



JujiaShenghuo

风靡全国的居家生活百科全书



南北特色菜肴

特色是事物所表现的独特的色彩、风格等。

特色是一个事物或一种事物显著区别于其他事物的风格、形式，是由事物赖以产生和发展的特定的具体的环境因素所决定的，是其所属事物独有的。

南北特色菜摘选的是南北方特色的烹饪菜肴，让你足不出户享受南北美食。

宋建华○主编



中国戏剧出版社

风靡全国居家生活百科

南北特色菜肴

宋建华 主编



中国戏剧出版社

图书在版编目(CIP)数据

风靡全国居家生活百科/宋建华 主编. —北京:中国戏剧出版社,
2008.3

ISBN 978 - 7 - 104 - 02651 - 8

I. 风… II. 宋… III. 家常菜 - 菜谱 IV. R715.3 TS976.31

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 093314 号

南北特色菜肴



责任编辑:万晓咏

责任出版:冯志强

出版发行:中国戏剧出版社

社 址:北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码:100097

电 话:010 - 58930221 58930237 58930238

58930239 58930240 58930241(发行部)

传 真:010 - 58930242(发行部)

经 销:全国新华书店

印 刷:北京市业和印务有限公司

开 本:710mm × 1000mm 1/16

印 张:396

字 数:2200 千字

版 次:2008 年 11 月北京第 1 版第 1 次印刷

书 号:ISBN 978 - 7 - 104 - 02651 - 8

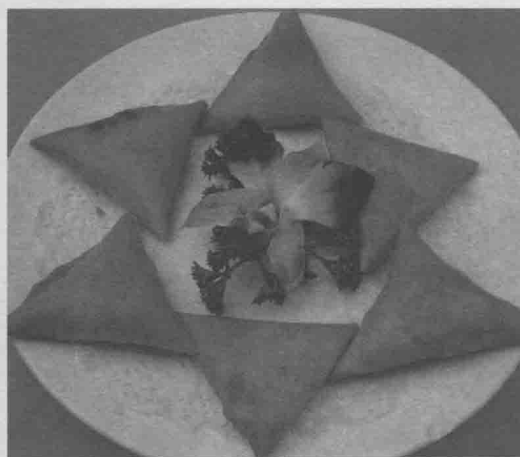
定 价:716.40 元(全 18 册)

版权所有 违者必究

目 录

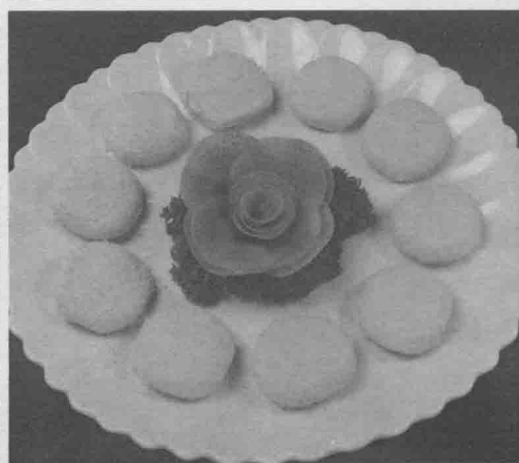
红烧鱼	1	鸡丝鱼翅	7
香酥鸡	1	黄焖鸡块	7
		炒鱿鱼丝	8
		金银豆腐	8
		煎虾饼	9
		锅烧肘子	9
		煎猪排	10
		酱汁鱼条	10
		荷叶粉蒸肉	11
		豉汁蒸排骨	11
		炒木樨肉	12
		炒腰花	12
油爆海螺	2	德州扒鸡	13
蟹黄鱼翅	2	凤尾对虾	14
蟹黄鱼肚	3		
炸蛎黄	3		
炸八块	4		
广州文昌鸡	4		
炸虾球	5		
海参锅巴	5		
黄埔炒蛋	6		
菊花鱼	6		
清蒸鸡	6		

