



餐饮赢家  
Can Yin Ying Jia

Shishang Fencancai yu  
Gaolirun Recai



# 时尚分餐菜 与 高利润热菜

● 朱永松 陈达波 许一祥 主编



化学工业出版社



餐饮赢家

Can Yin Ying Jia

# 时尚分餐菜与 高利润热菜

Shishang Fencancai yu  
Gaolirun Recai



● 朱永松 陈达波 许一祥 主编



化学工业出版社

北京

本书分时尚分餐菜、菌菇蔬菜、海鲜河鲜和畜禽肉菜四部分介绍近90例中餐热菜的制作，所选品种均为时下酒店最受食客欢迎的热菜品种，特色突出、造型巧妙，简单实用，可帮助初中级厨师扩大创意空间，丰富热菜品种，你也可以成为热菜明星。

#### 图书在版编目（CIP）数据

时尚分餐菜与高利润热菜 / 朱永松，陈达波，许一祥  
主编. —北京：化学工业出版社，2012.6  
（餐饮赢家）  
ISBN 978-7-122-14019-7

I. 时… II. ①朱… ②陈… ③许… III. 中式菜  
肴—菜谱 IV. TS972.182

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第071850号

---

责任编辑：温建斌 王蔚霞  
责任校对：吴 静

装帧设计：春天书装

---

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）  
印 装：北京瑞禾彩色印刷有限公司  
787mm×1092mm 1/16 印张6 字数100千字 2012年8月北京第1版第1次印刷

---

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899  
网 址：<http://www.cip.com.cn>  
凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

---

定 价：39.80元

版权所有 违者必究



# PREFACE 序



在餐饮界，北京儒苑世纪餐饮管理中心总经理朱永松有个恰如其分的绰号：儒厨。

所谓“儒”，是说他彬彬有礼的举止，文雅得几乎见不到厨房“烟火气”的谈吐，缜密流畅的文笔，以及在这个行业并不多见的高学历——他先后毕业于江苏南京旅游学校烹饪专业、山东大学酒店管理专业和北京大学酒店管理EMBA。

所谓“厨”，是指他在二十余年的厨海生涯中练就了一手精湛的厨艺，他精于淮扬菜，旁及多个菜系。自从他置身于餐饮管理层之后，这个“厨”字的含义又有所扩大，拓展到整个后厨乃至酒店餐饮门店的管理。

实话实说，在国内餐饮界，在厨业上饱有心得的可以找出一批，具有高学历的也呈逐年增加趋势，但能将这两者完美结合于一身的并不多见。我主编《中国烹饪》杂志多年，往往为作者的这种“偏科”着急：学历高的少有烹饪实践，写不到点子上；烹饪高手又往往能做不能写，难以把满肚子的“经纶”全面准确地总结出来，传达给读者。所以，遇到朱永松之后，非常希望既“儒”又“厨”的他能够发挥自身特长，在厨政和厨艺的文化传播上多做一些贡献。朱永松也不负众望，在给《中国烹饪》等多家餐饮专业杂志积极撰稿之外，还与出版社携手，合作编辑出版了“火爆酒楼”系列菜谱和餐饮专业管理书籍，其中包括《开一家火爆酒楼》、《火爆酒楼精品凉菜》、《火爆酒楼招牌热菜》、《餐厅厨房管理细节》、《餐厅楼面管理细节》、《中国现代餐饮成功50例》等。

那之后，随着个人事业的扩大，朱永松似乎专心为“厨”，远离了“儒”事，一连5年再无新书出版。用他的话说是实在太忙了，实际上他一直在餐饮管理中观察、在厨事实践中思考，不断总结。果不其然，在沉默了5年之后，朱永松和他的管理中心，又呼啦啦地捧出了包括《时尚分餐菜与高利润热菜》、《餐厅时尚造型凉菜》、《创意盘头与果酱围边》、《餐厅特色风味小吃》等在内的一批新作。这些新作同样被归结为一个系列，名为“餐饮赢家”。

