269)

水产下水烹调

一、头、尾类

菜肴…………… (271)

干炸五香鱼头…………… (271)

清蒸鱼头…………… (271)

白蒸鱼头…………… (272)

清蒸双头…………… (272)

糖醋鱼头…………… (273)

酸辣鱼脑…………… (274)

鱼头汤…………… (274)

鱼头木耳汤…………… (275)

清炖鱼头银耳汤
…………… (276)

醋椒鱼头豆腐…………… (276)

沙锅鱼头…………… (277)

醋椒头尾汤…………… (278)

青鱼头尾汤…………… (278)

清炖鱼头尾汤…………… (279)

烧头尾…………… (280)

红烧划水…………… (280)

二、翅、肚类

菜肴…………… (282)

红烧鱼翅…………… (282)

海星鱼翅…………… (283)

蟹粉鱼翅…………… (284)

沙锅鱼翅…………… (285)

拌鱼肚…………… (285)

红烧鱼肚…………… (286)

白扒鱼肚…………… (287)

三鲜鱼肚…………… (287)

鸡皮烧鱼肚…………… (288)

清汤鱼肚汤…………… (289)

酸辣鱼唇…………… (290)

炒秃卷…………… (290)

青鱼秃肝…………… (291)

三、皮、骨、鳞类

菜肴…………… (293)

奶汤鱼皮…………… (293)

黄烧鱼皮…………… (293)

红烧鱼皮…………… (294)

芝麻鱼皮…………… (295)

芙蓉鱼皮…………… (296)

菊花鱼皮…………… (297)

溜鱼卷…………… (298)

锅贴鱼…………… (298)

细卤明骨…………… (299)

鸡酪鱼骨…………… (300)

鱼鳞冻…………… (301)

金银冻…………… (301)

畜类下水烹调

1. 肝类菜肴

金银镶猪肝

主料：

鲜猪肝 500 克，猪肥膘肉 300 克。

辅料：

川盐 25 克，花椒 2.5 克。

制法：

(1)将猪肝切成长 16 厘米、宽 2.2 厘米、厚 3 厘米的条；猪肥膘肉切成长 16 厘米、宽 1.2 厘米、厚 1 厘米的条，用少许川盐、花椒，把肉、肝腌 2 天。

(2)用宽 1.1 厘米的薄竹削成尖头，将猪肝条透穿一孔，塞入一块肥膘肉。再用细麻绳从猪肝一头穿过，吊挂在通风处。

(3)吃时先用温水洗净，用大火蒸 30 分钟，再斜刀切成 0.5 厘米厚的片装盘即成。

特点：

入口时不象单腌的猪肝那样粗老，又不象肥腊肉那样腻人，十分可口。

芝麻肝饼

主料：

猪肝 200 克，猪肥膘肉 50 克，鲜虾仁 80 克，鸡蛋 2 个，芝麻 100 克。

辅料：

奶油 35 克，精盐 3 克，味精 5 克，料酒 7 克，葱椒泥 6 克（葱白和花椒合制成细茸），淀粉 20 克，面粉 10 克，花生油适量。

制法：

（1）将猪肝洗净，切成豆粒大的丁，肥膘肉和虾仁放在一起剁成茸，放入碗内，把肝丁也倒入碗内，加入鸡蛋、精盐、味精、料酒、淀粉搅匀，即成肝泥。

（2）将奶油用刀碾碎，加入葱椒泥、精盐、味精拌匀，分成 20 份，做成小球状。再把肝分成 20 份，把 20 个奶油球包起，备用。

（3）将碗内打入一个鸡蛋，把蛋液搅匀后，放入肝团，挂一层蛋液，再蘸一层芝麻，然后，将肝团压成饼状备用。

（4）将锅置火上，加入花生油，烧至五成熟时投入肝饼，炸至外表呈金黄色时捞出，沥油，码放盘中，即可食用。

特点：

色泽金黄，香酥可口。

荤素结花

主料：

生猪肝 100 克，黄瓜 150 克，水发小海米 15 克，香菜 5 克。

辅料：

麻油 3 克，酱油 5 克，精盐 3 克，味精 2 克，醋 5 克，蒜泥 25 克。

制法：

(1)将猪肝洗净，切成柳叶形薄片，入开水锅内氽至断生，捞出，用冷水冲凉控去水；黄瓜切成蓑衣片、香菜择洗干净，切段。

(2)将猪肝片按花瓣的形式放在盘中间，黄瓜片围四周成花叶，虾米做花心，香菜段点缀在中间。

(3)将麻油、精盐、味精、酱油、醋、蒜泥对成汁，浇在猪肝片上即成。

醉 猪 肝

主料：

猪肝 500 克。

辅料：

糟烧酒、精盐、味精、绍酒、葱、姜各适量。

制法：

(1)将猪肝放清水内浸泡漂净，下入沸水锅煮熟捞出，洗净备用。

(2)将炒锅置火上，加入清水、绍酒、精盐、味精、葱、姜，用旺火烧沸后，撇去浮沫，连同猪肝、卤汁一起盛入搪瓷盆内。冷却后将猪肝放入糟烧酒中浸泡 3 小时。

(3)将猪肝捞出，切成薄片装盘，浇上卤汁即成。

红油拌肝花

主料：

猪肝 250 克，黄瓜 150 克。

辅料：

香油 5 克，辣椒油 35 克，酱油 25 克，精盐 8 克，白糖 4 克，花椒粉 4 克，味精 2 克。

制法：

(1)将猪肝去筋，用立刀顺肝叶割，间隔 0.3 厘米，深达肝叶 3/5，用清水洗净，入沸水中煮熟捞出晾凉。

(2)将黄瓜去皮，剖成四牙，片去籽，改用直刀斜切四刀一断，呈雀翅形，用盐腌一下，清水洗净，沥干水分，装入盘内垫底。

(3)将猪肝横刀路切成 6.6 厘米长、0.3 厘米厚的片，依次摆在黄瓜上；再将酱油、香油、白糖、辣椒油、花椒面、味精倒入碗内对成汁，浇在肝花上即成。

特点：

形态美，味咸辣。

温拌肝片

主料：

生猪肝 200 克，冬笋 25 克。

辅料：

香油、辣椒油、蒜泥、姜末、精盐、味精、醋各适量。

制法：

(1)将冬笋切成小象眼片，用开水烫一下捞出，放入凉开水内投凉，沥净水分备用；生猪肝切成柳叶片，用清水冲洗血污后，装入碗内。加入少许清水，将碗内肝片和水一齐倒入开水内，烫断生时捞出；再放入温水内投一下，沥干水分装盘。

(2)将冬笋片放在肝片上面，加入香油、辣椒油、蒜泥、姜