

● 苏瑛 刘玉莲 王江 张秀岳 编著

家庭

小菜制作



○ 新华出版社

家庭小菜制作

苏瑛 刘玉莲 王江 张秀岳 编著

京新登字(110)号

家庭小菜制作

苏瑛 刘玉莲 王江 张秀岳 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 7.5印张 插页×张 150,000字

1991年9月第一版 1992年10月北京第二次印刷

印数10000—20000册

ISBN 7-5011-1420-X/G·493 定价: 3.20元

内容简介

小菜的制作也是学问，原料选择合适，配料比例准确，加工方法得当，能做出美味可口的小菜。各类小菜能调剂口味，增进食欲，帮助消化，受到广大群众的喜爱。

本书编写了270多种小菜的制作方法，包括腌渍类，糖醋（泡）类，辛辣味类，还有热做凉吃类，冷做凉吃类等六部分。内容充实，讲述具体，供小家庭自制自食。

目 录

一、腌、酱菜类

- | | |
|---------------|--------|
| 1 腌白菜..... | (1) |
| 2 北京冬菜..... | (2) |
| 3 腌香椿芽..... | (3) |
| 4 腌西葫芦..... | (4) |
| 5 腌冬瓜..... | (4) |
| 6 腌藕..... | (5) |
| 7 腌芹菜..... | (6) |
| 8 腌雪里蕻..... | (6) |
| 9 腌青菜..... | (7) |
| 10 腌香菜..... | (8) |
| 11 腌蒜薹..... | (9) |
| 12 酱菜花..... | (9) |
| 13 腌韭菜花..... | (10) |
| 14 酱韭菜花..... | (11) |
| 15 双江韭菜花..... | (11) |
| 16 腌鲜蘑菇..... | (12) |

17 酱蘑菇	(13)
18 酱黄花菜	(14)
19 酱黑菜	(14)
20 腌芸豆角	(15)
21 腌豇豆角	(16)
22 酱豇豆	(17)
23 腌黄瓜	(17)
24 酱黄瓜	(18)
25 甜酱黄瓜	(19)
26 酱甜辣椒黄瓜条	(19)
27 糟腌黄瓜	(20)
28 苏州蜜汁乳黄瓜	(21)
29 北京酱黄瓜	(22)
30 咸菜瓜	(23)
31 特级菜瓜	(23)
32 咸香瓜	(24)
33 酱香瓜	(25)
34 酱杏仁香瓜	(25)
35 酱包瓜	(26)
36 腌西红柿	(28)
37 咸辣椒	(28)
38 酱辣椒	(29)
39 五香辣椒	(30)

40 龙游小辣椒	(30)
41 咸茄子	(31)
42 酱茄子	(32)
43 面酱茄子	(32)
44 蒜茄子	(33)
45 姜丝酱茄片	(34)
46 速腌茄子	(34)
47 茄子干	(35)
48 酱花生仁 (核桃、杏仁)	(36)
49 腌西瓜皮	(37)
50 酱油香莴笋	(38)
51 甜酱莴笋	(39)
52 虎皮菜	(40)
53 酱大蒜	(41)
54 咸姜	(41)
55 咸生姜芽	(42)
56 酱生姜芽	(43)
57 甜酱姜芽	(43)
58 酱生姜片	(44)
59 咸螺丝菜	(45)
60 宝塔菜	(45)
61 酱螺丝菜	(46)
62 腌洋姜	(47)

63 酱洋姜	(48)
64 咸苳蓝	(48)
65 酱苳蓝 (一)	(49)
66 酱苳蓝 (二)	(49)
67 甜酱什香菜	(50)
68 酱切莲	(51)
69 甜酱八宝菜	(52)
70 酱什锦菜	(52)
71 四川榨菜	(53)
72 浙江榨菜	(54)
73 咸藟头	(56)
74 腌芥菜头	(56)
75 酱金丝香	(57)
76 腌芥菜缨	(58)
77 五香熟芥	(59)
78 白五香干芥	(59)
79 三柳丝	(60)
80 速腌马铃薯	(61)
81 酱马铃薯	(61)
82 咸萝卜	(62)
83 酱油萝卜	(63)
84 酱萝卜	(63)
85 安东萝卜条	(64)