炒里脊丝	14
番茄鱼片	15
冰糖银耳	15
醉 鸡	15
红烧鹿筋	16
锅贴鲈鱼	16

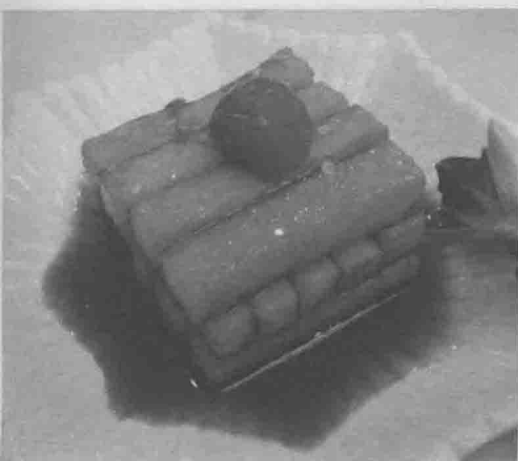


桂花鱼翅	17
风 鸡	17
鸡吞翅	18
松子熏肉	18
百花酒焖肉	19
霉干菜虎皮肉	20
蛤蜊溜肉	20
冰糖扒蹄膀	20
挂炉金钱里脊	21
煎烹猪肝	21
黄焖舌尾	21
软炸银花	22
樱桃肉	22
水晶肴蹄	22
清炖蟹粉狮子头	23
扁大枯酥	24
金陵圆子	24
无锡排骨	25

炸灌汤丸子	25
糖醋小排骨	26
芙蓉鸡片	26
扒烧整猪头	26
姜芽炒鸡片	27
宿迁猪头肉	27
蹄筋参	28
翡翠蹄筋	28
炖金银蹄	29
枣方肉	29
酱汁肉	30
白酒烤羊排	30
葱爆羊肉片	31
辣味烧羊肉	31
番茄烧牛肉	31
鸡汁牛筋	32
榴桃仁鸡卷	32
纸包鸡	33
炸面包鸡腿	33
酒烧鸡翅	34
瓜姜毛豆烧仔鸡	34
软炸鸡肝	35
油淋仔鸡	35
锅贴鸡	35



清炖鸡	36	三套鸭	48
西瓜鸡	36	烤全鸭	48
葱油全鸡	37	母油整鸭	49
松子鸡卷	37		
嫩姜炒鸡脯	38		
清炖鸡孚	38		
黄焖鸡翅	38		
鸡包鱼翅	39		
酱油嫩鸡	40		
蛋美鸡	40		
金钱鸡	41		
黄泥煨鸡	41		
叉烧烤鸭	42		
葱段扒鸭	43	清汤芙蓉鸭	49
丁香鸭子	43	料烧鸭	50
挂卤烤鸭	44	胡葱野鸭	50
红曲酱鸭	44	五柳居	50
烩鸭舌掌	44	醋熘鲤鱼	51
芥蓝菜炒烤鸭片	45	春笋烧乐鲷鱼	51
软熘鸭心	45	五丝红蒸鱼	52
盐水鸭	45	烤比目鱼	52
酥肥鸭块	46	砂锅胖头鱼	52
鸭包鱼翅	46	烧生焦鳝片	53
出骨母油八宝鸭	47	三丝鱼卷	53
		红烧元鱼	54
		炸松仁鱼片	54
		干烧裙边	55
		酸辣黄鱼羹	55
		白汁鱼丸	56
		酸辣鱿鱼锅巴	56
		红烧鳝鱼段	57
		炒蝴蝶鳝片	57
		生爆鳝丝	57



清炒蟹粉	58	清炒三虾	67
醋熘鳊鱼	58	石榴虾	68
煎蟹盒	59	鸡斗琵琶虾	68
		虾仁珊瑚	69
		芙蓉套蟹	69
		炒蟹脆	70
		锅烧蟹	70
		雪花蟹斗	70
		炒银丝蟹粉	71
		茄汁烤大虾	71
		珍珠虾排	71
		油爆青虾	72
		炸蛋白虾	72
菊花青鱼	59	鲜虾蛋饺	73
网包白鱼	60	纸包虾片	73
荷包鲫鱼	60	网油虾煽	74
炖生敲	60	鸡火蜇皮	74
靠 鳝	61	原焖鱼翅	74
鳝段焖肉	61	鸡汁扒翅	75
清蒸鲥鱼	62	白汁鱼皮	75
白汁鲳鱼	62	鸡皮鱼肚	76
干炸银鱼	62	清汤大乌参	76
锅煽鲈鱼	63	花鼓干贝	77
红烧沙光鱼	63	葱蒸干贝	77
荔枝鱼	63		
叉烧鳊鱼	64		
清蒸刀鱼	65		
虫枣炖甲鱼	65		
凤尾虾	65		
清炒大虾仁	66		
熟炆虾仁	66		
翠带虾	67		
交切虾	67		

