

烹坛佳作

第四届全国烹饪技术比赛清真赛作品集

林则普 主编



中国商业出版社

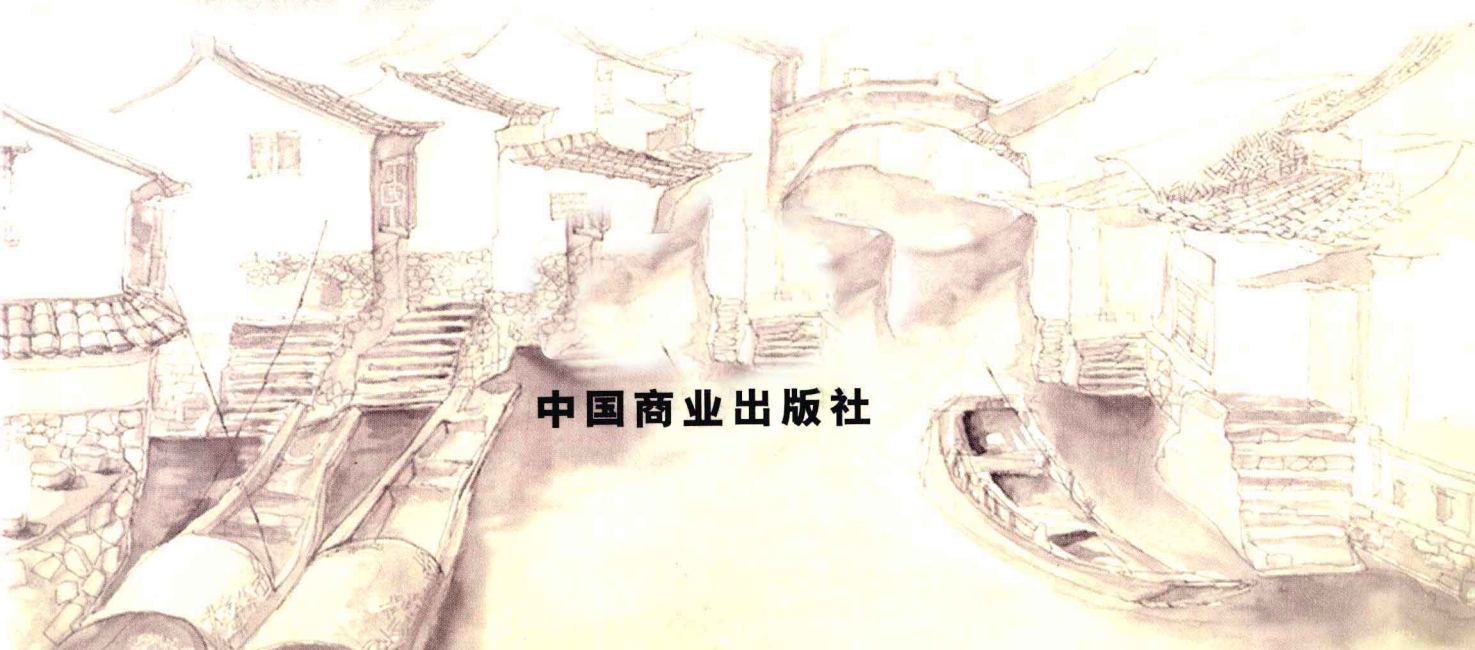
TS972.17

7

烹坛佳作

第四届全国烹饪技术比赛 清真赛作品集

林则普 主编



中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

第四届全国烹饪技术比赛清真赛作品集 / 林则普主编.
北京: 中国商业出版社, 2001
(烹饪佳作)
ISBN 7-5044-4382-4

I.第... II.林... III.①回族—食谱②回族—菜谱 IV.
TS972.17

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 058583 号

责任编辑: 李 刚

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺1号)
新华书店总店北京发行所经销
中国石油报社印刷厂印刷

*

889 × 1194 毫米 16 开 10 印张 250 千字
2001 年 9 月第 1 版 2001 年 9 月第 1 次印刷
定价: 95.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言

