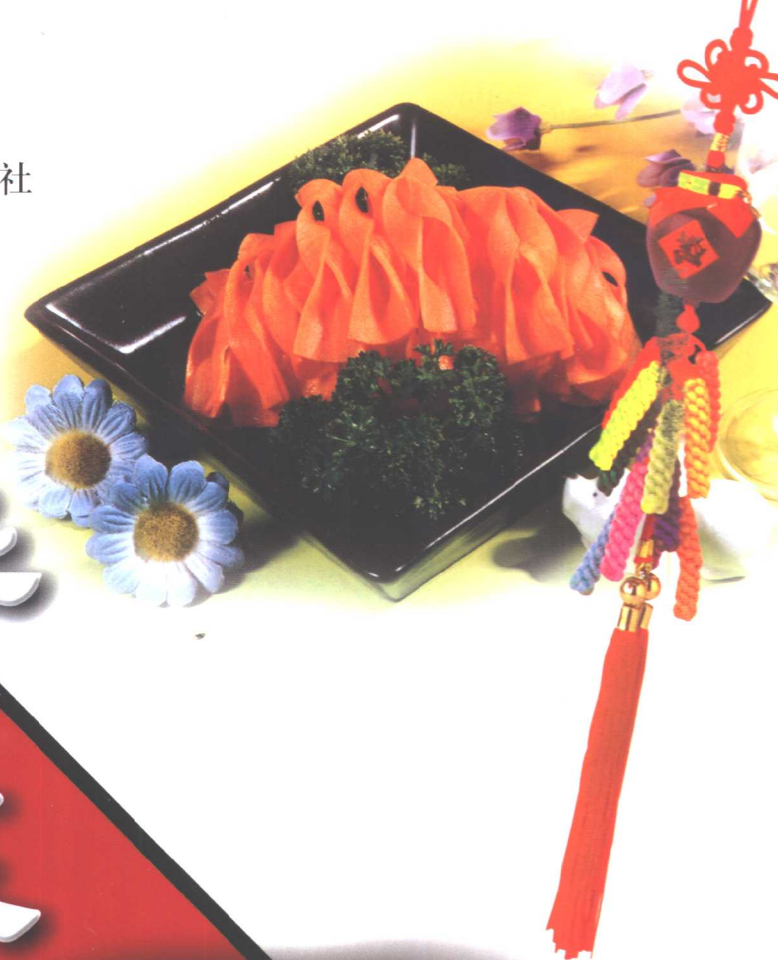


● 主 编 曹 伟
浙 江 科 学 技 术 出 版 社

中华 名菜 精选



● 主编 曹伟

浙江科学技术出版社

中华 名菜 精选



图书在版编目(CIP)数据

中华名菜精选 / 曹伟主编. —杭州: 浙江科学技术出版社, 2002.1
ISBN 7-5341-1574-4

I. 中… II. 曹… III. 菜谱—中国
IV. TS972.182

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第068866号

中华名菜精选

主 编: 曹 伟
副主编: 汤文骢
顾 问: 杨春奎
策 划: 杨中俭
编 委: 丁迎顺
黄德祥
俞文俊
朱筛红
赵 明
撰 稿: 李秋虎
何革方
摄 影: 杨中俭
编 务: 夏 放
俞慧超
徐 敏
贺国荣
徐俊杰

主 编	曹 伟
责任编辑	盛有根
封面设计	孙 菁
出 版	浙江科学技术出版社
印 刷	杭州富春印务有限公司
发 行	浙江省新华书店
开 本	787 × 1092 1 / 16
印 张	5
字 数	120 000
版 次	2002年1月第1版
印 次	2002年1月第1次印刷
书 号	ISBN 7-5341-1574-4/TS·282
定 价	29.00元

前言

中国烹饪渊源流长，经过数千年来不断发展和改良，凭借技术精湛、品种丰富、流派众多、风格独特的特点，在世界上享有盛誉，与法国烹饪、土耳其烹饪齐名，形成世界烹饪的三足鼎立地位。

