



JiaShenghuo

风靡全国的居家生活百科全书



大众火锅

本书收集、整理了大量传统火锅菜肴和新兴菜肴，以及一些国外火锅食法，详细地介绍了各例火锅的原料、调料、制作方法和成品特点。

宋建华○主编

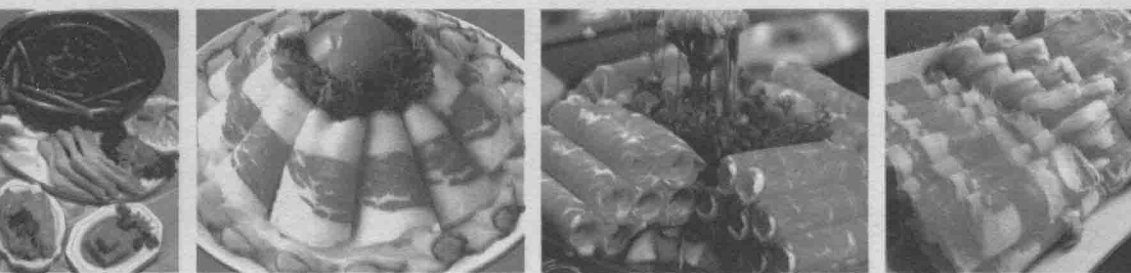


中国戏剧出版社

风靡全国居家生活百科

大众火锅

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

大众火锅

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

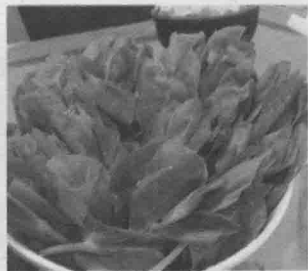
字 数:2200 千字

版 次:2008 年 11 月北京第 1 版第 1 次印刷

书 号:ISBN 978 - 7 - 104 - 02651 - 8

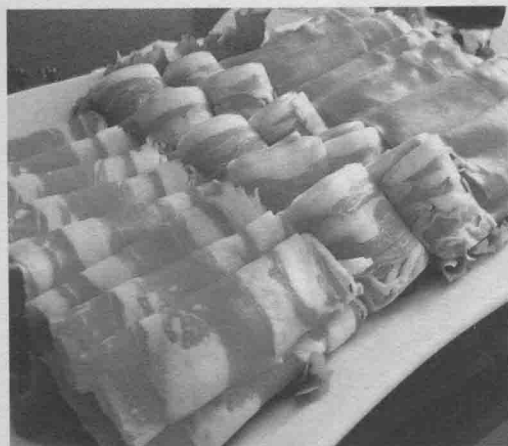
定 价:716.40 元(全 18 册)

版权所有 违者必究



目 录

青红鸳鸯火锅	1	羊肉酱糟火锅	7
油腐什锦火锅	1	肉禽什锦火锅	8
		羊肉鲤鱼火锅	8
		鸡虾菊花火锅	9
		羊肉桂芪火锅	9
		名品什锦火锅	10
		酱汁羊肉火锅	10
		十景鲜嫩火锅	11
		羊肉枣归火锅	11
		猪杂什锦火锅	12
		羊肉三鲜火锅	12
藕豆什锦火锅	2	五花清汤火锅	13
西北羊肉火锅	2	羊肉双鞭火锅	13
全素杂烩火锅	3		
云南羊肉火锅	3		
安徽风羊火锅	3		
羊肉酸菜火锅	4		
蔬菜什锦火锅	5		
鸡杂什锦火锅	5		
肉豆腐火锅	6		
羊肉葱菜火锅	6		
东北海味火锅	7		



川南传统火锅	14
白肉蝴蝶火锅	15
羊心红枣火锅	15
羊肾猪排火锅	16
羊肚补骨火锅	16
羊脑枸杞火锅	17
全羊麻酱火锅	17
羊头蹄枣火锅	18
羊头肉蹄火锅	18
北京羊肉火锅	19
牛肉奶汤火锅	20
牛肉酸菜火锅	20
牛肉牛鞭火锅	21



