

烹飪技術

菜面譜



山东省烟台商业学校

烹 饪 技 术

(内部试用)

山东省烟台商业学校

毛主席语录

思想上政治上的路线正确与否是决定一切的。

发展经济，保障供给。

为什么人的问题，是一个根本的问题，原则的问题。

政治和经济的统一，政治和技术的统一，这是毫无疑义的，年年如此，永远如此。这就是又红又专。

列宁为什么说对资产阶级专政，这个问题要搞清楚。这个问题不搞清楚，就会变修正主义。要使全国知道。

编写说明

遵照伟大领袖毛主席“教育必须为无产阶级政治服务，必须同生产劳动相结合”的教导，为培养又红又专的烹饪技术人员，发扬优良的传统技术，更好地贯彻饮食业为无产阶级政治、为工农业生产、为工农兵服务的方向，根据我区传统技术，参照兄弟地区、兄弟学校的经验，在第一次编写的基础上，经过七期短期班的教学实践，征求了不少读者的意见，又重新编写了这部烹饪技术试用教材，供我校教学之用。但由于我们学习马列著作和毛主席著作不够，以及业务知识、实践经验所限，缺点错误在所难免，望给予批评指导。

山东省烟台商业学校

一九七五年五月

菜谱目录

第一辑

拌、炆、腌、酱、卤

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. 拌三丝……………(3) | 11. 盐水豌豆……………(7) |
| 2. 拌肉丝……………(3) | 12. 盐水虾……………(8) |
| 3. 冬粉拌鸡丝………(3) | 13. 干贝松……………(8) |
| 4. 赛香瓜……………(4) | 14. 虾松……………(8) |
| 5. 清拌粉皮……………(4) | 15. 鱼松……………(9) |
| 6. 炆腰片……………(5) | 16. 肉松……………(9) |
| 7. 炆腰花……………(5) | 17. 菜松……………(9) |
| 8. 辣黄瓜……………(6) | 18. 酱牛肉……………(10) |
| 9. 辣白菜……………(6) | 19. 卤鸡……………(10) |
| 10. 辣莴苣……………(7) | 20. 盐卤肚……………(11) |

氽、涮、烩

- | | |
|------------------|-------------------|
| 21. 氽丸子……………(11) | 27. 氽海螺……………(13) |
| 22. 氽肉片……………(11) | 28. 氽蛎子……………(14) |
| 23. 氽鱼片……………(12) | 29. 氽海肠子……………(14) |
| 24. 滑氽鸡……………(12) | 30. 氽三鲜……………(14) |
| 25. 氽虾仁……………(13) | 31. 甩袖汤……………(15) |
| 26. 氽鲍鱼……………(13) | 32. 酸辣汤……………(15) |

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 33. 苜蓿汤..... (15) | 36. 山东菜..... (17) |
| 34. 清汤广肚..... (16) | 37. 烩肘花..... (17) |
| 35. 涮羊肉..... (16) | |

炸、溜、爆、炒、烹

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 38. 炸里脊..... (18) | 59. 清烧腰花..... (26) |
| 39. 炸肉干..... (18) | 60. 清烧大肠..... (26) |
| 40. 炸春段..... (19) | 61. 软炸里脊..... (26) |
| 41. 炸排骨..... (19) | 62. 软炸丸子..... (27) |
| 42. 炸鸡干..... (20) | 63. 软炸鸡..... (27) |
| 43. 炸八块..... (20) | 64. 管烧肉..... (27) |
| 44. 炸小鸡..... (21) | 65. 管烧牙片鱼..... (28) |
| 45. 炸虾古鲁..... (21) | 66. 管烧虾..... (28) |
| 46. 炸虾段..... (21) | 67. 网油里脊..... (29) |
| 47. 干炸丸子..... (22) | 68. 笏板牙片鱼..... (29) |
| 48. 炸鸡球..... (22) | 69. 炸板鱼..... (30) |
| 49. 炸虾球..... (22) | 70. 炸板虾..... (30) |
| 50. 烧肝尖..... (23) | 71. 炸虾托..... (31) |
| 51. 烧腰花..... (23) | 72. 面包虾球..... (31) |
| 52. 烧肚块..... (23) | 73. 虾仁吐丝..... (31) |
| 53. 烧大肠..... (24) | 74. 炸鱼卷..... (32) |
| 54. 烧虾仁..... (24) | 75. 锅烧里脊..... (32) |
| 55. 烧蛎黄..... (24) | 76. 锅烧肉..... (33) |
| 56. 烧蛎子..... (25) | 77. 锅烧肘子..... (33) |
| 57. 金果蛎子..... (25) | 78. 锅烧鸡..... (34) |
| 58. 清炸里脊..... (25) | 79. 锅烧雏鸡..... (34) |