和“火爆酒楼”一样，“餐饮赢家”同样以实用、适用、管用见长。如果说，读着“火爆酒楼”，当年曾火爆了一批酒楼；如今的“餐饮赢家”也会为中国餐饮业打造一批赢家吧？

让我们共同期待。

《中国烹饪》杂志社理事会主任 孙春明

2012年4月3日



# FOREWORD 前言



离《中国现代餐饮成功50例》、《开一家火爆酒楼》、《火爆酒楼精品凉菜》、《餐厅厨房管理细节》、《餐厅楼面管理细节》等餐饮专业管理书籍和系列菜谱出版已有5年多时间了，期间好多同行好友不断提醒和询问何时能有新作品出版，几乎快要让他们失望了，由于整天忙于餐饮琐事，一度也没有时间静下心来整理和编写更多更适合市场和专业厨师的书籍。

偶然的会与化学工业出版社编辑一聊即拍，计划出版一整套当今酒店餐饮实用图书《餐饮赢家》系列，包括餐饮管理和厨艺菜谱，把自己这几年的行业积累和沉淀忙里偷闲落笔梳理，一边安排合作酒店总厨和厨师长把他们最受客人称道的菜品整理出来，一边请专业菜品摄影师好友到酒店餐厅现场拍摄，工作之余我们编写了菜谱文本，就这样《时尚分餐菜与高利润热菜》、《餐厅时尚造型凉菜》、《创意盘头与果酱围边》、《餐厅特色风味小吃》四本书逐渐成型。每个分册精选了约80款餐厅畅销实用的菜品并尽可能细化，让广大专业厨师看完书就能操作和运用。期间文稿我们亦几经修改，最终定型成集。在此我们要特别感谢默默工作在厨房一线的同事，是他们让我们有机会把当下合作酒店餐厅最火爆的菜品结集成册与全国的厨艺同行分享；也要感谢与我们合作多年的酒店老板们，是他们给了我们专业厨师施展才艺的平台；更要感谢菜品的专业摄影师石朝红、詹敬林、解德源等诸位好友的友情拍摄，是他们用最专业的镜头将我们厨师制造的瞬间美味变成了永恒的记录，与全国餐饮厨艺同行一起分享一起提升，在此我们深表谢意。

做餐饮没有最好，我们追求更好，力争做餐饮赢家。由于水平有限，几个分册编写过程中错漏在所难免，还望全国餐饮同仁多包涵。书中所录菜品均在我们合作酒店热卖中，是经过客人消费认可的畅销菜品，我们力求突出菜品的实用性，菜品构思力求简洁明快和一目了然，不华而不实，不哗众取宠，真正让广大厨师从菜品中找到感觉并有所启发，这是我们编写《餐饮赢家》系列图书的终极目标。我们愿意更好地为广大厨师同行服务，为餐饮企业服务，为餐饮行业服务。

《餐饮赢家》编委会  
北京儒苑世纪餐饮管理中心  
2012年3月30日于北京



# CONTENTS 目录



## 时尚分餐菜 /1

- 酸辣海参乌鱼蛋 /2
- 翡翠活海参 /3
- 干贝辽参汤 /4
- 朱桥甲鱼羹 /5
- 京葱山药烧海参 /6
- 鲍汁翡翠红鱼肚 /7
- 葱香贡米红鱼肚 /8
- 山药烧鲍鱼 /9
- 凤爪筋鹿唇香菌坛 /10
- 浓汁鹿唇红鱼肚 /11
- 浓汤蹄肚菌 /12
- 罐焖鲨鱼唇 /13
- 蟹粉鱼翅羹 /14
- 回鱼狮子头 /15
- 香甜奶油南瓜浓汤 /16
- 虾球萝卜丝 /17
- 芝士焗南美大虾 /18
- 风情葱香煎生蚝 /19
- 香煎安格斯无骨牛小排 /20
- 香煎银鳕鱼 /21