86 甜脆盘香萝卜·····	(65)
87 北京酱萝卜·····	(65)
88 五香熟萝卜·····	(66)
89 精制萝卜头·····	(67)
90 六味萝卜·····	(68)
91 五香萝卜干·····	(68)
92 萝卜丝干·····	(69)
93 扬州萝卜头·····	(70)
94 肖山萝卜干·····	(71)
95 涿州香丝·····	(72)
96 萝卜快腌法·····	(73)
97 咸胡萝卜·····	(73)
98 酱胡萝卜·····	(74)
99 怪味胡萝卜丝·····	(75)
100 胡萝卜什锦·····	(75)
101 泡胡萝卜 (之一) ·····	(76)
102 泡胡萝卜 (之二) ·····	(77)
103 腌小圆萝卜·····	(77)
104 腌萝卜缨·····	(78)
105 咸大头菜·····	(79)
106 酱油大头菜·····	(79)
107 桂花大头菜·····	(80)
108 玫瑰大头菜·····	(81)

109	云南大头菜·····	(82)
110	上海大头菜·····	(83)
111	苏州五香大头菜·····	(85)
112	四川酱大头菜·····	(86)
113	酱海燕鱼·····	(86)
114	酱明太鱼·····	(87)

二、辛辣味菜类

1	生辣菜·····	(89)
2	熟辣菜·····	(89)
3	北京辣菜·····	(90)
4	北京辣丝 (一) ·····	(91)
5	北京辣丝 (二) ·····	(91)
6	辣芥丝·····	(92)
7	五香瓜丝·····	(93)
8	香辣黄瓜丁·····	(94)
9	丹东甜辣黄瓜·····	(94)
10	辣韭菜花·····	(95)
11	酸辣白菜·····	(96)
12	辣白菜·····	(96)
13	朝鲜辣白菜·····	(97)
14	麻辣大头菜丝·····	(98)
15	麻辣香菜·····	(99)

16咸辣蒜薹·····	(99)
17辣味冬笋·····	(100)
18腌辣四味·····	(101)
19四川盖菜·····	(101)
20辣黄豆·····	(102)
21怪味黄豆·····	(103)
22怪味白菜帮·····	(104)
23荷包菜·····	(104)

三、糖醋（泡）菜类

1 糖醋三样·····	(106)
2 白糖胡萝卜·····	(106)
3 糖醋黄瓜·····	(107)
4 糖醋黄瓜条·····	(108)
5 糖醋洋姜·····	(108)
6 糖醋酥豆·····	(109)
7 糖醋黄豆·····	(110)
8 甜蕃茄·····	(110)
9 甜酸藟头·····	(112)
10 糖醋宝塔菜·····	(112)
11 糖醋莴笋·····	(113)
12 糖醋蒜薹·····	(114)
13 糖醋酥姜·····	(114)

14	酸甜菜花	(116)
15	酸甜莲藕	(116)
16	酸香辣椒	(117)
17	甜姜片	(117)
18	镇红糖醋萝卜	(118)
19	甜辣丝	(119)
20	蜜汁莴苣片	(120)
21	白糖蒜	(120)
22	糖醋蒜	(121)
23	糖蒜	(122)
24	桂花糖蒜	(123)
25	香甜干果片	(124)
26	泡菜	(124)
27	朝鲜泡菜	(126)
28	苏联泡菜	(127)
29	西餐泡菜	(127)
30	酸黄瓜	(128)
31	渍香瓜	(129)
32	渍青椒	(130)
33	渍芹菜	(130)
34	渍菜花	(131)
35	渍胡萝卜	(132)
36	渍酸菜	(133)