鸡茸鲍鱼	77	炒三泥	88
冰糖燕窝	78	酒酿银耳	88
蝴蝶燕窝	78	八宝糯米饭	88
鸡汁鱼唇	78	干蒸湘莲	89

干烧紫鲍	79
鸡粥鲍鱼	79
烩蝴蝶海参	80
元鱼烧海参	80
红扒熊掌	80
韭黄野鸭脯	81
拆烧香野鸭	81
野鸭菜饭	82
熘雀脯	83
炒铁雀头脯	83
荷花铁雀	83
网油野鸡	84
山鸡煽	84
酱炸茄子	84
肉饼野鸭	85
文思豆腐	86
麻花野鸭	86
西米鲜樱桃蚕豆	86
桃仁豌豆茸	87
蜜枣扒山药	87



核桃甜酪	89
菠萝杏仁豆腐	89
蜜汁糖藕	90
橘酪元宵	90
夹沙苹果	91
鸡粥菜花	91
虾子茭白	91
鸡粥豌豆	92
素火腿	92
双味素虾仁	93
熘素鳊鱼	93
鸡油菜心	94
镜箱豆腐	94
鸡汤煮干丝	95
冬冬青	95
什锦豆腐羹	95
火腿炖芽菜	96
什锦油面筋	96
黄芽菜煽	97



酿冬瓜	97
白汁春笋	98
虾米炒薹菜	98



什锦火锅	98
菊花生片锅	99
扣三丝汤	100
芙蓉海底松	100
金蟾余珊瑚	101
芙蓉鲍鱼汤	101
雨花捶虾汤	102
火腿冬瓜燕	102
豆腐参汤	102
荔浦扣肉	103
冬菜鸭肝汤	103
梅子蒸排骨	104
花篮冷盘	104
丹凤朝阳	104
炒猪大肠	105
百花争艳	105
麒麟鱼	106
孔雀开屏	106
油爆双脆	107
扇形冷盘	107

酥炸丸子	108
蝴蝶凉盘	108
糖醋咕噜肉	109
网油春卷	109
纸包排骨	109
油泡腰花	110
菜心炒猪肝	110
烧元蹄	110
冬笋炒牛肉	111
白云猪手	111
豉汁青椒炒牛肉	111
香汁炒蟹	112
酥炸牛肉卷	112
生爇狗肉	113
松子鱼	113
红扣水鱼	114
鲜菇鱼片	114
西湖全鱼	114
葱油鱼块	115
油浸鲜鱼	115
吉利虾球	115
鸡脚炖水鱼	116
红烧海狗鱼	116
碎尸还原	116



余鱼腐	117
碧绿鳊鱼卷	117
鲜菇滑鱼球	117



清炒马鞍鳝	118
网油扣鳝	118
白菜扣虾	119
夜香虾仁	119
干煎虾碌	119
翠绿酿虾扇	119
扫把鱿鱼	120
油泡廉鱿	120
清汤鱼肚	121
蟹肉一品瓜	121
蚝油虾球	121
瓦罏水鱼	122
杏元鸡脚炖海狗	122
酥炸西湖鱼	123
油泡虾球	123
蒜子焖鲈鱼	124
油泡鲜虾仁	124
蒸大红羔蟹	124
蟹肉扒鲜菇	125
豉油蒸生鱼	125
蒜心生鱼片	126

白汁海棠鱼	126
潮州豆腐鸡	126
太爷鸡	127
铁扒仔鸡	127
八宝全鸡	127
蚝油煎软鸡	128
蚝油鸡脯	128
菜胆扒鸡	128
百花仔鸡	129
核桃鸡丁	129
印度烤鸡	129
茄汁鸡球	130
西蠹童鸡	130
碧绿鸡球	130
腌肉片皮鸡	131
什锦烩鸡	131
东江盐焗鸡	131
砂锅焗鸡	132
荷包鸡	132
金银凤翼	132
凤凰蛋	133
东江窝全鸭	133
荔荷大鸭	133
柱候大鸭	134



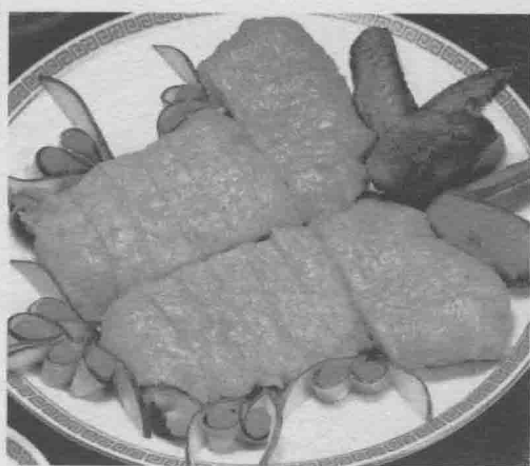
栗子鸭脯	134
八珍扒鸭	134
蚝油鸭脚	135
菠萝拼火鹅	135
潮州烧雁鹅	135
蚝油乳鸽	136
云腿鸽片	136
鸳鸯戏水	137
柠汁局鹌鹑	137
珊瑚锦绣蛋	137
凤眼鹌鹑蛋	138
煽禾花雀	138
鲜菇炆鸡	138
香露炖鸡	138
花雕肥鸡	139
龙穿凤衣	139
掌上明珠	140
白切鸡	140
竹笙炆鸡片	140
荷叶乳鸽片	141
燕人凤巢	141
红烧海参	141
虾子扒海参	142
什锦烩参丝	142