- 中古酱皇雪花鱼 /22
- 日式芥末虾 /23
- 香煎法国鹅肝 /24

## 菌菇蔬菜 /25

- 鸡汁野山笋 /26
- 烧汁茄脯 /27
- 过桥白玉豆腐 /28
- 砂煲干叶豆腐 /29
- 砂煲鲜淮山 /30
- 果汁真味素肉方 /31
- 板栗娃娃菜 /32
- 芥菜双蔬塔 /33
- 蛋黄炒芦笋 /34
- 富贵双方 /35
- 野菜小豆腐 /36
- 西葫芦炒山菌 /37
- 蒜蓉丝瓜蒸秋耳 /38







## 海鲜河鲜 /39

- 吉祥带鱼卷 /40
- 无骨蹄花鲍 /41
- 脆乌参臊子豆花 /42
- 虫草花炒脆乌参丝 /43
- 国宾煮蛤蜊 /44
- 花蛤黄花烩猪肚 /45
- 豉香辣炒鲜蛭 /46
- 腊八豆浸鲈鱼 /47
- 韭香鱼线 /48
- 湘西霸王蛙 /49
- 海鲜大煮瓜丝 /50
- 黄焖鲨鱼唇 /51
- 黑椒菇炒虾仁 /52
- 碧绿芦苇虾仁 /53
- 玉米桃花虾 /54
- 江南鱼螺鲜 /55
- 紫苏爆鲜虾 /56
- 雀巢烹虾肉 /57
- 蒜蓉开片虾 /58
- 腐皮虾皇卷 /59

## 畜禽肉菜 /60

- 黑椒肉酱炒猪肚菇 /61
- 腊八蒜烧什菌肚片 /62
- 风干肉杏鲍菇 /63



- 小炒腊猪脸 /64
- 剁椒猪脸贴饼 /65
- 江南腌笃鲜 /66
- 石煲葱蒜肉 /67
- 一品霸王肘 /68
- 肥肠筱面猫耳朵 /69
- 牛肝菌爆蒜香牛柳 /70
- 豉椒澳洲牛肉粒 /71
- 金蒜绿芥西冷粒 /72
- 绍子蹄筋 /73
- 牛气冲天 /74
- 烧汁杏鲍菇牛仔骨 /75
- 毛肚肥牛 /76
- 杏鲍菇牛柳 /77
- 养生当归羊肉 /78
- 土豆条烤羊排 /79
- 蜀粉黑山羊 /80
- 怀山石锅鸡 /81
- 椒圈豆豉鸡球 /82
- 妙脆风节骨 /83
- 滋味宫保鸡 /84
- 菌菇爆手撕鸡 /85
- 锦绣小煎鸡 /86
- 茶树菇鸡软骨 /87
- 洪都板栗鸭 /88
- 香味洋葱鸭 /89
- 鲜啤孜然烤鸭脯 /90