四、热做凉吃类

- 1 酱鸡..... (135)
- 2 常熟酱鸡..... (136)
- 3 酱肉 (一) (136)
- 4 酱肉 (二) (137)
- 5 酱肘子..... (138)
- 6 酱猪爪..... (138)
- 7 五香酱驴肉..... (139)
- 8 卤肝..... (140)
- 9 醉肉..... (141)
- 10 肴肉..... (142)
- 11 五香茶蛋..... (142)
- 12 软酥鲫鱼..... (143)
- 13 酥白肉..... (144)
- 14 五香鳝片..... (145)
- 15 熏鱼片..... (146)
- 16 熏鱼块..... (147)
- 17 熏豆腐..... (148)
- 18 烟熏鸡蛋..... (149)
- 19 水晶荷花鸡..... (150)
- 20 奶汁冻鸡..... (151)
- 21 八宝冻鸭..... (151)

22冻桂花肉.....	(152)
23水晶肘.....	(154)
24冻绿豆肘.....	(155)
25怪味拌鱼.....	(156)
26茄汁鱼条.....	(157)
27凉拌牛肉.....	(158)
28麻辣牛丝.....	(159)
29笋丝羊肉.....	(160)
30豆干肉丁.....	(161)
31凉拌四丝.....	(162)
32椒麻肚丝.....	(163)
33葱油肚条.....	(164)
34拌皮丝.....	(166)
35洋葱兔丁.....	(166)
36五香酱干.....	(167)
37油焖五素.....	(169)
38椒泥茄子.....	(170)
39姜汁毛豆.....	(171)
40酱香桃仁.....	(171)

五、冷做凉吃类

1 椒麻鸡片.....	(173)
2 芥末鸡丝.....	(174)

3 桔红鸡丝.....	(175)
4 炆鸡肝.....	(176)
5 葱椒炆鱼片.....	(177)
6 四味鱼片.....	(178)
7 葱椒鱼片.....	(179)
8 脆脆蜇丝.....	(180)
9 炆牛肉萝卜.....	(181)
10 炆蒜薹肚仁.....	(182)
11 炆猪舌.....	(183)
12 炆猪腰.....	(184)
13 叉烧肉凉拌菜.....	(185)
14 肉丝拉皮.....	(186)
15 脆皮王瓜.....	(186)
16 油吃鲜蘑.....	(187)
17 葱油莴笋丝.....	(188)
18 炆黄瓜皮.....	(188)
19 洋葱蘑芋.....	(189)
20 拍拌黄瓜.....	(190)
21 芥末拌豆芽菜.....	(191)
22 素拌土豆丝.....	(191)
23 菠菜拌粉皮.....	(192)
24 菠菜拌绿豆芽.....	(193)
25 翡翠茭白.....	(194)

26椒油花菜·····	(195)
27辣白菜卷·····	(196)
28香菜双丝·····	(197)
29芥末墩儿·····	(198)
30凉拌西瓜皮·····	(199)
31桃仁瓜丁·····	(199)
32麻酱板栗·····	(201)
33咸肉·····	(202)
34咸鸭蛋·····	(203)
35五香咸鸡蛋·····	(203)
36生腌萝卜·····	(204)

六、其它类

1五味菜·····	(205)
2五香芥·····	(206)
3五味姜片·····	(206)
4龙须菜·····	(207)
5多味蕃茄·····	(208)
6多味黄瓜·····	(209)
7多味菜·····	(209)
8杂菜末·····	(210)
9果味白菜·····	(211)
10果香醉枣·····	(211)

11 酒腌葱头.....	(212)
12 人参果.....	(213)
13 锦州 虾油小菜.....	(213)
14 虾油螺丝菜.....	(214)
15 虾油豇豆.....	(215)
16 虾油芸豆角.....	(216)
17 虾油辣椒.....	(216)
18 虾油柿椒.....	(217)
19 虾油芹菜.....	(218)
20 虾油小茄包.....	(219)
21 五香海带丝.....	(219)
22 干豇豆.....	(220)
23 青椒干.....	(221)
24 辣椒汁.....	(221)
25 腊八蒜.....	(222)