上海龙柏饭店是依偎在古北新区旁的世外桃源，清新舒畅的空气中呼吸到的是小桥流水、亭台楼阁的东方古典气息，相映成辉的是龙柏细致精美的菜肴。作为聚会、婚宴、庆典的常选之地，龙柏的菜肴力求集百家之长，在功效、菜式、口味上不断推陈出新。经过多年的努力追求、不断探索，龙柏饭店掌握了多种菜式的烹饪方法，尤以淮扬风味擅长，摸索出自己独到的一套美食理念，深受中外宾客的喜爱和赞扬。为了演绎对中华美食的领悟，为了让广大烹饪爱好者和家庭轻松分享，我们总结多年来的烹饪实践，成功地推出了《中华名菜精选》一书。本书推荐的菜式，除了秉承中华名菜传统特色外，努力适应现代人追求健康的需求，独具绿色时尚。每款菜肴均配以精美的彩色照片，并加以简单明了的介绍，让你一目了然、轻松上手当一回大厨。

在美味中求健康是我们的宗旨，唯努力开拓悦旧友新朋！

编者

2001.10

目 录

冷盆类

坛香醉鸡	1
南国风光	2
彩蝶双飞	2
南乳烤墨鱼	3
豉油嫩鸡	3
水晶银鱼冻	4
金陵盐水鸭	4
腐乳河虾	5
话梅胡萝卜	5
香糟鲳鱼	6
五香牛筋冻	6
美极海蜇	7
水晶肴肉	7
雄鹰展翅	8
油爆河虾	8
果味瓜条	8
麻香冬瓜	9
双鱼戏水	9
香茜蛤蜊	10
檀香橄榄	10
松鹤延年	10

燕 鲍 翅类

鱼翅白菜墩	11
瓜茸鲍脯	12
蟹粉扒鱼翅	12

上汤官燕	13
麒麟荔芋鲍	13
鸡手藏鱼翅	14
鸳鸯鸡粥鱼翅	14
西兰海皇鲍	15
砂锅煲仔翅	15
银丝金针羹	16
堂灼活鲍	16

海河鲜类

上汤芝士烙龙虾	17
雨花石烹虾	18
雪山卧龙	18
春白海参	19
芥茉龙虾	19
双味桂鱼	20
燕皮鱼圆	20
仙人海蜇鱼丝	21
银杏凤尾虾	21
古法蒸白水	22
蛋黄桂鱼夹	22
荷塘六月黄	23
明月生敲	23
雀巢 XO 花枝片	24
锦绣响螺片	24
蒜香辣鳝背	25
蒜珠回鱼	25
蚝皇象拔蚌	25

蚝油烤河鳗	26
冬菜炆元鱼	26
黑椒裙边	27
白脱桂鱼卷	27
黄金白玉铺满堂	28
苔条黄鱼	28
翡翠黑鱼片	28
果珍墨鱼	29
淮扬炒软兜	29
干烧大虾	30
蒜香炆鳊鱼	30
串炸草虾	31
腐衣黄鱼卷	31
鱼茸粟米粒	32
乌龙戏珠	32
越南风味煎大虾	33
糯米竹蛏	33
皇蛇煲扣肉	34
鲫鱼相面	34
花篮算珠	35
椒盐银鱼	35
蟹粉鱼唇	36
韭黄鱼夹	36
芝士青口贝	36
茶菇爆双脆	37
虾兵蟹将	37
奇妙炆花蟹	38
旭日东升	38
芙蓉蛋盅鱼	38

禽肉类

南瓜江米肉	39
凤鸡狮子头	40
龙柏香鸭	40
竹排载银条	41
雀巢牛肉粒	41
锡包沙姜鸽	42
莲花脊米	42
西柠软炸鸡	43
银萝小肉	43
芦笋烟肉串	44
油条牛肉粒	44
水煮腰花	45
芝麻排条	45
中式煎牛排	46
莲米肥鸭	46
雪梨鸽脯	47
川椒凤翼	47
黑椒肥牛卷	48
咸鱼羊肉煲	48
果味鸽脯卷	48
珍菌扒鸭掌	49
灌汤寸金条	49
稻香杏贝鸡	50
桂盏鸽米	50
蟹粉狮子头	50

蔬菜 其他类

咸蛋黄鲜茄白玉	51
青瓜酿贝皇	52
扇型素烩	52
百花酿白玉	53
淮扬煮干丝	53
干烧茭白	54
芋泥蛋黄酥	54
翡翠冬笋	55
虾皮烩节瓜	55
发财粟粒包	56
明月纱窗	56
蟹粉烩腐衣	56
砂锅炖菜核	57
灌汤土豆丸	57
古法炆白玉	58
掌上明珠	58
扁尖夜开花	59
竹荪四宝蔬	59
煎酿豆腐	60
鸡丝瓜脯卷	60
XO 洪武白玉	61
牛肝菌丝瓜	61
蝴蝶素烩	62
砂锅冻豆腐	62