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| 80. 锅烧鸭····· (35) | 106. 清溜虾仁····· (48) |
| 81. 竹筒鸡····· (35) | 107. 软溜虾仁····· (48) |
| 82. 香酥鸡····· (36) | 108. 笋片雏鸡····· (49) |
| 83. 琵琶虾····· (36) | 109. 三色鸡片····· (49) |
| 84. 凤尾虾····· (37) | 110. 玻璃鸡····· (50) |
| 85. 炸溜肉····· (37) | 111. 日光鸡····· (50) |
| 86. 烧溜大肠····· (38) | 112. 溜黄菜····· (51) |
| 87. 炸溜鸡····· (38) | 113. 麻婆豆腐····· (51) |
| 88. 辣椒鸡····· (39) | 114. 辣子豆腐····· (52) |
| 89. 烧溜鱼条····· (39) | 115. 糖醋里脊····· (52) |
| 90. 烧溜虾仁····· (40) | 116. 糖醋排骨····· (53) |
| 91. 烧溜豆腐····· (40) | 117. 糖醋肉片····· (53) |
| 92. 发板鱼····· (41) | 118. 糖醋肉丝····· (54) |
| 93. 油泼鸡····· (41) | 119. 糖醋加吉鱼····· (54) |
| 94. 溜肉片····· (42) | 120. 糖醋鱼条····· (55) |
| 95. 溜肉丝····· (42) | 121. 糖醋鱼盒····· (55) |
| 96. 溜肉丁····· (43) | 122. 糖醋鱼卷····· (56) |
| 97. 溜三样····· (43) | 123. 糖醋松鼠花鱼····· (56) |
| 98. 樱桃肉····· (44) | 124. 醋溜鱼卷····· (57) |
| 99. 煎雏肉····· (44) | 125. 醋溜花鱼····· (58) |
| 100. 姜丝肉····· (45) | 126. 糟溜鱼片····· (58) |
| 101. 溜肝尖····· (45) | 127. 糟溜虾仁····· (59) |
| 102. 溜腰花····· (46) | 128. 鸡松口蘑····· (59) |
| 103. 瓦瓿腰子····· (46) | 129. 白汁加吉鱼····· (60) |
| 104. 溜肚片····· (47) | 130. 奶油加吉鱼····· (60) |
| 105. 溜鱼片····· (47) | 131. 五柳加吉鱼····· (61) |