牛肉番茄火锅	21
牛肉鸡爪火锅	21
白水羊肉火锅	22
牛肉米酒火锅	22
牛尾当归火锅	23
牛肉牛肚火锅	23
五色豆腐火锅	24
草鱼卤面火锅	24
牛尾蹄筋火锅	25
鲍鱼饺子火锅	26
咖喱牛肉火锅	26



牛肉丸子火锅	26
芥末牛肉火锅	27
川味药膳火锅	28
小牛里脊火锅	28
涮九门头火锅	29
毛肚莲子火锅	29
牛肝枸杞火锅	30
牛腰毛肚火锅	30
牛筋牛肚火锅	31
羊肉萝卜火锅	31
牛髓鸭血火锅	32

牛鞭鸡肉火锅	32	家常猪肉火锅	43
牛鞭枸杞火锅	32	鲜咸肉笋火锅	44
毛肚牛肉火锅	33		
瘦肉牡蛎火锅	34		
重庆毛肚火锅	34		
牛肾杞参火锅	35		
牛筋沙司火锅	35		
川味酒醉火锅	36		
猪肉冬笋火锅	36		
瘦肉山楂火锅	37		
猪臀牛羊火锅	37		
姜汁肘子火锅	38	猪肉丸子火锅	44
猪肉爪翅火锅	38	猪腿萝卜火锅	45
猪肉莲百火锅	39	猪肘参精火锅	45
猪排腰脑火锅	39	猪肘菊花火锅	46
猪排果仁火锅	40	鲜肉银鱼火锅	46
白肉酸菜火锅	40	御龙五花火锅	46
猪肉菇米火锅	41	里脊笋菇火锅	47
猪肉三冬火锅	41	猪蹄醪糟火锅	47
无花果肉火锅	42	前蹄猪肚火锅	48
白肉血肠火锅	42	金银腿蹄火锅	48
三肉酸菜火锅	43	蹄筋淡菜火锅	49
		蹄筋菜花火锅	49
		蹄筋灵芝火锅	50
		蹄筋海马火锅	50
		猪肝粉菜火锅	51
		猪肝枣杞火锅	51
		猪肝鸭掌火锅	52
		猪肚虾油火锅	52
		肚肺火腿火锅	53
		北京涮肚火锅	53



爆猪肚仁火锅	53
猪肺银耳火锅	54
	
猪肺菇笋火锅	54
腰片菇耳火锅	55
腰片麻酱火锅	55
猪腰鸡翅火锅	56
猪心菇粉火锅	56
猪心竹参火锅	57
肥肠酸菜火锅	57
大肠双麻火锅	57
猪血豆腐火锅	58
猪脑鸭掌火锅	58
韭花猪杂火锅	59
驴肉粉米火锅	59
清汤驴肉火锅	60
驴鞭墨鱼火锅	60
葡萄酒鸡火锅	61
鸡片雪菜火锅	61
母鸡白果火锅	62
仔鸡泡菜火锅	62
川味卤面火锅	63
母鸡人参火锅	63

鸡肉山楂火锅	64
鸡肉灵芝火锅	65
母鸡红枣火锅	65
童鸡海马火锅	65
麻辣仔鸡火锅	66
奶汤菇鸡火锅	67
鸡肉薏米火锅	67
鸡肉蛋花火锅	68
鸡肉猴头火锅	68
雏鸡里脊火锅	69
参鸡肚片火锅	69
鸡块笋菇火锅	69
鸡块油腐火锅	70
素鸡洁白火锅	70
川味辣鸡火锅	71
鲜醇鸡味火锅	71
鸡笋三鲜火锅	72
母鸡牛鞭火锅	72
母鸡归芪火锅	73
八宝母鸡火锅	73
鸡肉四冬火锅	74
泡菜仔鸡火锅	75