Part 1 Shishang Fencancai

# 时尚分餐菜





# 酸辣海参乌鱼蛋

Suan La Hai Shen Wu Yu Dan

**原料** 海参片，鸡汤，乌鱼蛋，酸黄瓜丁，香菜末，盐，味精，胡椒粉，白醋。

**做法** 将海参片、乌鱼蛋片飞水，锅下入清鸡汤烧开，加入盐、味精、胡椒粉、白醋沉淀一下。与准备好的乌鱼蛋、香菜末、酸黄瓜丁一起上桌即可。



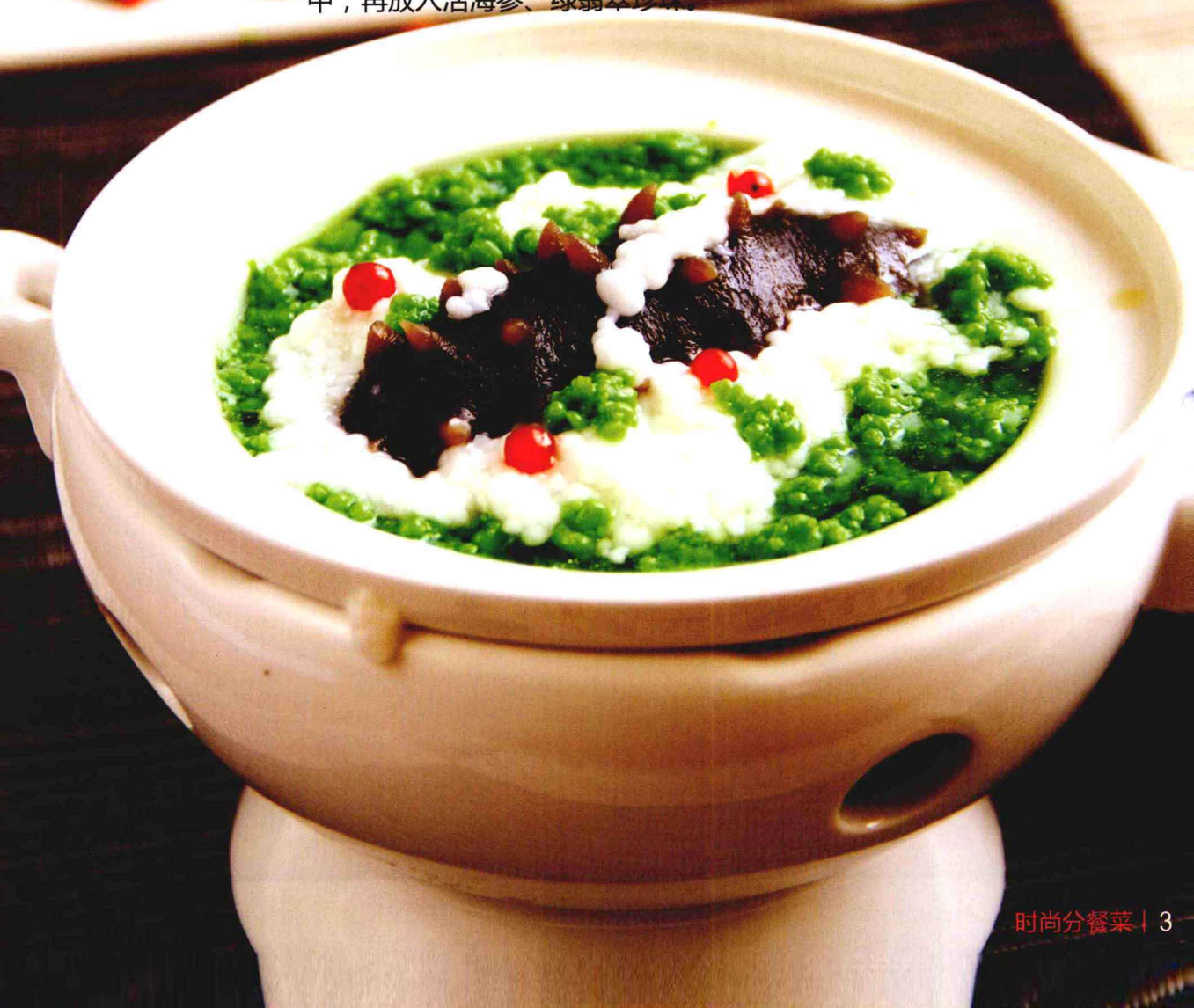
# 翡翠活海参

Fei Cui Huo Hai Shen

**原料** 水发海参，清汤，盐，胡椒粉，姜汁酒，蛋清，菠菜汁，生粉，色拉油，味精，糖，家乐鸡汁。

**做法**

- 1 锅上火放入清汤，放入胡椒粉、盐、姜汁酒烧开，放入水发海参氽水备用。
- 2 将菠菜汁、蛋清、生粉搅拌成粉浆，锅上入放入色拉油，油温约2成热，手勺在锅里搅拌，将粉浆慢慢倒入密漏流入锅中，捞出即为绿翡翠珍珠，用水冲去油备用。
- 3 锅上火放入清汤，加入盐、味精、糖、鸡汁调味，分入分位盅中，再放入活海参、绿翡翠珍珠。





