

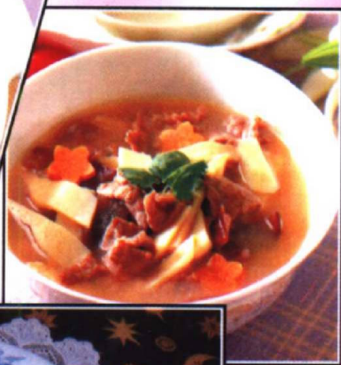


中华名菜荟萃



湘菜

吴景耀 编著



吉林摄影出版社

中华名菜荟萃

湘 菜

主编 吴景耀

吉林摄影出版社

中华名菜荟萃
湘 菜

主 编:吴景耀
责任编辑:王保华
版式设计:李洪丽
责任校对:李洪丽
出 版:吉林摄影出版社
经 销:各地新华书店
印 刷:长春市东文印刷厂
开 本:850×1168 毫米 1/32
字 数:250 千字
彩 页:16 页
印 张:11
版 次:2000 年 5 月第 1 版
印 次:2000 年 5 月第 1 次印刷
印 数:1—5080 册
书 号:ISBN 7-80606-278-5/Z·47

定价:14.00 元(全套 210.00 元)



家常豆腐



鳗鱼羹



蒜头田鸡



贵妃鸡翅



茄汁鸡丝饭



碎米鸡丁

糖醋鱼



蒜泥白肉



排骨酥汤





生炒乳鸽片



宫保豆腐

杜仲麻油腰花汤





火爆蒜苔

辣味鸡



刺味油麦菜





蚝油芋茸酿冬菇

梧桐花炒韭菜



番茄青花鱼

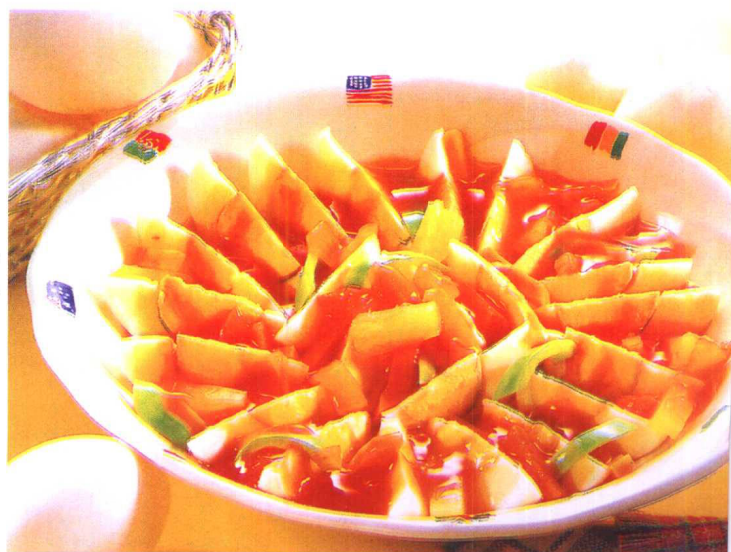




糖醋虾球



酥炸鱼条



糖醋蛋

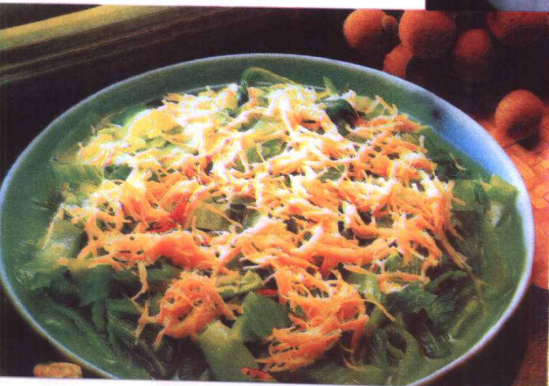


凉瓜炒红蟹

香甜三宝蜜汁



干贝芥菜



内 容 简 介

湖南菜简称“湘菜”，以其悠久的历史、丰富的品种、独特的风格而享誉海内外。

据统计，湘菜约有 4000 多个品种，其中名菜有 300 多个品种。它用料广泛，切配精细，烹制讲究，品种繁多。其特点是，刀工精妙，依味造形，形味兼美；长于调味，注重酸辣、香腊、麻辣、清香、浓鲜，原汁原味，浓淡分明；技法多样，尤重煨炖。

