

◆ 下水的营养丰富

◆ 下水的做法多样

◆ 家禽家畜内脏为原料

主编

李兴春

王丽茹

巧做下水 500法

◆ 五百种详细介绍

◆ 用料制法特点一览

◆ 家庭餐桌美食

◆ 更帮专业厨师长技

学苑出版社



巧做下水 500 法

(下水吃法 500 种)

王丽茹 李兴春 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

巧做下水 500 法/王丽茹, 李兴春主编. —北京: 学苑出版社, 1997. 9

ISBN 7-5077-0250-2

I. 巧… II. ①王… ②李… III. 荤菜-烹饪-方法 IV
. TS972. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 14229 号

学苑出版社出版 发行

社址: 北京万寿路西街 11 号 邮政编码: 100036

北京广内印刷厂印刷 新华书店经销

787×1092 1/32 125 印张 260 千字

1997 年 9 月北京第 1 版 1997 年 9 月北京第 1 次印刷

印数: 0001—8000

定价: 15.00 元

内 容 提 要

下水的营养丰富，下水的做法也多样。这本书正是以家畜、家禽的心、肝、肺、肾、肠、肚等内脏为原料，介绍了500余种下水的做法。详细地介绍了它们的用料、制法及特点。这些菜肴，原料常见而选料特异，制作新颖，风味浓郁。这本书既可给一般家庭的餐桌增添美味佳肴，又可帮助专业厨师掌握更多的技艺。

巧做下水 500 法

(下水吃法 500 种)

王丽茹 李兴春 主编

编写：王丽茹 李兴春
李效梅 李雪梅

目 录

一、心

1. 爆猪心 (2)
2. 爆心片 (2)
3. 炆心片 (3)
4. 焖猪心 (4)
5. 芹菜炒猪心 (4)
6. 多味猪心 (5)
7. 玉竹猪心 (6)
8. 糟猪心 (7)
9. 烤猪心 (7)
10. 腊猪心 (8)
11. 卤猪心 (一) (8)
12. 卤猪心 (二) (9)
13. 红烩牛心 (10)
14. 卤牛心 (11)
15. 溜心花 (11)
16. 朱砂心丁 (12)
17. 糟鸡心 (13)
18. 炒鸭心肠 (13)
19. 软溜鸭心 (一) (14)
20. 软溜鸭心 (二) (15)

- | | |
|-----------------|------|
| 21. 油爆鸭心 | (16) |
| 22. 葱爆鸭心 | (16) |
| 23. 火燎鸭心 | (17) |
| 24. 干炸鸭心 | (18) |
| 25. 菊花鸭心 | (19) |
| 26. 香辣鸭心 | (20) |
| 27. 烤醉鸭心 | (21) |
| 28. 口蘑鸭心 | (21) |
| 29. 葱辣鸭心丝 | (22) |
| 30. 芫爆鸭心丝 | (23) |
| 31. 鸭心汤泡肚 | (24) |

二、肝

- | | |
|-----------------|------|
| 1. 炸肝片 | (26) |
| 2. 炸肝尖 | (26) |
| 3. 炸肝花 | (27) |
| 4. 炸熘肝尖 | (27) |
| 5. 干炸肝花 | (28) |
| 6. 炸猪肝卷 | (29) |
| 7. 软炸猪肝 | (30) |
| 8. 香炸葡萄肝 | (30) |
| 9. 干炸五味肝卷 | (31) |
| 10. 滑熘肝尖 | (32) |
| 11. 葱爆猪肝 | (33) |
| 12. 枸杞爆肝尖 | (34) |
| 13. 生炒猪肝 | (34) |
| 14. 菜心炒猪肝 | (35) |