炖品 汤 羹类

锦绣冬瓜盅	63
松茸煲乳鸽	64
虫草炖野鸭	64
沙河鱼头汤	65
芦荟火鸭羹	65
熟地炖鳖蛇	65
海马煲龟裙	66
党参煲鹌鹑	66
荠菜松花鳙鱼羹	67
淡菜煲掌翼	67
洋参炖牛腩	68
植物四宝汤	68
龙柏飘香	68

点心类

南瓜小元宝	69
红鲟草包饭	70
双味葡萄	70
花色蒸饺	71
酒酿南瓜饼	71
水晶韭菜棵	72
龙柏馅饼	72
象形胡萝卜	73
鱼汤小刀面	73
雨花石汤团	74
兰花酥	74

坛香醉鸡

原料 嫩草鸡 300 克。

调料 盐、味精、葱姜、黄酒、白酒各适量。

制作 1) 嫩草鸡挖去内脏，斩去头和脚，洗净。
2) 锅内放水、葱、姜，烧开后放入鸡（以水浸透鸡为准），开小火焖5分钟（以断血为准），捞出冷却后改刀装入坛子。
3) 锅内放水、葱、姜、盐、味精，烧开后冷却倒入白酒、黄酒，再将此卤倒入坛子里将鸡浸透即可。

特点 酒香浓郁，原汁原味，醇香适口。

厨师 李新美

冷盆类





南国风光

原料 凝胶粉150克、黄瓜100克、蛋白糕100克、蛋黄糕100克、素火腿100克、红肠、澄粉、食用色素少许。

制作 1)将凝胶粉掺水，放入少许的食用色素，上笼蒸透调匀，然后装入盆中，放入冰箱内冷却。
2)将盆子从冰箱中取出，然后在上面将原料按图形改刀装盘即可。

特点 颜色鲜艳，造型别致，有很高的欣赏价值。

厨师 夏 放



彩蝶双飞

原料 蛋白糕30克、蛋黄糕150克、黄瓜100克、红肠50克、熟胡萝卜100克、卤香菇150克、油爆虾2只、红樱桃1只。

制作 将上述原料参照图片拼摆成彩蝶双飞造型即可。

特点 彩蝶缤纷、造型新颖、形态逼真。

厨师 李新美



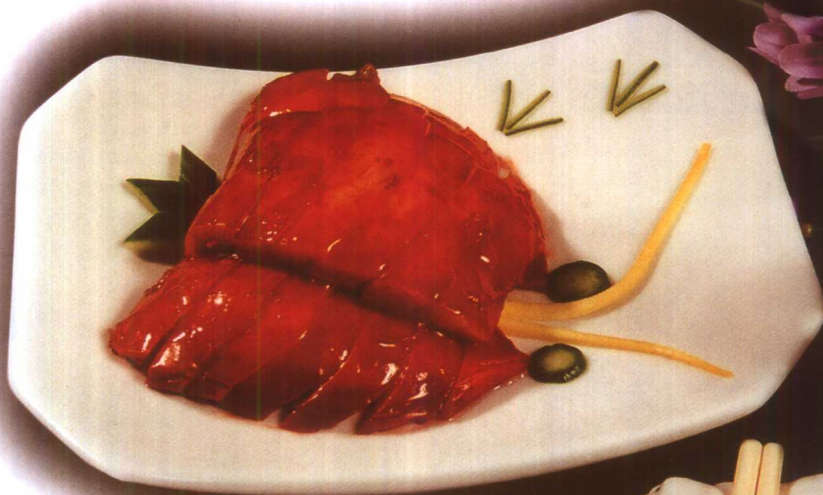
南乳烤墨鱼

原料 墨鱼2只。
调料 南乳汁100克，葱、姜少许，老抽、味精、糖、油各适量。

制作 将墨鱼洗净后焯水捞出，在热锅里放少许油，放入葱、姜、老抽、味精、糖、南乳汁，再将墨鱼放入煮熟即可。

特点 咸甜适中，糯而香，颜色红润。

厨师 阮玲芳



豉油嫩鸡

原料 信丰鸡一只。
调料 精卤水一盆、麦芽糖一桶、麻油适量、各种香料适量。

制作 1) 将大料、甘草、川椒、豆腐、白芷、桂皮、草果、沙姜、陈皮、罗汉果、丁香等用纱布包起，放入瓦盆内煮开30分钟，制成卤水。
2) 姜、生抽、冰糖、绍酒、鱼露等一同倒入卤水

