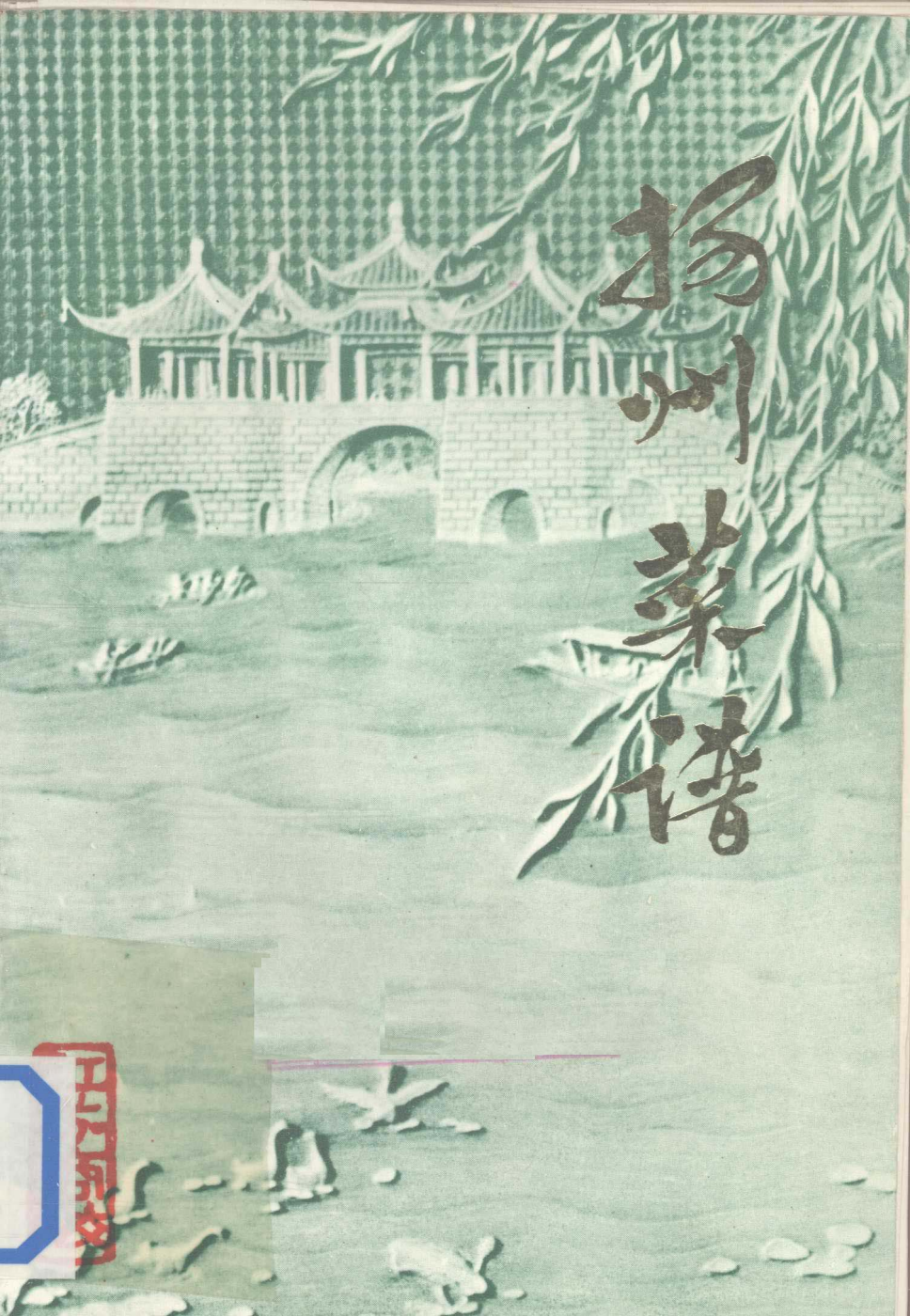


扬州菜谱



扬州菜

江苏省商业学校烹调专业工农兵学员编

前 言

扬州菜肴历史悠久，在隋唐以前已有盛名。随着大运河的通航，扬州成为隋、唐时代的交通枢纽和粮盐集散地点，经济、文化迅速发展，扬州菜肴也随之发展。近千年来，经过广大劳动人民长期实践，逐步形成了地方菜肴的独特风味。解放后，党和国家十分重视和关怀饮食行业，随着工农业生产的飞跃前进，扬州菜肴有了新的发展。特别是无产阶级文化大革命以来，饮食行业的广大职工遵循毛主席“古为今用”、“洋为中用”、“推陈出新”的方针，发掘了丰富多彩的传统菜肴，又进一步发展了扬州菜肴的地方特色。

扬州菜肴的特色是：在切配上，以地方原料为主，选料严格、制作精细；在烹调上，擅长“炖、焖”，讲究火工；在风味上，保持原汁原汤，“汤清而见底，汤浓而乳白”，口味甜咸适中。适应性强，南北皆宜，深受广大人民群众欢迎，在全国享有声誉。

本集共搜集了扬州菜肴三百二十八种，以适应我校烹调专业的教学需要，并供饮食部门广大革命职工参考之用。

目 录

前 言

猪、牛、羊类·····	1
烤方·····	1
烤腰卷·····	2
松子肉·····	4
溜排骨·····	5
溜里脊·····	6
炸芝麻腰子·····	8
炸枚卷·····	9
炸猪排·····	10
油炸油·····	11
锅烧肉·····	12
爆双脆·····	13
麻花腰卷·····	14
炒肉丝·····	15
炒里脊丝·····	16
回锅肉·····	17
姜丝肉·····	18
炒猪肝·····	19
炒大肠·····	20
炒肚丝·····	21

炒肝大	22
炒腰花	23
火腿炖萝卜球	24
百花酒焖肉	25
清炖蟹肉狮子头	26
蛋子肉	27
绍兴酒元焖肉	28
珍珠圆子	28
荷叶粉蒸肉	29
冰糖烧扒蹄	30