怪味仔鸡火锅	75	鸭子参芪火锅	86
辣烧鸡公火锅	76	仔鸭百藕火锅	86
家庭朝天火锅	76		
乌鸡藕合火锅	77		
乌鸡双花火锅	77		
乌鸡荷叶火锅	78		
乌鸡五仁火锅	78		
乌鸡虫草火锅	79		
乌鸡白果火锅	79		
乌鸡归芍火锅	80		
乌鸡红枣火锅	80		
乌鸡益母火锅	80	肥鸭虫草火锅	87
山椒乌鸡火锅	81	啤酒鸭子火锅	87
酸汤乌鸡火锅	82	仔鸭海带火锅	88
鸡翅天杞火锅	82	八宝鸭子火锅	88
鸡肝鸡血火锅	83	烤鸭粉腐火锅	89
鸡肝豆苗火锅	83	金银鸭子火锅	89
鸡血笋耳火锅	83	红酒鸭子火锅	90
鸭蛇菇腿火锅	84	仔鸭白果火锅	90
鸭子燕窝火锅	84	仔鸭玉仁火锅	91
鸭子火腿火锅	85	老鸭芡实火锅	91
鸭子玉参火锅	85	仔鸭贝杏火锅	91
		仔鸭荸荠火锅	92
		仔鸭魔芋火锅	92
		带丝全鸭火锅	93
		全鸭莲子火锅	94
		板鸭鹅肠火锅	94
		鸭肝白肉火锅	95
		鹅掌冬笋火锅	95
		卤味鹅肝火锅	95
		鲫鱼奶汤火锅	96





鲫鱼枸杞火锅	96
鲫鱼腐竹火锅	97
鲫鱼黄芪火锅	97
鲫鱼陈皮火锅	98
鲫鱼苡蓉火锅	98
鲜活鲫鱼火锅	99
双味鲜鱼火锅	99
鱼头鲫鱼火锅	100
鱼虾酸菜火锅	101
鲤鱼赤豆火锅	101
鲤鱼粉皮火锅	101
鲤鱼奶汤火锅	102
菊花鱼片火锅	102



鲤鱼二荷火锅	103
草鱼桃仁火锅	103
草鱼豆腐火锅	104
草鱼菊花火锅	104
鱼羹菊花火锅	104
鲢鱼菜心火锅	105
鲜鱼辣味涮锅	106
花鲢豆腐火锅	106
鱼头海参火锅	106
鱼头天麻火锅	107



花鲢鱼头火锅	107
鲢鱼头煲火锅	108
鱼头豆腐火锅	108
四生鱼片火锅	109
参虾生片火锅	109
青鱼咬羊火锅	110
鱼头鱼尾火锅	110
鲜嫩划水火锅	111
风味鱼卷火锅	111
糟鱼咸肉火锅	112
鱼肝秃肺火锅	112
鱼肝粉皮火锅	113

青鱼肠笋火锅	113
鳗鱼奶汤火锅	114



鳗鱼鸡鬼火锅	114	墨鱼菇笋火锅	124
河鳗火腿火锅	115	茄汁墨鱼火锅	124
鳗鱼菜心火锅	115	墨鱼毛肚火锅	125
鳝鱼菜肚火锅	116	鲶鱼菇笋火锅	125
鳝鱼百合火锅	116	川味鲶鱼火锅	126
鳝筒豆腐火锅	117	鲶鱼豆腐火锅	127
鳝鱼里脊火锅	117	麻酱鲶鱼火锅	127
生涮鳝片火锅	117	鳊鱼肉菜火锅	127
鳝鱼天麻火锅	118	泥鳅荷鸡火锅	128
鳝鱼牛膝火锅	119	泥鳅豆腐火锅	128
鳝鱼参荷火锅	119	鲜活黑鱼火锅	129
鳝鱼沙参火锅	119	生鱼莴笋火锅	129
鳝鱼五花火锅	120	鱼肉骨汤火锅	129
鳝鱼干丝火锅	121	鱼圆笋腿火锅	130
海参鱿鱼火锅	121	麻辣黑鱼火锅	131
鱿鱼菇笋火锅	122	黑鱼笋耳火锅	131
鱿鱼莴笋火锅	122	鱼肉鸭血火锅	132
鱿鱼参肚火锅	122	银鱼仔蟹火锅	132
鱿鱼芹腐火锅	123	湘味银鱼火锅	133
三味鱿鱼火锅	124	银鱼白菜火锅	133
		香辣银鱼火锅	134
		银鱼韭黄火锅	134