盆中，如咸味不够可加入盐，在卤水盆中倒入玫瑰露酒，保持卤水盆的清香。

3) 洗净光鸡放入卤水盆中浸泡20~30分钟即可。

4) 捞出熟鸡，淋上麦芽糖，在表皮上淋少许麻油，增加其香味和光泽。

特点 鲜嫩，味美，色呈酱红，香味浓郁。

厨师 王蓉



水晶银鱼冻

原料 凝胶粉 50 克、银鱼 100 克、枸杞 20 克。

调料 盐、味精各适量。

制作 1) 将凝胶粉放入鸡汤、盐、味精调和，上笼蒸透。
2) 将银鱼去头尾焯水；枸杞开水泡开。
3) 将枸杞和银鱼放入碗中，倒入调好的鸡汤，然后放入冰箱内冷却。

4) 在上桌时候，将小碗中的银鱼冻倒扣在盆中即可。

特点 赏心悦目，造型别致，鲜

嫩可口。

厨师 夏 斌



金陵盐水鸭

原料 嫩草鸭 1000 克。

调料 葱、姜、盐、味精、花椒、料酒、香叶、白酒各适量。

制作 1) 将鸭子洗净，用葱、姜、花椒、白酒、料酒把鸭子里外全部擦透，压上重物腌一天。
2) 将腌过的鸭子洗净，放入开水中焯水后即捞出。
3) 锅内放水、葱、姜、香叶等调料，连同鸭子一起烧滚后撇去浮沫，开小火焖约 40 分钟，烧熟后冷却即可。

特点 咸、香、鲜。

厨师 廖新美



原料 河虾 150 克。

调料 南乳卤、味精、酒、糖、葱、姜各适量。

- 制作**
- 1) 将南乳卤用凉开水调开，放入糖、味精调匀。
 - 2) 河虾剪须洗净，放在开水中煮熟，放入酒、葱、姜，然后捞出。
 - 3) 将捞出的河虾放入事先调好的南乳卤内浸泡即可。

特点 味道独特，咸中带甜，回味无穷。

厨师 夏 放

腐乳河虾



话梅胡萝卜

原料 胡萝卜 100 克、话梅 100 克。

调料 糖、盐各适量。

- 制作**
- 1) 将胡萝卜去皮切成 2 寸长、0.5 寸宽的片，然后在片中开一刀，放上少许盐腌制一下，放在边上待用。
 - 2) 把广东话梅用开水浸泡后放入少许糖，冷却以后放入少许醋。
 - 3) 将腌制好的胡萝卜在过滤水中冲洗干净，然后浸入话梅汁放进冰箱。
 - 4) 等要上桌时，将胡萝卜捞出，在胡萝卜中间开刀处翻转一下，花型即出，最后装盘即可。

特点 颜色鲜艳，造型美观，清凉爽口。

厨师 夏 放





香糟鲳鱼

- 原料** 鲳鱼1条。
调料 香糟卤、盐、味精、葱、姜、八角、酒酿各适量。
制作 1) 在锅中放水，放入调料烧开后制成糟卤，放在一边冷却。
 2) 鲳鱼洗净，将鱼身开二刀，放在油锅中炸熟，然后放入调制好的糟卤内。
 3) 待装盘时，在鱼的开刀处放少许酒酿即可。

特点 鲜香入味，造型别致。

厨师 郭芸蕾

五香牛筋冻

- 原料** 牛筋200克。
调料 酒、酱油、盐、味精、五香粉、葱、姜各适量。
制作 1) 将牛筋焯水，然后在清水中冲洗干净，放入盛器内上笼蒸8小时。
 2) 在锅内倒入少许油，放入葱姜煸炒至有香味后倒入蒸好的牛筋，放入调料，熬浓后倒入盘中，等冷却后放入冰箱待用即可。

特点 味浓而香，肥而不腻。

厨师 郭芸蕾





美极海蜇



水晶肴肉

原料 猪蹄 1 只。

调料 粗盐、食用硝、花椒、葱、姜、白酒、味精各适量。

制作 1) 将蹄膀刮去皮上毛桩杂质，洗净后用竹签在肉面上戳些小孔。把粗盐与食用硝、白酒拌匀，撒在肉上来回擦匀揉透。腌两天左右，见肉发红即可放入冷水中浸泡，2 小时后再把皮刮至白净。