裙褶肉	31
蹄筋参	32
扒烧整猪头	34
翡翠蹄筋	35
腐乳拆烧肉	36
鸡粥蹄筋	37
蟹烧蹄筋	38
红烧斩肉	39
樱桃肉	40
烧皮肚	41
红烧肉	42
凉拌肉	43
五香腰	44
冻蹄	45
水晶肴蹄	46
盐水蹄	47
清汤火方	48

汤泡双脆·····	50
氽斩肉·····	51
京葱煨牛方·····	52
溜松子牛卷·····	53
扒烧牛筋·····	54
烧牛肉·····	55
烧羊肉·····	56
羊糕·····	57

水产类 ····· 59

熏鱼·····	59
叉烧桂鱼·····	60
叉烧长鱼方·····	61
熏白鱼·····	63
酥煨鲫鱼·····	64
醋溜桂鱼·····	65
松鼠桂鱼·····	66
溜鱼片·····	68
溜黄鱼·····	69
干炸银鱼·····	70
炸鱼排·····	71
芝麻鱼条·····	72
萝卜鱼·····	73
干炸刀鱼·····	74
三丝鱼卷·····	75
芙蓉鱼片·····	76
炒脆边·····	77

炒鱼丝·····	78
酥炒鳝鱼·····	79
长鱼炒虾仁·····	80
炒软兜长鱼·····	82
糟溜鱼片·····	83
塘鱼菜苔·····	84
炒鱼片·····	85
炒蝴蝶片·····	86
炒鳝糊·····	87
黑鱼两吃·····	88
清炖甲鱼·····	90
清蒸鲥鱼·····	91
清蒸鲥鱼·····	92
清蒸刀鱼·····	93
双皮刀鱼·····	94
白汁桂鱼·····	95
白汁八宝桂鱼·····	97
撮沙桂鱼·····	98
五柳鱼·····	99
芙蓉鲥鱼·····	100
三鲜脱骨鱼·····	101
荔枝鱼·····	103
蟹烧鱼皮·····	104
白烩鲥鱼肚·····	105
烧鳝裙·····	107
烧鱼饼·····	108
龙戏珠·····	109