# 干贝辽参汤

Gan Bei Liao Shen Tang

**原料** 干贝，辽参，淮安茶馓，冬笋，鸡汤，盐，味精。

**做法** 1 将干贝、辽参涨发好备用。  
2 冬笋改刀成块，焯水后与辽参、干贝同盛入紫砂容器内，加入鸡汤，加盐、味精调好味，上笼蒸半小时即可。  
另配淮安特产——茶馓一同上桌，别有风味。





# 朱桥甲鱼羹

Zhu Qiao Jia Yu Geng

**原料** 野生甲鱼，鸡汤，香菜末，盐，味精，生粉。

**做法** 将野生甲鱼宰杀后去骨，切成小块，用鸡汤加盐、味精烩制入味，生粉勾薄芡，上撒香菜末，盛入容器上桌即可。



# 京葱山药烧海参

Jing Cong Shan Yao Shao Hai Shen

**原料** 京葱，山药，六十头干辽参，葱烧汁。

- 做法**
- 1 将山药入蒸箱蒸制15分钟取出，用少许葱烧汁煨入味。
  - 2 京葱改一字花刀，入油锅炸至金黄色捞出。辽参飞水备用。
  - 3 将煨入味的山药和辽参放入锅中，下入剩余的葱烧汁烧制，最后下入炸好的京葱收汁。