桂花干贝	143
蚝油扒肚	143
蟹黄生翅	143



蚝油网鲍片	143
蒜子珧柱脯	144
滑蛋珧柱	144
菊花龙凤盖	144
荷叶肉	145
蜆鸭花胶炖三蛇	145
双菇炖南蛇	146
生烩老猫公	146
蚝油鲜菇	147
红扣果子狸	147
瓜果满园	148
蟹肉茄子	148
夜香冬瓜盅	148
扒肘子	149
元宝肉	150
五香酱肉	150
五香肉干	150
扣肉	151
奶汤核桃肉	151
羌爆里脊丝	152

滑熘里脊	152	黄葱烧蹄筋	162
干炸里脊	152	余芙蓉环管	162
糖醋里脊	153	九转大肠	163
		奶汤大肠	163
爆炒肉片	153	清炸大肠	163
火爆燎肉	154	糟煎肚片	164
酱爆肉丁	154	云片肚片	164
炆腰穗	155	黄焖鸭肝	165
软炸腰穗	155	炸脂盖	165
炸熘肝尖	155	葱爆羊肉	166
琉璃肉	156	扒羊肉条	166
烩松肉	156	红烧牛肉	166
糖醋排骨	156	炒芙蓉鸡片	167
糖酥丸子	157	油爆鸡丁	167
汤爆肚头	157	炒鸡瓜	168
清余丸子	157	鸡里爆	168
葱烧大肠	158	炒辣子鸡	169
南煎丸子	158	糟炒鸡丝	169
吐丝鸽蛋	159	油淋鸡	170
山东丸子	159	麻辣鸡	170
扒雏鸡	160	柴把鸡	171
四喜丸子	160	苹果鸡	171
卷煎	161	家常熬加吉鱼	172
萝卜肉	161	栗子鸡	172
			

雪花鸭肝	173
干蒸鳊鱼	173
香酥鸡	173



布袋鸡	174
奶汤鸡脯	175
绣球鸡胗	175
鸳鸯蛋	176
琥珀鸽蛋	176
糖醋鲤鱼	177
醋椒活鱼	177
油爆鱼芹	178
赛螃蟹	178
干烧鲳鱼	178
醋烹黄花鱼	179



煎转鲤鱼	179
松鼠鱼	179
干炸鱼片	180
酿荷包鲫鱼	180
焗大虾	181
清炖甲鱼	181
绣球全鱼	182
炸虾托	182
红烧甲鱼	182
象眼鱼卷	183
脯酥全鱼	183



奶汤鲫鱼	184
三彩大虾	184
煎烹虾段	185
红烧大虾	185
炸板虾	185
炒虾片	186
炒虾仁	186
炸虾球	186
炒虾腰	187
炸虾铃	187
清蒸瓢蟹盒	187
雪衣银鱼	188



大葱烧海参	193
蝴蝶海参	194
山东海参	194
鸡腿扒海参	194
扒酿海参	195
红烧干贝	195
鸡汁干贝	195
干贝四宝	196
干贝四丝	196
扒原壳鲍鱼	196
扒鲍鱼芦笋	197



红烧鲍鱼	197
桂花鱼骨	197
锅煽鱼肚	198
白扒鱼唇	198
红扒鱼唇	198
云片猴头	199
烩乌鱼蛋	199
御笔猴头	200
酿猴头蘑	200
什锦西瓜盅	200
挂霜莲子	201
水晶桃	201

双色鱿鱼卷	188
油爆乌鱼花	189
余鱼脯丸子	189
炒鸡茸全蟹	189
七星子蟹	190
余蛤蜊肉	190
韭青炒蛭子	190
荷花金鱼虾	191
凤尾燕菜	191
清汤燕菜	191
荷花鱼翅	192
三丝鱼翅	192
奶汤佛手鱼翅	193
红扒熊掌	193