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 132. 松子花鱼····· (61) | 158. 爆两样····· (75) |
| 133. 松子鱼条····· (62) | 159. 爆双脆····· (75) |
| 134. 鸡松花鱼····· (62) | 160. 爆肉丁····· (76) |
| 135. 鸡松虾仁····· (63) | 161. 爆鸡丁····· (76) |
| 136. 金鱼虾····· (63) | 162. 爆鱼丁····· (77) |
| 137. 芙蓉虾仁····· (64) | 163. 爆炒肉片····· (77) |
| 138. 鸡松海螺····· (64) | 164. 爆炒肉丝····· (78) |
| 139. 溜蟹肉····· (65) | 165. 油爆肚仁····· (78) |
| 140. 番茄肉····· (65) | 166. 油爆乌鱼花····· (79) |
| 141. 番茄肉片····· (66) | 167. 油爆海螺····· (79) |
| 142. 番茄肉丝····· (66) | 168. 油爆大蛤····· (80) |
| 143. 番茄鸡块····· (67) | 169. 肉片爆海螺····· (80) |
| 144. 番茄鸡片····· (67) | 170. 鸡里豹····· (81) |
| 145. 番茄鸡球····· (68) | 171. 鸡里蹦····· (81) |
| 146. 番茄板鱼····· (68) | 172. 椒油爆炒肉片····· (82) |
| 147. 番茄鱼盒····· (69) | 173. 辣椒爆鸡丁····· (82) |
| 148. 番茄合页鱼····· (69) | 174. 京爆里脊····· (83) |
| 149. 番茄鱼卷····· (70) | 175. 宫爆鸡丁····· (83) |
| 150. 番茄大虾····· (71) | 176. 酱爆肉丁····· (84) |
| 151. 番茄虾仁····· (71) | 177. 酱爆鸡丁····· (84) |
| 152. 番茄虾球····· (72) | 178. 盐爆肚条····· (85) |
| 153. 番茄虾托····· (72) | 179. 盐爆乌鱼花····· (85) |
| 154. 茄汁虾仁····· (73) | 180. 盐爆海螺····· (86) |
| 155. 广东肉····· (73) | 181. 盐爆大蛤····· (86) |
| 156. 广东鱼盒····· (74) | 182. 葱爆肉····· (86) |
| 157. 爆三样····· (74) | 183. 榨菜炒肉片····· (87) |

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 184. 榨菜炒肉丝…… (87) | 192. 炒蛎黄…… (90) |
| 185. 韭菜炒肉片…… (87) | 193. 韭菜炒海肠子… (91) |
| 186. 韭菜炒肉丝…… (88) | 194. 苜蓿蛭子…… (91) |
| 187. 玉兰片炒肉丝… (88) | 195. 水炒苜蓿虾仁… (91) |
| 188. 肉片炒海螺…… (88) | 196. 水炒苜蓿蛭子… (92) |
| 189. 干炒虾仁…… (89) | 197. 煸百肉…… (92) |
| 190. 炒芙蓉虾仁…… (89) | 198. 煎烹鱼盒…… (93) |
| 191. 面包炒虾仁…… (90) | |

煎、贴、塌

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 199. 干煎丸子…… (93) | 209. 锅贴虾…… (98) |
| 200. 南煎丸子…… (94) | 210. 塌肉片…… (98) |
| 201. 拖蒸花鱼…… (94) | 211. 锅塌里脊…… (99) |
| 202. 干焙加吉鱼…… (95) | 212. 锅塌瓦瓠腰子… (99) |
| 203. 煎虾饼…… (95) | 213. 锅塌鱼…… (100) |
| 204. 煎虾卤…… (96) | 214. 锅塌鱼盒…… (100) |
| 205. 南煎大虾…… (96) | 215. 锅塌蛎黄…… (101) |
| 206. 干焙海肠子…… (96) | 216. 锅塌全蟹…… (101) |
| 207. 锅贴肉…… (97) | 217. 锅塌豆腐盒…… (102) |
| 208. 锅贴鱼…… (97) | |

炖、焖

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 218. 清炖加吉鱼…… (102) | 223. 砂锅卤煮豆腐 |
| 219. 清炖甲鱼…… (103) | 大肠…… (105) |
| 220. 砂锅蘑菇鸡…… (103) | 224. 砂锅法制豆腐 |
| 221. 砂锅白菜鸭…… (104) | 块…… (105) |
| 222. 砂锅三味…… (104) | 225. 红焖加吉鱼…… (106) |