在 20 世纪将要结束的 1999 年，国家国内贸易局、国家旅游局、劳动和社会保障部、国家民族事务委员会、中共中央直属机关事务管理局、国务院机关事务管理局、中国财贸工会全国委员会、中国个体劳动者协会和中国烹饪协会九个部门，共同举办了第四届全国烹饪技术比赛。本届比赛自 10 月 18 日开始，先后在西安、杭州、石家庄、武汉和北京五个城市进行，历时近两个月。比赛分团体赛、个人赛、快餐（套餐）赛、大众筵席赛、清真赛五项。参加比赛的有各省、自治区、直辖市和香港特别行政区共 29 个代表团，227 个代表队，各项参赛选手 3600 多人（次），参赛菜品 6099 款。本届比赛与前几届相比，有许多不同之处，概括起来有以下几点：

一、代表性广。参赛选手来自商业、旅游、机关、部队、工厂、学校等各个系统。香港特别行政区也第一次组队参加了全国烹饪比赛。这次比赛的一个鲜明特点是：个体、私营和合资企业的选手比以往有大幅度地增加；他们参赛展台与作品不仅数量多，而且制作精美，从一个侧面反映了我国改革开放的成果，深为各界注目。

二、年轻人多。参赛选手中，35 岁以下的年轻人占绝大多数，其中不少是技师和各饭店（酒店）、餐饮企业的厨师长。他们勤奋好学，进取意识强，文化技术素质比较好，是青年厨师中比较优秀的一部分，证明我国的厨师队伍人才辈出，后继有人。

三、品种丰富。在参赛的 6099 款菜点品种中（含清真，下同），个人赛菜点 3468 款，团体赛菜点 770 款，大众筵席赛菜点 1649 款，快餐（套餐）赛菜点 212 款，为历届比赛之最。这些菜点，许多是来自国宴、国宾馆、星级饭店、著名饭庄、特色餐厅、民族风味餐馆、百年老字号和著名新字号，各种风味均有，汇集了各地的精华，反映了全国餐饮业蓬勃发展、欣欣向荣的面貌。

四、技法多样。参赛菜肴既有熘、炒、煎、炸、炖等现代常用的烹调技法，又有石烹、泥烤、盐焗等比较古老的烹调技法；既有传统菜，又有新潮菜。二者交相辉映，较好地体现了“继承、发扬、开拓、创新”的指导方针。

五、领域拓宽。本届比赛首开了清真、快餐、大众筵席和餐厅服务四大项目，这些项目的开设，体现了我国餐饮市场和餐饮企业的需要和经营取向。尤

其是清真菜，不仅是我国信仰伊斯兰教的10个民族、2000万人口不可或缺的饮食，而且也越来越多地被非穆斯林消费者所喜爱，理应提高它在整个餐饮业中的地位。还有，现在的消费者下餐馆，越来越追求文化氛围，追求用餐环境和服务质量。提高餐厅服务水平，已成为餐饮企业搞好经营的一个重要因素，所以被首次列入全国烹饪比赛项目。

六、主题鲜明。本届比赛的主题是“大众化”。开设大众筵席、快餐（套餐）比赛项目，就是这一主题的体现。比赛的组织者和参加者在坚持“大众化为主、个人消费为主、工薪阶层为主”这一经营思想的同时，也充分注意了不同消费层次的需要。代表中国烹调技艺水平的团体展台，则是这一方面的集中体现。至于个人比赛，也是既有大众家常菜精品，又有高档菜珍馐，二者相辅相成，相得益彰。

综上所述可以看到，本届比赛实现了“贴近社会，贴近市场，贴近百姓”，“面向大众，兼顾高档；突出风味，交流技艺；开拓市场，促进发展”这一宗旨和目的。

学无止境，艺无止境。烹饪作为一种文化，一种科学和艺术，具有丰富的内涵，深奥的机理，无穷的魅力。在烹饪领域，还有许多问题需要我们去研究和探讨，需要进行改革和提高。愿烹饪界的专家、学者、名师、企业家和广大同仁，都来为弘扬烹饪文化，发展烹饪事业，提高烹饪水平献计献策。

为了向烹饪界、餐饮业者及社会各界爱好烹饪的朋友们提供一份参阅资料，中国烹饪协会编辑了这套“第四届全国烹饪技术比赛作品集”，共四本，分别为清真卷，热菜卷，冷拼面点卷，团体展台、大众筵席与快餐（套餐）卷，总命名为《烹坛佳作》。

