

技能篇

臨安農家

特色菜

咸肉炒春笋

火腿蒸石笋干

小炒蕺菜



临安农家特色菜

技能篇

临安市人力资源和社会保障局
临安市旅游局农家乐服务中心
临安市餐饮行业协会
二零一四年四月

《临安农家特色菜》编委会

编委会主任：许爱惜

副主任：路 军、朱加同

编 委：管江峰、盛旭军、余小建、陈红生、刘智燕、舒国华

汪锐峰、方国忠、余成云、姜 峰、华云虎、骆英军

梅其高、程远军

主 编：余小建

副主编：陈红生

图版设计：史陈林 王金军

前言

俗话说:民以食为天。老祖宗孔夫子也说:食色,性也。食总是被排在诸多行为之前,食是人们最基本的需要,在中国的文化里,“食”体现的内涵不单纯是物,还包含着审美、社交、精神愉悦。现代社会,美食已经不仅仅只满足于人们的裹腹之欲,它已成为了一种文化、一种境界、一种体验、一种享受。

临安一直以丰富的避暑纳凉资源吸引着八方游客。高山、森林、瀑布、溪流等旅游资源成为临安旅游的一张名片。清新的空气、自然的凉风、奔流的山泉,让临安名符其实的成了天然氧吧、自然的纳凉地。临安地域广阔、历史悠久是钱王故里,传承着璀璨厚实的吴越文化;临安山清水秀是旅游胜地,吸引着熙熙攘攘的中外游客;临安资源丰富,是三宝之乡,搅动着慕名而至的美食家的心房,高山绿海中盛产野生自然的各种土特产品。

随着临安旅游业的蓬勃发展,临安特色农家乐已成为临安的又一张新名片,吃农家饭,住农家屋,干农家活,享农家乐,集观光、休闲、度假为一体。成熟的临安农家乐已把农事活动、乡村田园风光、乡土民俗文化、乡村民居和聚落文化与现代旅游度假、休闲娱乐相结合,深得都市人喜爱。

良好的生态环境,得天独厚的资源优势,为临安发展“农家特色菜系”提供了良好的自然条件和广阔的拓展空间,“临安老三宝”——笋干、茶叶、山核桃闻名遐迩;“临安新三宝”——“白果、药枣、猕猴桃”名声鹊起;“临安三石”——石鸡、石耳、石斑鱼更是久负盛名。满山

遍野的野笋、野菜、野菇,悠久的历史人文积淀和丰富的文化底蕴,为临安农家特色菜肴的开发奠定了历史人文基础。

本教材精选了临安部分农家特色菜,菜肴以炖、煨为主,就地取材、原始生态、绿色环保,体现了临安的农家风味。

《临安农家特色菜》的出刊,透视出一个时尚、领鲜、实用的窗口,在这里,它将引领你一起品尝农家风味小吃;引领你一起研究农家私房菜谱;引领你一起商讨农家烹饪技艺;引领你一起流连特色农家乐;引领你一起搜罗农家健康宝典;更引领你一起体验美味人生。

目 录

一、原材料	04
二、特色菜	09
三、精选菜	14
1、多味笋	33
2、乐平清水鱼	33
3、清炒双脆	34
4、农家炖鳊段	35
5、拔丝地瓜	35
6、天目一品煲	36
7、雪菜羊血煲	36
8、清汤肉丸	37
9、农家烤土豆	38
10、回味无骨鸭掌	38
11、红烧狮子头	39
12、清炒山药	40
13、凉拌莴笋	40
14、农家土豆排骨煲	41
15、乡林小溪鱼	42
16、泥鳅豆腐煲	42
17、雪菜野兔锅仔	43
18、挂霜山核桃肉	43
19、咸肉春笋锅仔	44
20、酸辣土豆丝	45
21、肉末番薯粉丝	46
22、双蹄土豆干	46
23、蜜汁银杏果	47
24、竹鸡锅仔	47
25、天目笋卷	48
26、香锅莴笋干	49
27、盐焗白果	49
28、雪菜炒野笋	50
29、豆腐渣炒地衣	50
30、小炒蕨子棵	51