甲鱼虫草火锅	135
甲鱼火腿火锅	135
甲鱼蹄筋火锅	136
甲鱼凤爪火锅	136
甲鱼沙苑火锅	137
甲鱼参麦火锅	137
甲鱼双母火锅	138
甲鱼知母火锅	138
五鱼精品火锅	138
蟹肉洋参火锅	139
鲜香螃蟹火锅	139



雌蟹菊花火锅	140
余蟹菜心火锅	140
蟹肉山药火锅	141
鲜凤尾虾火锅	141
海虾蔬菜火锅	141
虾片海参火锅	142
鲜活河虾火锅	142
麻辣涮虾火锅	143
明虾白肉火锅	143
明虾笋菜火锅	144
鱼唇乌鸡火锅	144



双味龙虾火锅	144
鱼唇奶汤火锅	145
鱼唇香菌火锅	145
鱼翅奶汤火锅	146
双翅洋参火锅入	146
鱼翅参虾火锅	147
鱼翅鱼肚火锅	147
鱼肚火腿火锅	148
川菜三味火锅	148
海参双耳火锅	148
海参腿脯火锅	149
川菜四味火锅	149
黄鱼雪菜火锅	150

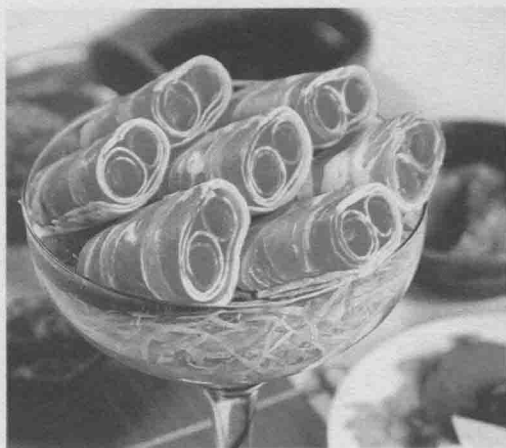




黄鱼腐肉火锅	150
鲍鱼双笋火锅	151
鳊鱼菊花火锅	151
黄花鱼片火锅	152
鲳鱼蛙腿火锅	152
加吉鱼肉火锅	153
带鱼木瓜火锅	153
鲈鱼菊花火锅	153
鱼肉豆腐火锅	154
酸汤鱼味火锅	154
双圆双冬火锅	155
牡蛎鸭血火锅	155
紫菜毛肚火锅	156



蛤蜊墨鱼火锅	156
干贝腿脯火锅	157
黑白双耳火锅	157
鲜金针菇火锅	158
茄笋全素火锅	158
猴头素鸡火锅	158
豆腐粉丝火锅	159
酸辣豆腐火锅	159
三鲜豆腐火锅	159
冻豆腐菜火锅	160

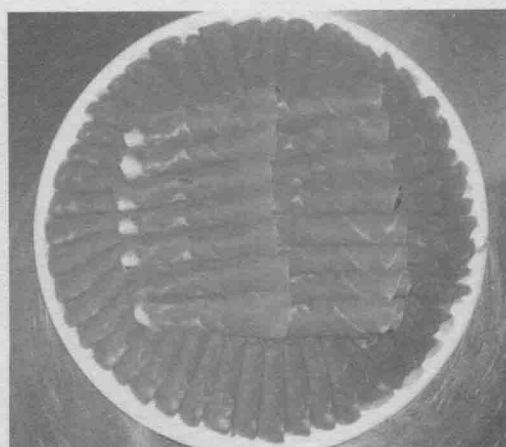


冻豆腐肉火锅	161
冻腐烫菜火锅	161
二丝一米火锅	161
腐皮包馅火锅	162
腐皮肉圆火锅	162
豆腐面筋火锅	162
豆腐丸子火锅	163
豆腐汤料火锅	163
百叶筋肉火锅	164
粉丝腐竹火锅	164
豆芽腿肉火锅	165
一清二白火锅	165