靠红果	202
玫瑰锅炸	202
蜜腊银杏	202
琉璃桃仁	202
蜜汁山药	203
糟煎茭白	203

拔丝苹果	204
锅煽豆腐	204
红烧面筋	204
脯酥油菜心	205
鱼鳞茄子	205
炒八宝辣椒丁	206
酿青铃	206
三鲜汤	207
奶汤蒲菜	207
栗子烧白菜	207
清汤银耳	208
奶汤芦笋	208
黄蘑素鸡	209
松子豆腐	209
烫豆腐	209
豆腐箱	210

红烧鱼



【原料】 主料,黄花鱼 2 条(重约 800 克)。肥瘦猪肉 50 克,笋 20 克。

【调料】 花生油 1 公斤(约耗 80 克),酱油 40 克,白糖 20 克,料酒 10 克,味精 2 克,葱姜蒜共 10 克,清汤 400 克,猪油 30 克,香油 10 克,八角 2 克,湿淀粉 30 克。

【做法】

(1)把鱼除去鳞、鳃(不开膛),在肛门处横割一刀,用筷子从鱼口插入鱼腹内旋转拧出鱼肠,洗净,沥干水。在鱼身的两面每隔 2 厘米剞上斜刀(划至鱼骨)。肥瘦猪肉、笋均切成 6 厘米的长条,葱、姜切块,蒜切片。

(2)炒锅内放入花生油,烧至八成热,将鱼放入油内炸至金黄色时捞出。

(3)炒锅内放猪油,烧至六成熟,放入八角稍炸,即放入葱、姜、蒜、肥瘦肉片、笋片煸炒,然后烹酱油、料酒、清汤,烧沸后放鱼,用微火靠(约 15 分钟),待汤汁剩余



1/3 时,放味精,湿淀粉勾芡,汁发浓时淋上香油,盛入盘中。

【特点】 鱼肉味鲜嫩咸香,色泽红润发亮。

香酥鸡



【原料】 去毛嫩母鸡 1 只约 1.25 公斤。

【调料】 料酒 10 克,盐 15 克,葱白段 20 克,姜片 15 克,花椒 30 克,桂皮 15 克,熟猪油 30 克,花生油耗量 150 克。

【做法】

(1)将鸡开膛,挖去内脏,抽掉气管、食管,洗净,沥去水。将桂皮(敲碎)、花椒、盐一起放入碗中拌和后,擦匀鸡身(脯



肉和腿肉要反复擦几次),然后放入钵内,把剩下的桂皮、花椒、盐撒在鸡身上,腌约两小时取出。将盐抖去,再放入盘中,加料酒,放上葱段、姜片,上笼用旺火蒸至八成烂,取出。沥去汁水,挖去鸡眼。

(2)将鸡放入旺油锅中,炸至金黄色

时,锅离火口,用漏勺捞出,斩下头,颈劈开,将鸡颈放入盘中,鸡身拍松放上面,鸡头平放在鸡身前端(成双片头)。上桌时另带甜酱或番茄酱蘸食。

【特点】 颜色金黄,皮香肉烂,蘸酱食之,味极鲜美。

油爆海螺



【原料】 鲜海螺(带壳)1公斤。木耳15克。大葱50克,蒜3克,精盐3克,粗盐30克,味精1克,料酒15克,湿淀粉20克,清汤50克,醋15克,猪油500克(耗80克)。

【做法】

(1)将海螺外壳砸破,取出肉,择去尾肠及头部黑膜,用醋和粗盐揉搓,再用清水冲洗净,片成薄片。大葱切成1厘米长的段,蒜切片。清汤、料酒、味精、精盐、湿淀粉放1个碗内对成“爆汁”。木耳用沸水焯过。

(2)炒锅内放入猪油,用旺火烧至八



成热时,将海螺肉倒入油内焯一下捞出。

(3)炒锅内留余油,用旺火烧至十成热时,放入葱、蒜稍炸,再放入海螺肉、木耳及对好的“爆汁”,快速颠翻即成(炒时动作迅速,否则炒老,使海螺肉失去鲜味)。

【特点】 色黑白相间,海螺肉脆嫩鲜美。

蟹黄鱼翅



【原料】 水发鱼翅200克,蟹黄100克。油菜心20克,冬笋20克。

【调料】 清汤300克,酱油1克,白



糖3克,精盐3克,味精1克,葱姜4克,料酒15克,湿淀粉15克,葱油10克。

【做法】

(1)将水发鱼翅用温水泡透,捞入大碗内,加上清汤、葱姜、料酒,上笼蒸软,取出用沸水焯过。蟹黄用手掰成小块,油菜心切成6厘米长的段,冬笋切片。