31、铁板四季豆干	52
32、鸭肠火锅	52
33、鸡汁野桑耳	53
34、胡葱干烧肉	54
35、天目泉水炖石鸡	54
36、原味手剥笋	55
37、土酱溪石斑	56
38、红卤昌化干	56
39、明笋干豆腐丸子	57
40、京葱炒石耳	57
41、草猪肉锅仔	58
42、黄干鱼锅仔	59
43、小炒黄瓜皮	59
44、玉米排骨煲	60
45、一品豆腐	61
46、蕨菜春笋锅仔	61
47、土火腿蒸石笋干	62
48、尖椒咸笋五花肉	63
49、粽香扎鸭	63
50、手撕野兔	64
51、乡村一锅鲜	64
52、横畈干小炒	65
53、炒鲜奶	66
54、白切竹林鸡	66
55、毛笋干土猪肉	67
56、小公鸡锅仔	67
57、南瓜窝窝头	68
58、清明馃	69
59、玉米馃	69
四、试题精选	66
1、选择题	66
2、判断题	85
五、参考答案	92

目 录

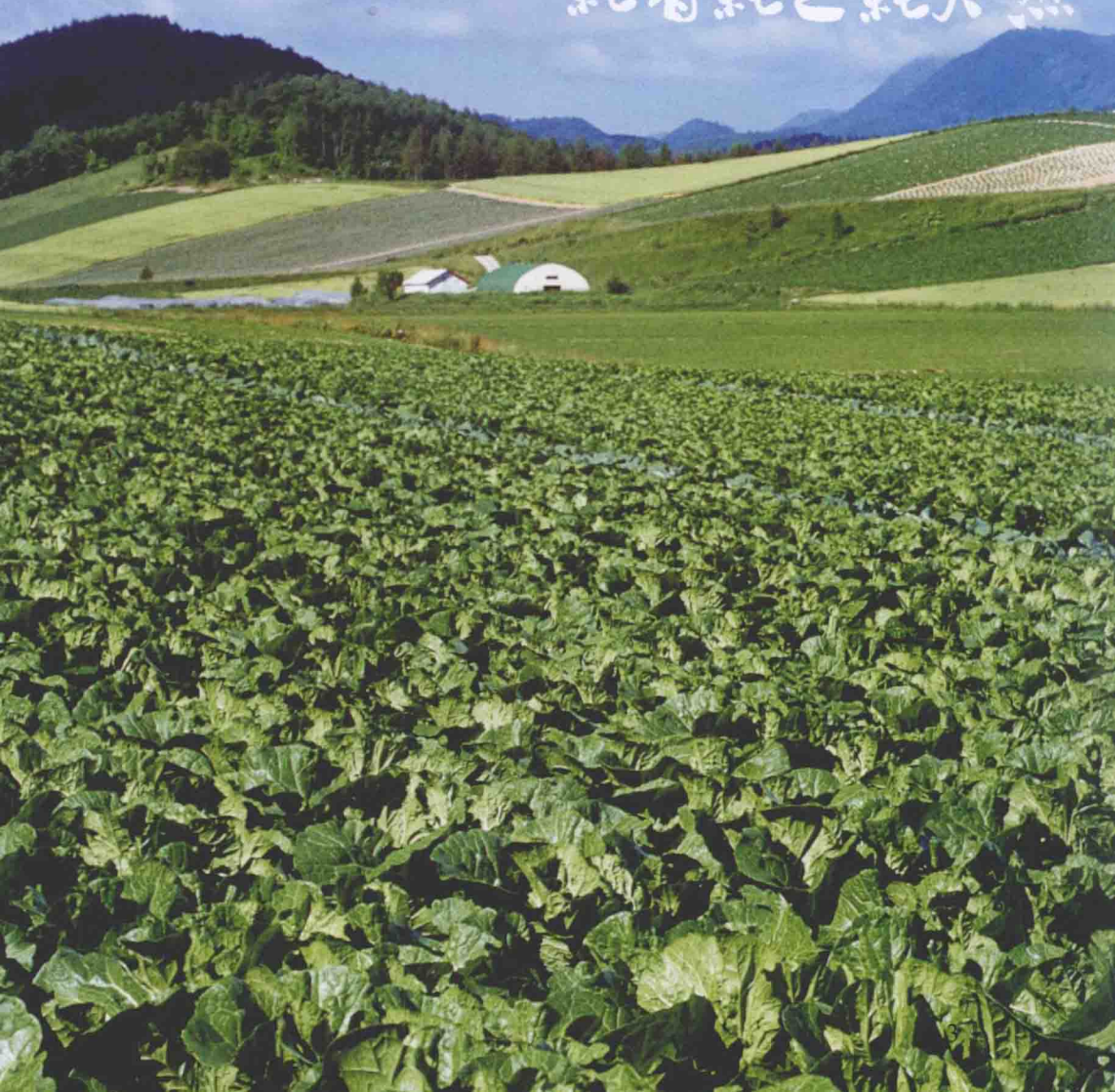
一、原材料	04
二、特色菜	09
三、精选菜	14
1、多味笋	33
2、乐平清水鱼	33
3、清炒双脆	34
4、农家炖鳊段	35
5、拔丝地瓜	35
6、天目一品煲	36
7、雪菜羊血煲	36
8、清汤肉丸	37
9、农家烤土豆	38
10、回味无骨鸭掌	38
11、红烧狮子头	39
12、清炒山药	40
13、凉拌莴笋	40
14、农家土豆排骨煲	41
15、乡林小溪鱼	42
16、泥鳅豆腐煲	42
17、雪菜野兔锅仔	43
18、挂霜山核桃肉	43
19、咸肉春笋锅仔	44
20、酸辣土豆丝	45
21、肉末番薯粉丝	46
22、双蹄土豆干	46
23、蜜汁银杏果	47
24、竹鸡锅仔	47
25、天目笋卷	48
26、香锅莴笋干	49
27、盐焗白果	49
28、雪菜炒野笋	50
29、豆腐渣炒地衣	50
30、小炒蕨子棵	51