15. 西红柿炒猪肝 (36)
16. 苦瓜炒肝片 (36)
17. 猪肝酥 (37)
18. 酥肝排 (38)
19. 鱼香猪肝 (39)
20. 麻辣猪肝 (39)
21. 椒盐肝卷 (40)
22. 海南猪肝 (41)
23. 白切猪肝 (41)
24. 豌豆肝米 (42)
25. 茴香夹肝 (43)
26. 酸甜猪肝 (43)
27. 凤眼猪肝 (一) (44)
28. 凤眼猪肝 (二) (45)
29. 黄豆肝米 (45)
30. 酸辣猪肝 (46)
31. 首乌肝片 (47)
32. 清汤肝糕 (47)
33. 花油酥肝枣 (48)
34. 黄豆炖猪肝 (49)
35. 参地炖猪肝 (49)
36. 网油猪肝球 (50)
37. 辣味金钱肝 (51)
38. 麻酱薄片肝丝 (52)
39. 大众肝泥 (52)
40. 首乌黄豆烩猪肝 (53)
41. 无锡酱烧肝 (53)

42.	五香酱肝	(54)
43.	南煎肝 (一)	(55)
44.	南煎肝 (二)	(56)
45.	葱头煎猪肝	(56)
46.	金银猪肝	(57)
47.	生烤金银卷	(58)
48.	卤金银肝	(58)
49.	盐水拌猪肝	(59)
50.	猪肝拌黄瓜	(60)
51.	猪肝拌菠菜	(60)
52.	温拌肝片	(61)
53.	熏猪肝	(62)
54.	蒸猪肝	(62)
55.	辣猪肝	(63)
56.	卤猪肝 (一)	(63)
57.	卤猪肝 (二)	(64)
58.	煎猪肝	(65)
59.	煎鸡腿肉猪肝	(65)
60.	砂锅焗肝	(66)
61.	肝黄粥	(67)
62.	猪肝汤	(67)
63.	竹笋肝膏汤	(68)
64.	黄芪猪肝汤	(68)
65.	猪肝粉丝汤	(69)
66.	番茄肝膏汤	(69)
67.	滋肾肝膏汤	(70)
68.	炒牛肝	(71)

69. 烩肝丝 (72)
70. 肝泥子 (72)
71. 鱼香牛肝 (73)
72. 洋葱炒猪肝 (74)
73. 焖猪肝奶油 (74)
74. 红酒焖穿膘牛肝 (75)
75. 卤牛肝 (75)
76. 广东卤牛肝 (76)
77. 烤牛肝 (77)
78. 煎牛肝串 (77)
79. 煎乳牛肝 (一) (78)
80. 煎乳牛肝 (二) (78)
81. 熘肝尖 (79)
82. 香辣羊肝 (80)
83. 云彩羊肝 (81)
84. 锅塌羊肝 (81)
85. 肝炒羊肝 (82)
86. 羊肝炒荸荠 (83)
87. 明砂熘肝片 (83)
88. 黄焖参术羊肝 (84)
89. 卤羊肝 (85)
90. 煎羊肝 (85)
91. 羊肝粥 (86)
92. 羊肝胡萝卜粥 (86)
93. 肆物肝片汤 (87)
94. 清炸鸡肝 (87)
95. 清炖肝 (88)

96. 软炸鸡肝 (89)
97. 枸菊炸鸡肝 (89)
98. 鱼香鸡肝 (90)
99. 蛋包鸡肝 (91)
100. 爆炒鸡肝肫 (92)
101. 虾油醉黄肝 (93)
102. 葱头烩鸡肝 (93)
103. 芥菜肝米 (94)
104. 豆苗余凤肝 (94)
105. 网油包鸡肝 (95)
106. 菜心肫肝鱿鱼 (96)
107. 鲜奶鸡肝米 (97)
108. 烧珍肝 (97)
109. 君肉蒸鸡肝 (98)
110. 烤鸡肝 (98)
111. 鸡肉鸡肝串 (99)
112. 鲜蘑鸡肝串 (100)
113. 面包渣炸鸡肝 (100)
114. 辣肉鸡肝卷 (101)
115. 卤胗肝 (101)
116. 盐水肫肝 (102)
117. 煎鸡肝 (103)
118. 人参鸡粥 (103)
119. 鸡肝摊蛋饼 (104)
120. 家常肝膏汤 (104)
121. 鸡肝豌豆大米汤 (105)
122. 熠鸭肝 (106)