酿面筋泡火锅	165
面筋笋菇火锅	166
淮扬白菜火锅	166
白菜萝卜火锅	167
淮扬干丝火锅	167
雪菜冬笋火锅	167
酸菜粉丝火锅	168
番茄素菜火锅	168
虾干白菜火锅	169
酸菜时令火锅	169
土豆白菜火锅	169



淮扬萝卜火锅	170
蛋皮冬笋火锅	170
蛋卷肉粉火锅	171
蛋饺菇笋火锅	171
广东狗肉火锅	172
香辣狗肉火锅	172
狗肉山杞火锅	173
狗肉乌鸡火锅	173
四川狗肉火锅	174
狗肉粉菜火锅	174
南宁狗肉火锅	175



延边狗肉火锅	175
贵州狗肉火锅	176
沪上狗肉火锅	176
兔肉荠菜火锅	177
雪菜兔肉火锅	177
兔肉辣酱火锅	177
兔肉火腿火锅	178
兔肉红枣火锅	178
兔肉番茄火锅	179
啤酒兔肉火锅	179
麻辣兔肉火锅	180
野兔蘑菇火锅	180
兔肉山药火锅	181



鹿肉鹿筋火锅	181
猫肉红枣火锅	182



猫肉桂参火锅	182
猫肉大蒜火锅	183
涮山鸡片火锅	183
野禽多味火锅	183
野鸡菊花火锅	184
野味三鲜火锅	185
山鸡野禽火锅	185
野鸡雪菜火锅	186
吉祥野味火锅	186
野鸡野鸭火锅	186
野鸭火腿火锅	187
菜鸽火腿火锅	187
乳鸽子山药火锅	188
飞禽野味火锅	188
乳鸽子泥鳅火锅	189
乳鸽乌鸡火锅	189
鹌鹑香菌火锅	190
鹌鹑红豆火锅	190
鹌鹑河蟹火锅	190
鸵鸟虾仁火锅	191

枸杞斑鸠火锅	192
斑鸠笋菇火锅	192
蛇鸡血肠火锅	193
乌蛇鸡翅火锅	193
蛇肉香菌火锅	193
蟒蛇火腿火锅	194
五彩龙肚火锅	194
龟肉乳鸽火锅	195
龟肉鱼鳔火锅	195
龟肉羊汤火锅	196
金龟虫草火锅	196
龟肉茯苓火锅	197
海螺参带火锅	197
田螺蹄筋火锅	198
田螺香羹火锅	198
田螺鱿鱼火锅	199
螺蛳辣味火锅	199
螺肉百合火锅	200
蚌肉米酒火锅	200
蚌肉火腿火锅	200
蚬肉茵陈火锅	201
田鸡冬瓜火锅	201



牛蛙腿肉火锅	202	滋补什锦火锅	206
蜗牛香菌火锅	202	双牛什锦火锅	206
蜗牛辣味涮锅	203	八珍什锦火锅	207
羊肉什锦火锅	204	肉肚八鲜火锅	207
羊杂什锦火锅	204	四川南汤火锅	208
东北八仙过海	204	牛菜神仙火锅	208
酸菜什锦火锅	205	牛菜归杞火锅	209

青红鸳鸯火锅



【原料】

红汤火锅：黄牛背柳肉和水牛肝各200克，水牛肚和鳝鱼片各250克，水牛腰300克，活鲫鱼10条（约500克），鱼蓉丸150克，鸭血500克。以上按正常制火锅方法进行加工。清汤火锅：猪里脊肉片、鸭肫、鲍鱼片和水发鱿鱼片各200克，鸡片和鱼丸各150克，水发刺参片、水发牛筋段和猪腰片各250克，清汤卤汁适量。两锅共用原料：大葱、蒜苗、卷心菜、豌豆苗尖和菠菜各500克，粉丝250克，冬笋200克，冬菇100克，鸡蛋1只，白酱油适量。