31、铁板四季豆干	52
32、鸭肠火锅	52
33、鸡汁野桑耳	53
34、胡葱干烧肉	54
35、天目泉水炖石鸡	54
36、原味手剥笋	55
37、土酱溪石斑	56
38、红卤昌化干	56
39、明笋干豆腐丸子	57
40、京葱炒石耳	57
41、草猪肉锅仔	58
42、黄干鱼锅仔	59
43、小炒黄瓜皮	59
44、玉米排骨煲	60
45、一品豆腐	61
46、蕨菜春笋锅仔	61
47、土火腿蒸石笋干	62
48、尖椒咸笋五花肉	63
49、粽香扎鸭	63
50、手撕野兔	64
51、乡村一锅鲜	64
52、横畈干小炒	65
53、炒鲜奶	66
54、白切竹林鸡	66
55、毛笋干土猪肉	67
56、小公鸡锅仔	67
57、南瓜窝窝头	68
58、清明馃	69
59、玉米馃	69
四、试题精选	66
1、选择题	66
2、判断题	85
五、参考答案	92

特色菜

原汁原味原生态

纯香纯色纯天然



原材料

九山半水半分田的临安，山峦叠翠，深林茂密，生态环境得天独厚，诱人美食往往藏匿于山林、溪涧、石崖、田间，大多属于纯天然“山珍”。

可谓原汁原味原生态、纯香纯色纯天然



石斑鱼



石鸡



石耳



四季豆干



蕨菜



银杏



野芝麻



水芹菜

空心菜



竹筴



特色菜



钱王四喜鼎

2002年荣获临安市首届地方名菜金奖
2010年荣获中国浙江（国际）
产博会“最佳创意奖”

公元908年，钱王自立为吴越国天宝元年，巡游衣锦军、乡邻以王侯鼎食之礼相迎。宰老鸭烹煮，辅出壳雏鸭置于四角，取老幼同堂，四方向喜之意，乃有钱王四喜鼎之谓。后民间撤去鸭喜，降格为钱王老鸭煲，以示尊重。

雉鸡羹是我国典籍中记载最早的名馐，被誉为“天下第一羹”。传说厨行的祖师爷彭祖善于调制味道鲜美的野鸡汤。

献给帝尧食用，治愈了帝尧的疾病，因此被封于大彭。汉代楚辞专家王逸曰：“彭铿，彭祖也。好和滋味，善斟雉羹，能事帝尧，帝尧美而殍食之也”。彭铿是彭部族的始祖，以后子孙繁衍，主要是他的“雉羹之道”可祖，便尊称他为彭祖，他的后裔就叫彭祖氏。彭祖的“雉羹之道”逐步发展成为“烹饪之道”，因此他也成了我国“第一位著名的职业厨师”。



雉鸡羹

2010年荣获临安特色美食金奖

山珍素鱼翅

2011年荣获中国浙江（国际）产博会金奖



彭祖益寿鸡

2002年荣获临安市首届地方特色菜金奖

2011年荣获中国浙江（国际）产博会金奖



相传彭祖晚年居住在山青水秀的临安，常食山珍特产用于益寿，以临安山区土生土长的天目本鸡为主料，辅以於术、银杏、药枣等临安名贵「药三宝」和天目青顶、笋干、山核桃仁等临安「三宝」、烹制一道色、香、味、型、养俱全的佳肴。