本书主编为林则普同志，副主编为杨柳、李刚同志。在编辑出版过程中，得到各有关方面的大力支持与协助，在此谨表谢意。由于水平有限，书中如有不妥之处，敬请指正。

林则普

2000年12月

目 录

个人热菜

翠竹鱼米	2
八宝葫芦鸭	2
红烧素海参	2
焦熘肉片	3
清炒素蟹粉	3
炸羊尾	3
松鼠鳜鱼	4
烩鲜蘑鸭舌	4
抓炒虾肉	4
空心虾球	5
三元扒牛头	5
翡翠鱿鱼	5
蒜香鸭	6
彩碟全素	6
红烧牛尾	6
金箱莲蓬	7
星月羊腿	7
蟹黄鱼腐	8
群龙托鲍	8
玉花鲍卷	8
橄榄蹄筋	9
蟠桃盛会	9
金钱鱼腐	9
宝扇牛头	10
扒海洋	10
华洋蹄筋	10
清汤鱼腐	11
芙蓉草莓	11
喜庆团圆	11
群虾凤尾盒	12
新西兰羊排	12
灵芝伴玉蝉	12
鸳鸯戏莲	13

葵花羊眼	13
鲜奶鳕鱼	13
果汁牛筋	14
河海争鲜	14
绣球鱼翅	14
丰收玉米	15
百花竹荪	15
百鸟归巢	15
鼠鱼观潮	16
鱼咬羊	16
猴头扒牛唇	16
群燕归巢	17
鞭花扣牛舌	17
避风塘烧羊腿	17
冬瓜扒牛舌	18
松子鲈鱼	18
凤腰北极贝	19
猴头羊肚菌	19
杞果鞭花北极贝	20
松子鱼爆凤尾虾	20
蛋黄龙虾	21
三色龙虾	21
盘鲍黑虎掌	22
虫草鸭舌	22
翡翠麻花扣肚	23
药膳卤鸡	23
发丝百叶	24
脆皮冬瓜排	24
盐爆爽牛肉	24
大马咖喱羊肉	25
红扒羊唇	25
葵花鱼珠	25
天麻扒牛舌	26
扒酿羊蹄	26
双肚争艳	26

碧绿鱼腐	27
红扒牛筋	27
盆景羊舌	27
一品玉扇驼掌	28
鸡油鱼皮	28
蜜汁鲜桃	28
红果羊排	29
松子羊肉	29
虫草牛宝	29
一品牛肚	30
奶汁肚卷	30
竹筒荷叶肉	30
冬瓜炖羊脑	31
万灯扒明筋	31
金冠银雀	31
两吃茄饼	32
花肚酿牛尾	32
鱼羊鲜料	32
凤尾雪花鸡	33
白玉藏珍	33
芥末牛肉	33
姜汁鲑鱼段	34
彩蝶鲜酥卷	34
菊花鞭丝	34
宝顶明珠	35
香辣扒秦牛	35
上汤竹荪鱼丸	35

全羊什锦	36
红油花肚	36
翡翠鱼米	36
金鱼摆尾	37
蝎子牛方	37
虫草美掌	37
蟹斗生鱼粒	38
爆炒玲珑丝	38
翡翠明筋	38
五彩鱼丝	39
金钱驼掌	39
掌上明珠	39
翠珠鱼花	40
红宝焖羊腩	40
金钱羊方	40
酿羊眼	41
生氽鱼羊球	41
珍珠龙咽肉	41
凤翅肚花	42
扣扒麒麟顶	42
荷香仔羊	42
竹荪花篮牛肉卷	43
出水芙蓉	43
香炸仔羊	43
蒲棒驼肉	44
五彩驼心盅	44
软炸鸡	44
炒芥面窝窝	45
金丝牛肉球	45
金鱼牛头方	45
龙舟送宝	46
火焰凤尾锡包鱼	46
荔枝鱼片	46
菊花牛舌	47
提篮枸杞	47

油淋羔腿	47
朔方麒麟顶	48
珍珠驼掌	48
金牌孜然肉	48
三色糕	49
富贵羔羊	49
群龙戏珠	49
桃花羊眼	50
梅花百合竹荪汤	50
风味羊排	50
石砚羊肉	51
沙湖大鱼头	51
蜜莲扣枣	51
扒珍珠驼掌	52
菊花鱼卷	52
五彩银芽鱼丝	52
干烧鱼带面	53
桑拿虾	53
发财鲰鱼饺	53
竹荪虾球	54
脆炸鱼丝	54
田园风光	54
八达木羊排	55
大展宏图	55
银珠扒驼掌	55
镶扒牛王花	56
丰收有余	56
玉鸟银肺	56
天山羊排	57
果酱烤鸭排	57
三丝粉皮卷	57
兰花羊头	58
三圆扒羊手	58
翠鸟银丝	58
芹网托三圆	59