【味碟】

香油、蚝油、精盐和味精。可根据个人口味配制，每人一碟。

【制法】

1. 将以上各种荤素原料加工整理，分盘装好，围在鸳鸯火锅四周，点燃火锅，烧沸汤汁，撇去浮沫，即可烫食。



鸳鸯火锅一炉分为两部分，中间隔开，分别装清汤火锅料和红汤火锅料。

2. 吃时，鳝鱼片、鸭肫花和鱼丸可分别先下锅煮。在烫食过程中，要不断加原汤、牛油和白酱油，以免味淡。

【特点】

清新醇浓，麻辣味厚，同锅双味，四川风味，补中益气，滋养脾胃，强健筋骨。

油腐什锦火锅



【原料】

豆腐600克，猪肉片、冬笋和水发香菇各100克，火腿、水发海米和青蒜各25克，水发粉丝和白菜各150克，鸡汤1000克，熟猪油50克，酱汁75克，味精1克，植物油适量。

【制法】

1. 将整块豆腐放在平盘中，切成5厘米长、3厘米宽、1厘米厚的片，沥去水，投入烧至八成热的油锅内炸呈金黄色捞出；青蒜择洗干净后切成末，装入盘中。

2. 炒锅置火上，放入熟猪油烧热，投入猪肉片略炒，加入冬笋片、香菇片、火腿片和海米同炒至出味时，放入鸡汤烧开，再把豆腐、粉丝、白菜、酱汁和味精一同放入，烧至白菜快熟时，倒入点燃的火锅内，再烧沸，撒入青蒜末即可食用。

【特点】

原料多样，营养丰富，利膈爽胃。

藕豆什锦火锅



【原料】

藕 600 克，绿豆、豆腐干、土豆、冬笋、油菜心、菜花和黄豆芽各 300 克，水发黑木耳和水发粉丝各 150 克，姜片 25 克，葱段 15 克，精盐 10 克，白糖 50 克，肉汤 3000 克，味精少许。

【制法】

1. 将藕去皮切小块，绿豆洗净沥水，豆腐干切条，土豆去皮切片，菜花用手掰成小朵，水发木耳去蒂洗净，水发粉丝切段，黄豆芽和油菜心择洗干净。以上各料除绿豆和藕块外，分别装盘，上桌待用。

2. 压力锅置火上，放入肉汤、绿豆、藕、姜、葱、精盐和白糖，上汽压阀 10 分钟，冷却后倒入点燃的火锅内煮开，撒入味精，即可烫食各料。

【特点】

甜咸爽口，香气浓郁，养血健脾，清热解暑。

西北羊肉火锅



【原料】

羊肉 1500 克，白菜心和水发粉丝各 500 克，豆腐 250 克，精盐 5 克，味精 3 克，胡椒粉 2 克，鲜汤 1500 克。

【味碟】

黄瓜条、酱油、醋、香油、花椒油、卤虾油、虾酱、腌韭菜花、料酒、腐乳汁、芝麻酱、腌雪菜末、香菜末、腌糖蒜、油炸干辣椒、生姜末。可根据个人口味配制，每人一碟。

【制法】

1. 将羊肉剔骨除筋膜后放入冰箱内冷冻数小时，然后用锯切法顺肉纤维切成薄片散于盘中；白菜心和豆腐均切成小块；粉丝泡软。以上各料均盛盘上桌，置于火锅的四周。

2. 火锅中倒入鲜汤，点燃烧沸，食者可根据自己的口味，配好调味汁，夹着生羊肉片入火锅中涮，注意掌握老嫩程度，边涮边蘸汁食用。羊肉涮完后，可先下入白菜块和豆腐块，然后把粉丝放在上面，烧沸后撒入精盐、味精和胡椒粉（注意口味要清淡），连菜带汤食用。

【特点】

甘肃风味，味鲜肉嫩，风味独特，益气补虚，生肌健力。