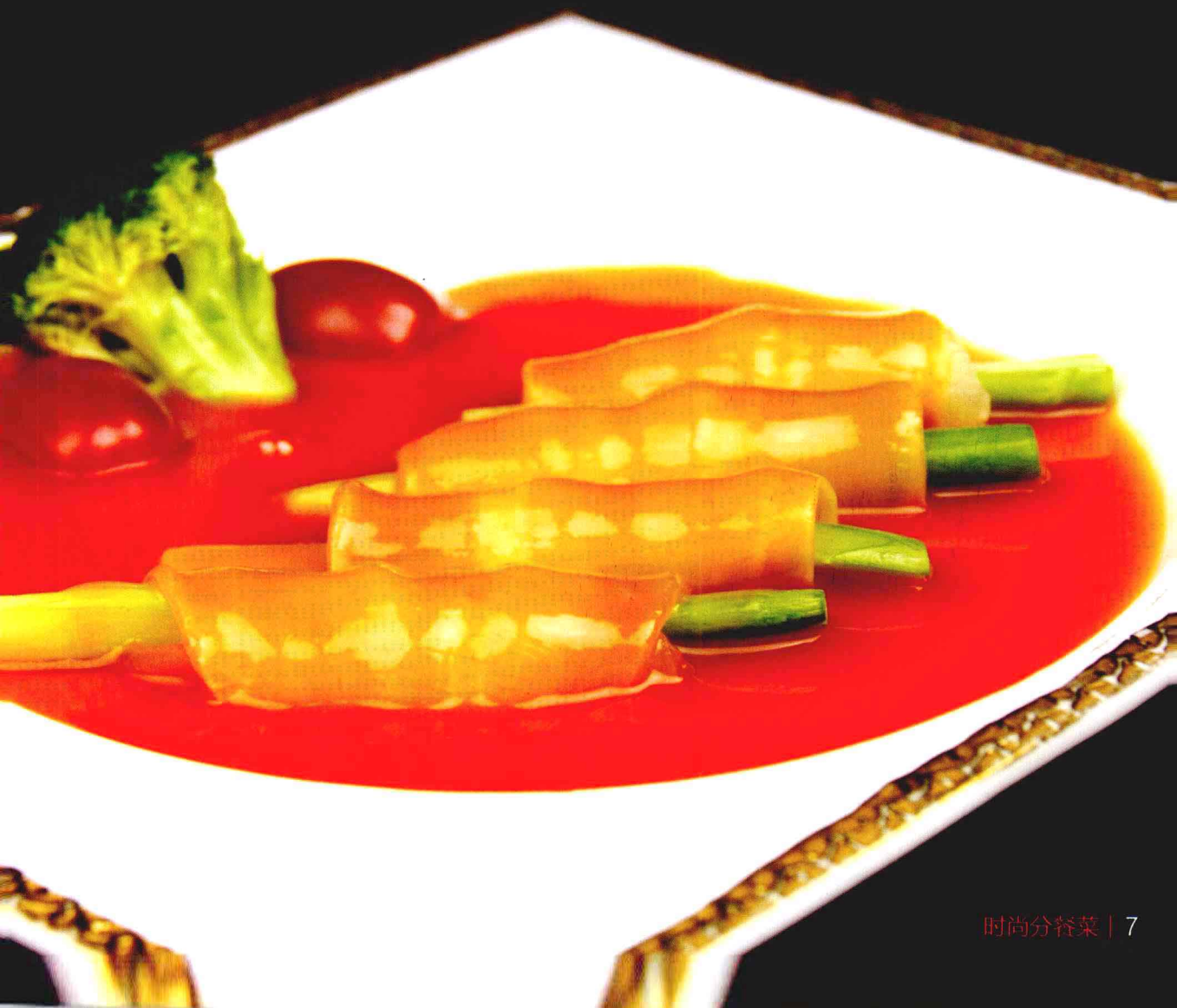
# 鲍汁翡翠红鱼肚

Bao Zhi Fei Cui Hong Yu Du

**用料** 红鱼肚，芦笋，鲍汁（发制鲍鱼时的原汤），鸡油，火腿粒，蚝油，老抽，火腿汁，香油，花生油，盐，鸡精，冰糖粉。

**制作**

- 1 将发制好的红鱼肚和芦笋分别焯水。
- 2 将焯好水的芦笋卷在鱼肚中间摆盘。
- 3 另起锅放入少许鸡油、火腿粒两粒，小火煎香，加入鲍汁小火烧开，酌量加入蚝油、老抽、火腿汁并用盐、鸡精、冰糖粉调味。后放入加热好的鲍鱼，小火煨至鲍汁收芡，加入适量的香油、花生油即可。







# 葱香贡米红鱼肚

Cong Xiang Gong Mi Hong Yu Du

**原料** 小米饭，红鱼肚，葱烧汁，香葱花。

- 做法**
- 1 将小米饭炒热，撒上香葱花垫在盘子下面。
  - 2 另起锅将红鱼肚焯水，用葱烧汁烧至入味即可。

**葱烧汁的制作：**大葱段5斤，油4斤，猪油500克，香菜根150克，干葱250克，蒜片150克，姜片150克，浓汤8.8斤，李锦记蚝油1500克，糖15克，胡椒粉15克，老抽90克，熬30分钟后过滤即成。





# 山药烧鲍鱼

Shan Yao Shao Bao Yu

**原料** 铁棍山药，六头大连鲍，葱烧汁。

**做法** 1 将山药改刀，上蒸箱蒸制15分钟，取出用葱烧汁烧制入味。  
2 大连鲍宰杀治净，焯水后用葱烧汁烧制即可。

**葱烧汁的制作：**大葱段5斤，油4斤，猪油500克，香菜根150克，干葱250克，蒜片150克，姜片150克，浓汤8.8斤，李锦记蚝油1500克，糖15克，胡椒粉15克，老抽90克，熬30分钟后过滤即成。

# 凤爪筋鹿唇香菌坛

Feng Zhua Jin Lu Chun Xiang Jun Tan

**原料** 凤爪筋，鹿唇，口蘑，香菇，浓汤，鸡汁，盐，味精，鸡粉，糖，水淀粉，藏红花汁，香油，花生油。

**做法** 1 将香菇、口蘑炸至金黄色，用浓汤煨制。凤爪筋、鹿唇用浓汤焯透。  
2 另起锅放入浓汤，加少许鸡汁、盐、味精、鸡粉、糖调味，小火煨煮一会儿后用水淀粉勾芡，加入少许提前泡好的藏红花汁调色后淋上少许香油和花生油即可。出菜时将香菇垫在盘底，凤爪筋放入盘中，淋上调好的浓汤即可。