为了让更多的人了解湘菜，并且学会做湘菜，我们查阅了大量的资料，经过去粗取精，选编整理成此书。这本书既可以供饮食行业职工学习，提高烹饪技术，书中部分大众化菜品也可供家庭作改进烹调技术的参考。

由于我们水平有限，本书一定还存在不少缺点、错误，我们期待着饮食行业的同志们和广大读者给予批评指正。

目 录

一、蔬 菜 类

豆瓣玉米笋(1)

冬菇菱角(1)

寒菌双冬汤(2)

菜包(2)

烩素翅(3)

鱼香蚕豆(3)

海米西葫芦(4)

鱼香菜花(4)

炸脆蔬(5)

素酱丁(5)

炆黄瓜(6)

酿发菜(6)

如意发菜卷(7)

冬菇藕夹(7)

炒鲜双冬(8)

红烧寒菌(8)

虾茸酿草菇(9)

腐汁虎爪冬笋(10)

炒素什锦(10)

金钩菜心(11)

板栗烧菜心(11)

焦盐菠菜心(12)

三层楼(12)

冻菌烧白菜心(13)

四色湘素(13)

椒盐藕丸(14)

煎焖苦瓜(14)

腐乳冬笋(15)

富贵酥方(15)

油炸豆腐(又名臭豆腐)(16)

虾蛋一品豆腐(16)

荷包豆腐(17)

彭家豆腐(17)

组庵豆腐(18)

什锦素烩(19)
四宝金蔬(19)
菊花荸荠(20)
玫瑰荸荠饼(20)
奶油萝卜球(21)
蛭干烧橄榄萝卜(22)
焦炸香椿芽(22)
五色卷(23)
油淋芽白菜(23)
油辣包菜卷(24)
糖熘土豆丸(24)
板栗烧白菜心(25)
冬菇莴苣柱(25)
三丝莴笋卷(26)
金钩凤尾莴笋(26)
油辣佛手笋(27)
冬笋豆苗(28)
奶油凤尾莴笋(28)
锅贴兰花冬笋(29)
芙蓉笋泥(29)
干煸冬笋(30)
干贝烩丝瓜(31)
麻辣冬笋尖(31)
如意冬瓜卷(32)
凤尾莴笋(32)
鸡油南瓜荪(33)
奶油四宝(33)
滑熘玉米笋(34)
草菇烧丝瓜青(34)

虾蛋烧茄子(35)
火夹青菜头(35)
龙眼冬瓜(36)
白汁三元(37)
虾蛋烧冬笋(37)
腊肉油炒菜苔(38)
椒盐香椿(38)
煎春笋块(39)
醋溜土豆丝(39)
黄豆芽炖排骨(40)
炒素合菜(40)
凉拌香椿(41)
姜醋煎茄子(41)
干菜苦瓜炒肉丝(42)
烧嫩丝瓜排(42)
煎冬瓜(43)
糖醋溜南瓜丸(43)
醋溜子南瓜丝(44)
油焖四季豆(44)
油爆大红椒(44)
酸豆角炒肉末(45)
辣椒茭瓜丁(45)
炸藕丝球(46)
油辣莴笋(46)
响萝卜丝(47)
旅行焦香辣椒(47)
煎香干块(48)
炒双冬(48)
鸡汁凤尾莴笋(49)

冬菇菊花荸荠(49)
 椒盐茭菜心(50)
 花菇烧菱角(50)
 芙蓉茄子(51)
 冻菌烧芽白(51)
 奶油烧白菜心(52)

菌油烧豆腐(52)
 煎苦瓜(53)
 金钩烧豆笋(53)
 清蒸寒菌(54)
 椒盐香椿(54)

二、畜 肉 类

湘西酸肉(55)
 泡菜肉末(55)
 腊味合蒸(56)
 蛋包里脊(56)
 牛肉粉丝(57)
 松香肉(58)
 烤酥香肉(58)
 叉烧香肉(59)
 桃仁肉卷(59)
 红椒酿肉(60)
 湘葱牛肉(60)
 火方冬菇(61)
 蝴蝶发菜肉卷(62)
 红白肚尖(62)
 黄瓜酿肉(63)
 虎皮肉卷(64)
 红煨牛肉(64)
 滑熘牛里脊(65)
 家常羊肉(66)