栗花牛舌	59
巴里坤羊排	59
蜜瓜鱼脯	60
雪莲驼掌	60
杏仁羊肉	60
锦绣羊舌	61
杏仁烤肉	61
扒牛舌	61
双丁葫芦	62
天山映月	62
牧羊晚归	62
橘瓣墨鱼仁	63
瑶池玉液	63
红扒驼唇	63
一品阿魏	64
片皮羊头	64
羊内焖饼	64
卡瓦羊羔	65
大福羊排	65
明月佛手夹沙	65
虫草千里风	66
粟米米枣香驼蹄	66
红扒羔羊	66
兰花驼掌	67
烤羊排	67
枸杞羊肠花	67
群龙戏珠	68
鞭挞三花	68
玉蝶驼掌	68
鹿茸翅羹	69
百花驼掌	69
荔枝双味虾	69
宝果牛尾	70
刺猬羊肉	70
贝壳天花	70

葡萄羊目	71
如意牛方	71
柠檬牡丹鱼	71
脑花羊舌	72
菊花鲜鱿	72
金瓜酿牛脑	73
百花西瓜脯	73

个人冷拼

梅竹图	76
鸟语花香	76
鹤舞千年	76
搏击长空	77
凤凰展翅	77
麒麟	77
孔雀朝阳	78
(围碟1)	78
(围碟2)	78
(围碟3)	79
(围碟4)	79
(围碟5)	79
(围碟6)	79
金鸡争雄	80
孔雀迎宾	80
飞燕迎春	80
花篮冷盘	81
情系中华	81
锦鸡牡丹	81
世博花篮	82
海中情趣	82
彩蝶纷飞	82
金鸡报晓	83
香远溢清	83
雄鸡报晓	83

锦鸡赏花	84
牧童吹笛	84
凤城腾飞	84
荷塘小景	85
花篮迎宾	85
凤戏牡丹	85
什锦拼盘	86
金鸡独立	86
富贵牡丹	86
群鹤争艳	87
富贵长寿鸟	87
锦鸡	87
巍峨	88
荷香鸟鸣	88
凤盼龙归	89
荷	89
妍	90
花篮迎宾	91

个人面点

鲜虾饺	94
凉拌苕面	94
空心烧饼	94
金秋十月	95
姜汁排叉	95
豌豆黄	95
鸳鸯鱼	96
苕面卷	96
自来红月饼	96
盘丝饼	97
菊花酥	97
椰香奶黄果	97
鸡磨蒸饺	98

麻糖	98
鲜奶梨果	98
橙汁鲜桃包	99
橙汁柿子包	99
奶油小水点	99
蜂巢蛋黄角	100
豌豆包	100
清真灌汤包	100
果香烧卖	101
金丝烤鸭酥饼	101
芹香果仁酥	101
鸳鸯蒸饺	102
海棠酥	102
荷花酥	103
鸭酥	103
羊肉饼	104
双色棉花包	104
奶油棉花包	105
盘丝酥饼	105
龙须面	106
奶油水果盏	106
贾三灌汤包	107
黄桂柿子饼	107
油酥饼	108
韭饼	108
刺猬蒸饺	108
葱油饼	109
荷花酥	109
冠顶饺	109
蛋花酥	110
乌献家乡宝	110
黄河牛角	110
莲花盏	111
贝壳酥	111
盒子酥	111

果仁孔雀饅	112
像生玫瑰包	112
四宝千层酥筒	112
梅	113
风味肉饅	113
风味南瓜包	113
天鹅戏莲	114
千层烤包	114
蜜汁寿桃	114

团体作品

北京东来顺展台	116
扒羊肉条	116
三圆扒牛头	117
焦熘肉片	117
炸虾球	117
油焖大虾	118
鹤鹑豆腐	118
沙锅羊头肉	118
北京星月楼展台	119
翠竹鱼米	119
抓抄虾肉	120
星月羊腿	120
八宝葫芦鸭	120
宝扇牛头	121
孔雀鲍翅	121
群龙托鲍	121
辽宁沈阳马烧麦展台	122
金钱鱼腐	122
扒口白	123
爆虾球	123
哈尔滨清香阁展台	124
新西兰羊排	124
清香凤尾猴菇	125