123.	炆鸭肝	(106)
124.	扒鸭肝	(107)
125.	炸肫肝	(108)
126.	芙蓉鸭肝	(108)
127.	芝麻鸭肝	(109)
128.	虾茸鸭肝	(110)
129.	面包鸭肝	(111)
130.	糟把鸭肝	(112)
131.	糟蒸鸭肝 (一)	(112)
132.	糟蒸鸭肝 (二)	(113)
133.	葱辣鸭肝	(113)
134.	滑炒鸭肝	(114)
135.	清炸鸭肝	(115)
136.	软炸鸭肝	(116)
137.	葱烧鸭肝	(116)
138.	鸭肝鲍鱼	(117)
139.	炸鸭肝酥	(118)
140.	雪花鸭肝	(119)
141.	黄焖鸭肝	(120)
142.	酒醉鸭肝	(120)
143.	柳叶鸭肝	(121)
144.	炸烹鸭肝	(122)
145.	清烤鸭肝	(122)
146.	烤鸭肝	(123)
147.	糟香鸭肝笋	(124)
148.	栗子煨肫肝	(124)
149.	番茄熠鸭肝	(125)

150. 焗塌鸭膏盒 (126)
151. 鸭肝泥子卷 (127)
152. 盐水鸭肝 (128)
153. 煎鸭肝串 (128)
154. 余鸭肝汤 (129)
155. 冬菜鸭肝汤 (130)
156. 糟鹅肝 (130)
157. 麻辣鹅肝 (131)
158. 奶油鸡丝鹅肝汤 (132)

三、肺

1. 麻油猪肺 (134)
2. 糊辣肺片 (134)
3. 玻璃花肺 (135)
4. 银耳血肺 (135)
5. 奶汤银肺 (136)
6. 清炖肺 (137)
7. 卤猪肺 (138)
8. 辣拌肺丝 (138)
9. 余银肺肠 (139)
10. 沙参心肺汤 (140)
11. 杏仁银肺汤 (140)
12. 菠饺银肺汤 (141)
13. 棉花羊肺 (142)
14. 五溜肺片 (142)
15. 羊肺汤 (143)

四、肾

1. 炒腰花 (146)
2. 炒虾腰 (146)
3. 炅腰花 (147)
4. 炅腰穗 (148)
5. 核桃腰 (149)
6. 酥猪腰 (150)
7. 软酥猪腰 (150)
8. 软炸腰穗 (151)
9. 火爆腰花 (152)
10. 油爆腰花 (152)
11. 鱼香腰花 (153)
12. 宫保腰块 (154)
13. 麻辣腰花 (155)
14. 荔枝猪腰 (155)
15. 红油腰片 (156)
16. 芝麻腰片 (157)
17. 茴香腰花 (157)
18. 泡炒腰花 (158)
19. 盐烧腰片 (159)
20. 清汤腰方 (159)
21. 钩吊香腰 (160)
22. 叉烤腰子 (161)
23. 凤尾腰花 (162)
24. 酸辣腰花 (163)
25. 油泡腰花 (163)
26. 鲜蘑腰片 (164)