烧樱桃肉(66)
 炸小猪排(67)
 烧大肥肠(67)
 钩吊香肉(68)
 芙蓉牛肉排(69)
 红烧炸蹄筋(69)
 焦酥肉卷(70)
 水晶肴肉(71)
 冬笋腊肉(71)
 苦瓜酿肉(72)
 彭家羊柳(73)
 凤尾腰花(73)
 软炸腰花(74)
 油爆肚尖(74)
 干煸牛肉丝(75)
 锅贴牛肉(76)
 珍珠肉丸(76)
 芝麻里脊卷(77)
 茄汁里脊卷(78)

奶汤银肺(78)
干贝绣球肉丸(79)
九味菊花里脊(79)
白肉黄瓜卷(80)
荷叶粉蒸牛肉(81)
九味牛百页(81)
炒细牛百页(82)
清汤羊首(82)
药制龟羊汤(83)
红煨羊肚片(84)
蒜子煨羊方(84)
焦酥羊肉(85)
酸辣牛肚花(86)
煎焖牛肉饼(86)
花生肉丁(87)
冬菇烧猪脑髓(87)
墨鱼罐子肉(88)
子盖肉带饼(88)
蜚头花炒肉片(89)
焦盐肘子(90)
糖醋排骨(90)
清汤火方冬笋(91)
雪花里脊(91)
玻璃肘子(92)
走油豆豉扣肉(92)
焦炸羊尾(93)
软炸猪腰(94)
酸辣羊腰(94)
老姜肉片汤(95)

红椒酿肉(95)
溜猪肝(96)
荤酱丁(96)
溜炒牛肝(97)
酱汁肘子(97)
火方生蹄筋(98)
干贝肉丸(98)
虎皮肘子(99)
酸辣肚尖(99)
肉淋粉松(100)
冬笋炒腊肉(101)
韭黄肉丝(101)
面包猪肝(102)
药蒸肚片(102)
荤杂烩(103)
米粉蒸肉(103)
麻辣肚丝(104)
粉炒牛肉丝(104)
煨方肉(105)
红烧狮子头(105)
酱爆肉片(106)
卤味下锅(107)
蒜泥炒肚尖丝(107)
糖醋里脊(108)
花菇烧猪脑髓(108)
炒回锅肉(109)
红煨羊蹄花(109)
腊鱼腊肉合蒸(110)
清炖牛肉(110)

红烧羊肚片(111)
 豆豉大蒜炒肉茸(112)
 红煨肥肠(112)
 雪菜冬笋肉丝(113)

酸辣花生米牛肉丁(113)
 酸辣肉丁(114)
 花生米肉丁(114)
 溜凤尾腰花(115)

三、禽 蛋 类

麻辣子鸡(116)
 汆淋子鸡(116)
 汤泡子鸡(117)
 酱爆鸡丁(118)
 芙蓉鸡片(118)
 宫保鸡丁(119)
 荷叶火夹鸡(120)
 叉烧子鸡(120)
 酸辣鸡三件(121)
 酥炸鸡球(122)
 纸包鸡丁(122)
 冬菇蒸鸡翅(123)
 纸包糯米鸡(124)
 番茄鸡片(124)
 原蒸鸡酥丸(125)
 红煨双童鸡(126)
 黄焖鸡块(126)
 九味八块鸡(127)
 熘香椿鸡卷(127)
 竹荪滑鸡皮汤(128)
 煎焗生仁鸡(129)

双味凤翅膀(129)
 凤爪海棠冬菇(130)
 芙蓉银针鸡丝(131)
 鸳鸯鸡片(132)
 香酥肥鸭(132)
 桃仁酥鸭(133)
 荷叶粉蒸鸭(134)
 麻仁香酥鸭(134)
 莲茸香酥鸭(135)
 奶汤凤菇鸭掌(136)
 清汤鲜贝鸭掌(136)
 蚝油焗鸭掌(137)
 锅贴蛋白(137)
 什锦奶蛋(138)
 蘑菇烩蛋白(139)
 煎焖香蛋(139)
 火腿烘蛋(140)
 什锦烩蛋丁(140)
 三鲜蛋卷(141)
 水晶鹌鹑蛋(141)
 芙蓉鹌鹑蛋(142)