黄鱼羹	110
烧黄鱼	111
烧青鱼块	112
烧鳊鱼	113
荷包鲫鱼	114
红烧刀鱼	115
白汁鲥鱼	116
红烧鲥鱼	117
拆烩鲢鱼头	118
白烩脐门	120
锅贴鱼	121
刀鱼羹卤子面	122
拆冻鲫鱼	123
稀卤白鱼	124
凉拌鱼肚	125
氽鲫鱼	126
刀鱼丸汤	127
炸虾塔	128
膏里凤尾虾	129
膏里虾	130
炸虾卷	131
虎皮虾球	132
交切虾	133
面包虾饼	134
炒虾仁	135
炒虾脆	136
炒虾腰	137

炒虾蟹	138
炒大虾	139
翠带虾	140
炒凤尾虾	141
琵琶虾	142
荷包虾	143
锅巴虾仁	144
熟炆虾仁	145
盐水虾	146
清汤捶虾	147
锅烧蟹	148
炒蟹脆	149
炒蟹粉	150
清蒸蟹	151
菊花蟹	152
芙蓉套蟹	153
斑肝烩蟹	154

禽蛋类.....155

什锦味鸡	155
溜仔鸡	156
溜桃仁鸡	157
油淋鸡	159
干炸鸡	160
香酥鸡	161
鸡塔	162
松仁鸡	163

锅贴鸡	164
炸鸡排	165
铁扒鸡	166
炸八块	167
白酥鸡	168
脆皮糯米鸡	169
姜爆鸡丁	170
鸡里爆	171
银苗鸡丝	172
芙蓉鸡片	173
爆仗鸡	174
柴把鸡	175
绣球鸡	177
锅烧鸡	178
芙蓉鸡	179
西瓜鸡	180
八宝鸡	181
白玉鸡	183
炒双色鸡茸	184
桂花鸡	185
炒鸡片	186
炒鸡丁	187
炒鸡丝	188
烩鸡翅	189
咖喱鸡	190
出骨掌翅	191
笔杆鸡	192

熏鸡	193
蛤蟆鸡	194
蛋美鸡	195
清炖鸡	197
醉蟹清炖鸡	198
风鸡	199
珊瑚炖鸡	199
荷叶粉蒸鸡	201
酒焖鸡翅	202
荷花鸡	203
油鸡	204
冻鸡	205
凉拌鸡	206
夜来香余鸡片	207
红烧酥鸡	207
叉鸭	209
香酥鸭子	210
锅烧鸭子	211
芝麻鸭肝	212
天地鸭子	213
馄饨鸭	214
火腿炖鸭	215
冬菜扒鸭	216
陈皮焖鸭	217
清炖文武鸭	218
芋艿红烧鸭	219
烧鸭舌掌	220

烩鸭四宝	221
叉烧鸭子	222
蘑菇烩鸭腰	223
烧块鸭	224
芙蓉鸭舌	225
翡翠鸭舌	226
三套鸭	227
溜变蛋	228
桃仁鸽蛋	229
鸡茸鸽蛋	230
虎皮蛋	231
玛瑙蛋	232
火腿冬菇蛋糕	233
烧酥蛋	234
虾仁涨蛋	235
煎荷包蛋	236
虾仁蛋汤	236
 山珍海味类	 238
桂花鱼翅	238
鸡粥鱼翅	239
红烧鱼翅	240
干丝烧鱼翅	241
芙蓉鸡烧鱼翅	243
鸡包鱼翅	244
原焖鱼翅	246
三丝清汤鱼翅	247