烧、扒、焙

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 226. 烧五丝……………(106) | 242. 扒大肠……………(115) |
| 227. 红烧肉块……………(107) | 243. 扒白菜卷……………(115) |
| 228. 红烧肘肉……………(107) | 244. 笋片扒鸡……………(116) |
| 229. 红烧肘花……………(108) | 245. 葱扒鸡……………(116) |
| 230. 红烧四元……………(108) | 246. 酱扒鸭……………(117) |
| 231. 红烧杂瓣……………(109) | 247. 奶油扒大肠……………(117) |
| 232. 红烧什锦丁……………(110) | 248. 四位鸡……………(118) |
| 233. 红烧蹄筋……………(110) | 249. 四位鸭……………(118) |
| 234. 红烧加吉鱼……………(110) | 250. 焙酥肉……………(119) |
| 235. 红烧鱼条……………(111) | 251. 焙大虾……………(120) |
| 236. 红烧虾仁……………(112) | 252. 焙虾段……………(120) |
| 237. 红烧乌鱼花……………(112) | 253. 九转大肠……………(120) |
| 238. 红烧海螺……………(113) | 254. 九转豆腐……………(121) |
| 239. 锅烧肘子肉……………(113) | 255. 干焙加吉鱼……………(121) |
| 240. 干烧加吉鱼……………(114) | 256. 酱滋加吉鱼……………(122) |
| 241. 干烧大虾……………(114) | |

蒸

- | | |
|---------------------|----------------------|
| 257. 蒸花肉……………(122) | 263. 草菇蒸鸡……………(125) |
| 258. 米粉肉……………(123) | 264. 清蒸全鸭……………(126) |
| 259. 山东酥肉……………(123) | 265. 三鲜全鸭……………(126) |
| 260. 酥肉……………(124) | 266. 什锦鸭……………(127) |
| 261. 清蒸全鸡……………(124) | 267. 清蒸加吉鱼……………(127) |
| 262. 黄焖鸡……………(125) | 268. 什锦豆腐箱……………(128) |

烤、熏

269. 烤鸡……………(129) 272. 焦皮肉……………(131)
270. 烤鸭……………(130) 273. 五香鱼……………(131)
271. 叉烧肉……………(130) 274. 酥鱼……………(132)

拔丝、挂霜、蜜汁

275. 拔丝丸子……………(132) 284. 琉璃丸子……………(136)
276. 拔丝脂油……………(133) 285. 雪花金条……………(137)
277. 拔丝蛋泊肉……………(133) 286. 酥白肉……………(137)
278. 拔丝香蕉条……………(133) 287. 蜜汁火腿……………(138)
279. 拔丝冰糕……………(134) 288. 蜜汁金枣……………(138)
280. 拔丝山药……………(135) 289. 蜜汁山药墩……………(138)
281. 拔丝金枣……………(135) 290. 蜜蒸山药片……………(139)
282. 拔丝白果……………(135) 291. 三不沾……………(139)
283. 拔丝苹果……………(136)

干 菜

292. 通天燕菜……………(140) 300. 桂花鱼翅……………(144)
293. 芙蓉燕菜……………(140) 301. 红烧海参……………(145)
294. 蝴蝶燕菜……………(141) 302. 葱烧海参……………(145)
295. 扒烂鱼翅……………(141) 303. 葱爆海参……………(145)
296. 红烧三丝鱼翅……………(142) 304. 肉片扒海参……………(146)
297. 清汤三鲜鱼翅……………(143) 305. 肘块扒海参……………(146)
298. 清汤虾仁鱼翅……………(143) 306. 肘花扒海参……………(147)
299. 雪花鱼翅……………(144) 307. 肚片扒海参……………(147)