27. 焦切腰片..... (165)
28. 青椒炅腰花..... (165)
29. 刀豆炒腰片..... (166)
30. 炸猪腰子片..... (167)
31. 锅贴腰子..... (167)
32. 腰子冬笋..... (168)
33. 参药猪腰..... (169)
34. 网油腰卷..... (170)
35. 杜仲腰花..... (171)
36. 软炸补骨桃腰..... (171)
37. 面包贴腰花..... (172)
38. 雅梨炒腰花..... (173)
39. 炸麻花腰子..... (173)
40. 炸核桃仁猪腰..... (174)
41. 金腿脊梅炖腰酥..... (175)
42. 锅贴杜仲腰片..... (176)
43. 煎猪腰子串..... (177)
44. 煎猪腰子板肉..... (177)
45. 拌腰花..... (178)
46. 凉拌腰片..... (178)
47. 温拌腰丝..... (179)
48. 腰片拌生菜..... (180)
49. 广州卤猪腰..... (181)
50. 百日咳腰片冻..... (181)
51. 猪肾粥..... (182)
52. 冬菜腰片汤..... (182)
53. 腰花木耳汤..... (183)

54. 鸡扒腰片汤..... (184)
55. 酸奶牛腰..... (184)
56. 红煎牛腰..... (185)
57. 鱼香牛腰..... (185)
58. 牛肉腰子..... (186)
59. 卤牛腰..... (187)
60. 牛肾粥..... (187)
61. 炆腰片..... (188)
62. 烤羊腰..... (188)
63. 煮羊肾..... (189)
64. 鸭梨炒羊腰..... (189)
65. 炸烹核桃腰..... (190)
66. 枸杞羊肾粥..... (191)
67. 羊肾粥..... (191)
68. 白羊肾羹..... (192)
69. 清汤鸡腰..... (192)
70. 红焖鸡腰..... (193)
71. 口蘑烩鸡腰..... (193)
72. 焖三鲜鸡腰..... (194)
73. 芥脑烩鸡腰..... (195)
74. 芙蓉鸡鸭腰..... (195)
75. 鸡粥凤腰..... (196)
76. 软炸鸭腰..... (197)
77. 芙蓉鸭腰..... (197)
78. 鲜蘑烩鸭腰..... (198)
79. 辣鸭肾..... (199)
80. 鲜陈肾瘦肉粥..... (199)

五、肠

1. 炒大肠 (一) (202)
2. 炒大肠 (二) (202)
3. 烧肥肠 (203)
4. 红烧猪大肠 (204)
5. 糟烧大肠 (205)
6. 烧熬肥肠 (205)
7. 葱烧大肠 (206)
8. 香炸五花肠 (207)
9. 清炸大肠 (208)
10. 干炸螺尾肠 (208)
11. 软炸板指 (209)
12. 干炸大肠 (210)
13. 酥炸肥肠 (210)
14. 脆皮炸肠头 (211)
15. 炸灌小肠 (212)
16. 扒肥肠 (213)
17. 扒瓢大肠 (214)
18. 焦熘肥肠 (215)
19. 叉烧肥肠 (215)
20. 九转大肠 (一) (216)
21. 九转大肠 (二) (217)
22. 珍珠肥肠 (218)
23. 奶汤大肠 (218)
24. 红肠蛋茸 (219)
25. 糖醋肥肠 (219)

26. 卤肥肠..... (220)
27. 酱肥肠..... (221)
28. 酱筋肠..... (221)
29. 熏肉肠..... (222)
30. 熏套肠..... (223)
31. 熏血肠..... (224)
32. 熏肉粉肠..... (224)
33. 熏双色肠..... (225)
34. 腊肠..... (226)
35. 切肉腊肠..... (226)
36. 烤肠..... (227)
37. 煎大肠..... (228)
38. 煎小泥肠带配菜..... (228)
39. 煎煮肠子酸白菜..... (229)
40. 蒜肠..... (229)
41. 七星灌肠..... (230)
42. 北京蛋清肠..... (231)
43. 天津灌肠..... (232)
44. 天津桂花肠..... (232)
45. 川味香肠..... (234)
46. 安阳熏猪大肠..... (234)
47. 上海卤猪肠..... (235)
48. 广州卤肠头..... (236)
49. 拌牛盘肠..... (237)
50. 烧肠皮..... (238)
51. 梅花肠子..... (238)
52. 虎皮肥肠..... (239)