海参饼	248
鸡酥海参	449
蝴蝶海参	251
烧海参	252
甲鱼烧海参	253
鸡腿扒乌参	255
清汤大乌参	256
烧二海	257
烧鲷鱼肚	258
鸡绒银肚	260
向阳燕菜	261
上品燕菜	262
芙蓉燕菜	263
三丝燕菜	264
鸽蛋银耳	265
绣球银耳	266
肺羹银耳	267
烧干贝	268
绣球干贝	268
烧鱼唇	270
烧鱼皮	271
 野味类	 273
炸芝麻野鸭	273
溜雀脯	274
麻花野鸭	275
炒山鸡丁	276

豆苗山鸡片	277
清炖二鸡	279
野鸭菜饭	280
烧香鸭	281
金葱烧野鸭	282
川冬菜扒野鸭	284
山鸡煽	285
素菜类	287
溜素鹅皮	287
溜素桂鱼	288
素面包虾	289
挂卤脆素鱼	290
香橡豆腐	291
烧素斩肉	292
素鸽蛋	293
素火腿	294
素什锦	295
杏仁豆腐	296
炆冬笋	297
甜菜类	298
灌香山药	298
炸珠兰	299
炸兰花	299
水晶肉	300
扒山药	301

酿枇杷	302
扒莲子	303
山药桃	303
桂花白果	304
桂花糖藕	305
炸玛瑙	306
八宝香瓜	307
八宝饭	308
焖钵湘莲	309
琥珀莲心	310
蜜汁甜桃	311
蜜汁橄榄山芋	311
翡翠珊瑚	312
蜜汁燕菜	313
西瓜冻	313
西米白果	314
西米枇杷	315
其他类	316
泥包笋	316
熏笋	317
叉烧豆腐	318
炒三鲜	319
蟹油水晶球	320
什锦火锅	321
油焖豆腐	322
砂锅菜心	323

合片笋	324
冬瓜盅	325
五丁灌蛋	326
莲蓬豆腐	327
砂锅鲜鱼肚	328
火腿炖芽菜	329
煎烧豆腐	330
面包虾	331
柳叶面包	332
烧三冬	333
锅烧笋	334
皮箱豆腐	335
奶油菜心	337
烧口蘑	338
口蘑锅巴汤	338
鳝段焖肉	339
白汁春笋	341
冬冬青	342
什锦豆腐羹	343
鸡汤煮干丝	344
酿大椒	345
酿丝瓜	346
酿冬瓜	348
芙蓉海底松	349
蚌螯豆腐汤	350
清汤五丝豆腐	351
编 后	352

猪、羊、牛 类

烤 方

一、原料：

猪肋条肉	一块(七斤左右)
甜酱	二两
花椒盐	二两
葱白段	一两

二、制法：

1. 选猪皮一分半左右厚，正中带七根肋骨的肋条肉一块(七斤)，修齐四边后成约八寸五分长，六寸五分宽的长方块(重约五斤左右)，皮朝下放案板上，将肋骨中间斩个印子，用手把两边按一下使其骨断肉不断，然后用削尖的竹筷在肉面上打扦，但不能扦到皮，以便烘烤时排出热气。

将肉块上烤叉，再用两头削尖的竹筷两根分别横插入肉块两边，使肉块平整地固定在烤叉上，不致在烘烤时肉烂下垂。

2. 炉膛内除去余灰，取芦柴五斤，分三次，放入炉膛燃烧，烧至无烟、无火苗成余火时，将火堆拨成凹形，手持叉柄，把肉(皮朝下)伸入炉膛。距底火四寸高处，摆动烘烤二十分钟左右，视肉皮上水分烘干，肉皮烤呈焦透时取出，放在淘米水缸泡软。取出用刀刮去皮上焦污后，再按上述操作方