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| 308. 三鲜扒海参·····(148) | 320. 麻汁紫鲍·····(154) |
| 309. 鸡腿扒海参·····(148) | 321. 红扒鱼唇·····(154) |
| 310. 鸡块扒海参·····(149) | 322. 红烧鱼皮·····(155) |
| 311. 蹄筋扒海参·····(149) | 323. 糖醋鱿鱼卷·····(155) |
| 312. 清汤三鲜海参·····(150) | 324. 葱扒裙边·····(156) |
| 313. 手球海参·····(150) | 325. 扒熊掌·····(156) |
| 314. 虾籽海参·····(151) | 326. 虾籽蹄筋·····(157) |
| 315. 红烧干贝·····(151) | 327. 高汤银耳·····(157) |
| 316. 红烧干贝肚·····(152) | 328. 炒猴头蘑·····(158) |
| 317. 红烧鲍鱼·····(152) | 329. 干烧冬笋·····(158) |
| 318. 油爆鲍鱼·····(153) | 330. 炒二冬·····(158) |
| 319. 鸡松鲍鱼·····(153) | |

第 二 辑

拌、腌、卤、冻

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. 胡辣鸡丝·····(163) | 7. 鸭蛋冻·····(165) |
| 2. 麻辣鸭丝·····(163) | 8. 鸡蛋冻·····(165) |
| 3. 怪味鸡·····(163) | 9. 水晶樱桃·····(166) |
| 4. 炒肉拉皮·····(164) | 10. 水晶肘子·····(166) |
| 5. 糟腌鱼片·····(164) | 11. 水晶虾仁·····(166) |
| 6. 茶蛋·····(165) | 12. 水晶鱼片·····(167) |

氽、涮、熬、烩

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 13. 氽蛋肠·····(167) | 14. 氽鸡血肠·····(167) |
|-------------------|--------------------|

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 15. 余鱼白……………(168) | 23. 口蘑锅巴……………(170) |
| 16. 余鱼花……………(168) | 24. 四生鱼锅……………(171) |
| 17. 糟余螃蟹……………(168) | 25. 青萝卜丝熬鲫鱼(171) |
| 18. 醋椒三片……………(168) | 26. 萝卜丝熬大肠…(172) |
| 19. 醋椒鱼片……………(169) | 27. 烩四宝……………(172) |
| 20. 鸡抓白菜心………(169) | 28. 烩鸡丝……………(172) |
| 21. 鸡抓菜花……………(170) | 29. 烩口蘑鸭腰………(173) |
| 22. 鸡抓油菜心………(170) | |

炸、溜、爆、炒、烹

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 30. 炸西例鸡……………(173) | 48. 炸网油鸡肝………(181) |
| 31. 炸雪里红肫肝…(174) | 49. 纸包三鲜……………(181) |
| 32. 烧镶大肠……………(174) | 50. 纸包虾……………(181) |
| 33. 芝麻里脊……………(175) | 51. 纸包鸡……………(182) |
| 34. 五香大猪排………(175) | 52. 炸腐皮虾卷………(182) |
| 35. 麻花肉……………(175) | 53. 炸腐皮肉卷………(183) |
| 36. 象眼鸽蛋……………(176) | 54. 炸腐皮鸡卷………(183) |
| 37. 铤槌鸡……………(176) | 55. 炸腐皮鱼卷………(183) |
| 38. 炸螃蟹……………(177) | 56. 菊花肉……………(183) |
| 39. 炸蟹盒……………(177) | 57. 咕咾肉……………(184) |
| 40. 七星蟹黄……………(177) | 58. 酥烧肉……………(184) |
| 41. 春花鸡……………(178) | 59. 菊花鱼……………(185) |
| 42. 酥炸春花肉………(178) | 60. 荔枝带鱼……………(185) |
| 43. 蛋泊虾仁……………(179) | 61. 油钻鱼……………(186) |
| 44. 蛋泊银鱼……………(179) | 62. 麦穗花鱼……………(186) |
| 45. 蛋泊鱼条……………(179) | 63. 糖醋鱼片……………(187) |
| 46. 炸网油虾干………(180) | 64. 糖醋瓦块鱼………(187) |
| 47. 炸网油鱼扇………(180) | 65. 田鸡喜牡丹………(188) |

- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| 66. 番茄盘龙鱼
喜珠……………(188) | 86. 爆炒鳝鱼丝……(199) |
| 67. 番茄鱼片…………(189) | 87. 酱爆鸽子…………(199) |
| 68. 番茄鸡立腿……(190) | 88. 炒浮油鸡片
肉丁……………(200) |
| 69. 番茄蛋泊虾饼…(190) | 89. 炒四件……………(200) |
| 70. 番茄蛋泊肉饼…(191) | 90. 生炒辣椒鸡……(201) |
| 71. 鸡茸虾仁…………(191) | 91. 生炒雏鸡…………(201) |
| 72. 鱼茸什锦…………(192) | 92. 姜芽炒雏鸡片…(202) |
| 73. 鱼茸蹄筋…………(192) | 93. 姜芽炒雏鸭片…(202) |
| 74. 朴素全鱼…………(193) | 94. 姜丝鸡……………(202) |
| 75. 朴素虾仁…………(194) | 95. 姜丝鸭……………(203) |
| 76. 朴素里脊肉……(194) | 96. 炒鱼片……………(203) |
| 77. 鸡脯豌豆…………(195) | 97. 炒鸡丝……………(203) |
| 78. 炒浮油鸡片……(195) | 98. 鸡丝炒蒲菜……(204) |
| 79. 炒翡翠鸡片……(195) | 99. 苕蓿银鱼…………(204) |
| 80. 玻璃虾仁…………(196) | 100. 苕蓿肉……………(204) |
| 81. 煎雏鸡……………(196) | 101. 抓炒鱼……………(205) |
| 82. 炸溜螃蟹…………(197) | 102. 抓炒肉……………(205) |
| 83. 葱头猪排…………(197) | 103. 抓炒鱼片…………(206) |
| 84. 两吃鸡蛋…………(198) | 104. 抓炒虾仁…………(206) |
| 85. 爆炒鳝鱼片……(198) | 105. 炸烹猪排…………(206) |

煎、贴、塌

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 106. 锅贴火腿…………(207) | 109. 松花肉……………(208) |
| 107. 金钱火腿…………(207) | 110. 瓢广鱼……………(209) |
| 108. 锅塌鸡片…………(207) | 111. 椒油淋鸡…………(209) |

炖、焖

- | | |
|-------------------|------------------|
| 112. 砂锅炖吊子……(210) | 115. 西湖醋鱼……(211) |
| 113. 清炖银肺……(210) | 116. 红焖甲鱼……(212) |
| 114. 冬菇焖虾……(211) | |

烧、扒、焙

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 117. 红烧肉……(212) | 124. 糟扒荷包蛋大虾(215) |
| 118. 红烧金盅虾……(213) | 125. 红扒什锦甲鱼…(216) |
| 119. 红烧大虾……(213) | 126. 焙叉烧肉……(217) |
| 120. 烧鱼白……(214) | 127. 焙叉烧排骨……(217) |
| 121. 烧鱼花……(214) | 128. 叉烧五香蛋……(217) |
| 122. 扒猪排……(214) | 129. 干焙肉条……(218) |
| 123. 黄扒里脊球……(215) | 130. 茄汁里脊球……(218) |

蒸

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 131. 清蒸红白鸡……(219) | 141. 干蒸冬菇雏鸡片(224) |
| 132. 清蒸炉鸭……(219) | 142. 干蒸冬菇雏鸭片(224) |
| 133. 清蒸网油加吉鱼(220) | 143. 凤凰卵巢……(224) |
| 134. 清蒸圆盘鸡……(220) | 144. 白汁盘龙鱼喜珠(225) |
| 135. 清蒸圆盘鸭……(221) | 145. 花篮冬菇……(226) |
| 136. 三鲜圆盘鸡……(221) | 146. 竹篮鸡……(226) |
| 137. 三鲜圆盘鸭……(222) | 147. 冬菇盒……(227) |
| 138. 圆盘虎皮肘子…(222) | 148. 鸡镶蹄筋……(227) |
| 139. 清蒸凤尾鸡……(223) | 149. 西瓜鸡……(228) |
| 140. 清蒸凤尾鸭……(223) | 150. 手形鱼卷……(228) |