2) 把卤水用料全部放入不锈钢汤桶烧开，待煮出香味后放入蹄膀。烧开后撇去浮沫，煮至八成酥捞出，放入不锈钢盘内，浇上卤汁，再用盘压平、压紧，冷却后放入冰箱。上席时切片，跟上细姜丝、镇江香醋各一小碟。

卤呈淡茶色，肉呈桃

特点 红色，香嫩不腻。

厨师 李新美

原料 海蜇皮 150 克、芝麻少许。

调料 美极鲜酱油、麻油、糖、盐、味精各适量。

制作 先将海蜇皮放入开水中略烫一下，用过滤水冲洗干净、沥干，然后加入调料拌匀，最后撒上少许芝麻即可。

特点 鲜香，脆嫩咸中带甜。

厨师 陈立





雄鹰展翅

原料 鸡丝50克、素火腿400克、黄瓜100克、蛋黄100克。

制作 鸡丝垫底，然后在垫好底的图案上将素火腿切成刀面排放，拼装成雄鹰的造型，嘴巴和脚用蛋黄雕刻而成。

特点 色彩分明，造型逼真。

厨师 夏 放



油爆河虾

原料 河虾150克。

调料 盐、味精、香醋、糖、油、酒、葱、姜、麻油等各适量。

制作 将河虾洗净去须，放入烧热的油锅内炸至虾头起壳为止，然后将虾捞出，将油沥尽。另外倒上少许清油，放入葱、姜煸炒，加料酒、少许水、盐、糖、味精等熬制。最后放入爆好的河虾翻炒。放入少许的醋和麻油，口感更佳。

特点 颜色鲜红，油而不腻，咸中带甜。

厨师 郭莹莹



果味瓜条

原料 冬瓜150克。

调料 果珍粉、糖。

制作 1) 果珍粉用开水冲开，放入糖，使之成为果珍卤。
2) 将冬瓜改刀成条状，放在开水中焯水，然后放在过滤水中冲洗凉透，最后放入调制好的果珍卤里浸泡，待用时装盆即可。

特点 口味清香，口感甜美。

厨师 陈 立





麻香冬瓜

原料 冬瓜 300 克、虾皮 25 克。

调料 李锦记虾酱、麻油各适量。

制作 1) 冬瓜改刀，放入鸡汤，上笼蒸熟、凉透，放进冰箱待用。
2) 切片装盆，配上调制好的虾酱，撒上少许虾皮、麻油即可。

特点 鲜香，爽口。

厨师 陈 云

9



双鱼戏水

原料 蛋黄糕 50 克、番茄 150 克、蛋白糕 50 克、黄瓜 160 克、红肠 30 克、菠萝 150 克、油爆虾 7 只、素火腿 10 克。

制作 将上述原料参照图片拼摆成双鱼戏水型即可。

特点 形态逼真，色彩鲜艳。

厨师 阮玲芬



香茜蛤蜊

原料 香菜 10 克、红椒丁 10 克、蛤蜊 1000 克。

调料 蒜油、盐、味精各适量。

制作 1) 将蛤蜊放在开水中焯水，然后将蛤蜊肉剥出，放在过滤水中冲洗干净。

2) 将香菜、红椒丁、蛤蜊肉放在一起，加入调料拌匀即可。

特点 颜色鲜艳，味道鲜美，口感极佳。

厨师 夏放



檀香橄榄

原料 橄榄菜 300 克。

调料 麻油、盐、味精各适量。

制作 将橄榄菜去粗梗，用小刀削成橄榄状，然后放在开水中焯水之后用过滤水冲洗干净，最后将加工好的橄榄菜放入调料拌匀即可。

特点 颜色青翠，口感松脆，清淡爽口。

厨师 夏放



松鹤延年

原料 凝胶粉、蛋白糕 400 克、素火腿 100 克、蛋黄糕 100 克、黄瓜 300 克、红樱桃 50 克、食用色素、澄粉。

制作 1) 将凝胶粉掺水，放入少许的食用色素，上笼蒸透调匀，然后倒入盘中放入冰箱冷却。

2) 将做好底部的盘子从冰箱内拿出，用以上原料改刀切成片，按照图案要求拼装即可。

特点 颜色艳丽，造型优美，有“贺寿”的象征意义。

厨师 夏放