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 151. 什锦绣球…………(229) | 159. 醋椒鲤鱼…………(233) |
| 152. 绣球全鱼…………(230) | 160. 蛋浮肉…………(234) |
| 153. 八宝辣椒…………(230) | 161. 肉松瓦糕…………(234) |
| 154. 菊花辣椒…………(231) | 162. 什锦瓦糕…………(235) |
| 155. 金银小鸡…………(231) | 163. 荷花鸡蛋…………(235) |
| 156. 金银鸭片…………(232) | 164. 一例鸡…………(236) |
| 157. 八宝鸡泡…………(232) | 165. 瓦糕溜蟹黄……(237) |
| 158. 鸡汁花鱼…………(233) | |

烤、熏

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 166. 烤加吉鱼…………(237) | 171. 烤虾段…………(238) |
| 167. 烤排骨…………(238) | 172. 烤大蹄…………(238) |
| 168. 烤鸭块…………(238) | 173. 黄泥烤鸡…………(239) |
| 169. 烤鸡块…………(238) | 174. 熏天花…………(240) |
| 170. 烤舌头鱼…………(238) | |

拔丝、挂霜、蜜汁

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 175. 拔丝肉…………(240) | 179. 杏仁豆腐…………(242) |
| 176. 拔丝香蕉…………(240) | 180. 三色酪…………(242) |
| 177. 拔丝樱桃…………(241) | 181. 冰糖樱桃…………(242) |
| 178. 西瓜豆腐…………(241) | 182. 冰糖银耳…………(243) |

素 菜

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 183. 素鸡…………(243) | 186. 炸素鸡…………(245) |
| 184. 素鹅…………(244) | 187. 清汤素燕菜……(245) |
| 185. 素火腿…………(244) | 188. 扒三丝素鱼翅…(246) |

189. 锅烧芝麻素鸭·····(246)
190. 糖醋素加吉鱼·····(247)
191. 红烧素干贝·····(247)
192. 素怀胎茄子·····(248)
193. 炒素五丝·····(248)
194. 烧腐竹·····(249)
195. 叉烧豆腐·····(249)
196. 烧茄盒·····(250)
197. 炒面筋·····(250)
198. 海米炆芹菜·····(250)
199. 海米炆芸豆·····(251)
200. 海米炆线豆·····(251)
201. 麻汁芸豆·····(251)
202. 麻汁线豆·····(252)
203. 奶油菜花·····(252)
204. 奶油干贝冬瓜球·····(252)
205. 奶油蒲菜大肠·····(252)
206. 奶油茭白大肠·····(253)
207. 糟煨茭白·····(253)
208. 干烧茭白·····(253)
209. 毛豆小豆腐·····(254)
210. 毛豆烧茄子·····(254)
211. 香椿豆腐·····(255)
212. 椒油肚条小白菜·····(255)
213. 椒油口蘑小白菜·····(256)
214. 栗子烧白菜·····(256)
215. 栗子小白菜·····(256)
216. 虾米小油菜·····(257)
217. 鸡茸白菜墩·····(257)
218. 鸡茸白菜心·····(258)
219. 朴素油菜心·····(258)
220. 原汤口蘑蒲菜·····(259)
221. 金针炒蒲菜·····(259)
222. 锅塌茭瓜·····(260)
223. 锅塌茭瓜盒·····(260)
224. 蛋泊茭瓜饼·····(261)
225. 口蘑烩鲜豌豆·····(261)
226. 荷花番茄·····(261)
227. 雪花菠菜·····(262)
228. 炒冬笋雪里红·····(262)
229. 海米蒸菜墩·····(263)
230. 烧蛋泊油菜心·····(263)
231. 炸春鱼·····(263)

干 菜

232. 扒燕菜卷·····(264)
233. 鸡茸鱼翅·····(264)
234. 黄扒鱼翅·····(265)
235. 清汤花篮鱼翅·····(265)