明晴观荷	125
松仁鳊鱼	125
葵花鱼肚	126
白汁银鳕鱼	126
上汤虾丝	127
串烧羊肉	127
江苏南京代表队家宴展台	128
江苏南京代表队展台	128
琵琶大虾	129
八宝素鸭	129
丽球烧鸭	129
鱼羊合鲜	130
松鼠戏果	130
蝴蝶牛排	130
香酥蛋卷	131
玉兔拜月	131
泡椒奶沙	131
豆花刺拔鱼	132
火焰羊肉串	132
开斋蒸羊肉	132
清蒸头尾炒鱼丝	133
芝麻羊肉	133
西安老孙家展台	134
传统烧麦	134
红油花肚	135
松仁鸡米	135
孔雀鲍鱼	135
柴把牛筋	136
鸭黄鱼皮	136
松子冬瓜	136
宁夏凯达大酒店展台	137
烤羊排	137
麒麟上顶	138
八仙过海	138
四色佳蔬	138

银川市银南宾馆展台	139
五彩驼峰丝	139
焖羊羔肉	140
葱油黄河鲶鱼	140
红宝羊蹄	140
百花牛肚	141
碧玉银耳	141
明开夜合	141
黄河醋鱼	142
红焖羊羔肉	142
酸菜羊肉	142
银川凤城饮服集团公司展台	143
元宝葫芦鸽	143
宁夏虹桥大酒店展台	144
宁夏虹桥大酒店展台	144
蟹煲翅	145
辣烧羊蹄	145
麒麟大鲢鱼	145
蒜香吊烧鸽	146
沙律鲜果龙虾	146
风味烧鹅	146
新疆鸿福大酒店展台	147
云海牧歌	147
沙漠之舟	148
金龙探宝	148
蒜香羊排	148
乌鲁木齐市饮服公司展台	149
三宝酿蜜瓜	149
三元羊脯	150
碧绿鱼卷	150
冬瓜石榴包	150
牧羊晚归	151
五彩绵羊丝	151

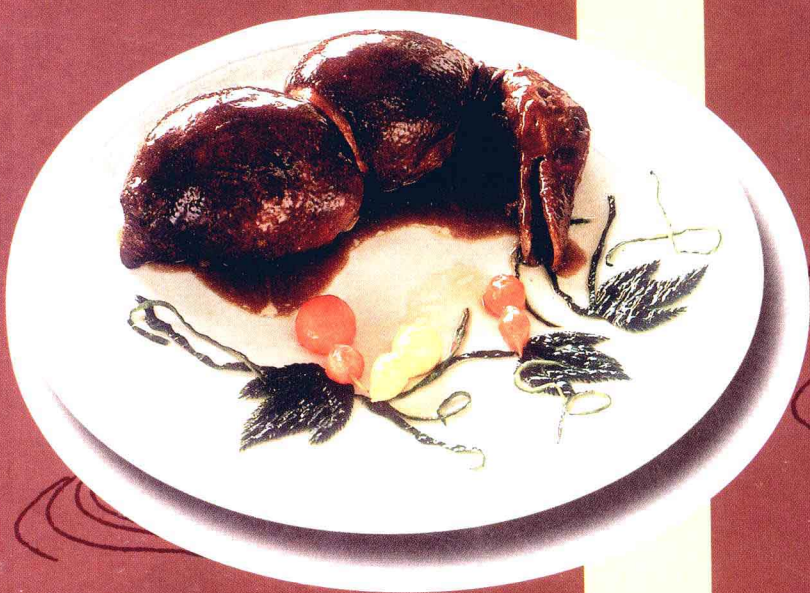
个人热菜



翠竹鱼米

翠竹鱼米：北京马昌亮制作

将鱼肉洗净，切成米粒状，用盐、味精上口后，用蛋清上浆；锅上火下入油，待油温四成热时下入鱼米划散捞出；锅留余油，下入葱、姜、鱼米煸炒，加调料勾芡盛入竹筒内即成。



八宝葫芦鸭：北京潘持平制作

整鸭出骨，莲心、白果、栗子、香菇、笋、鸭胗、牛里脊等八宝料切丁，拌匀调好口，填入鸭腹，在鸭腹中扎一道线；将鸭骨焯水炖汤，原汤倒入沙锅，加入冬菇、葱、姜、酱油、糖、盐，烧开后转微火，煨2小时捞出装盘，汤汁勾芡浇在鸭身上即可。

八宝葫芦鸭

红烧素海参

红烧素海参：北京杜正涛制作

将发菜、紫菜、银耳涨发后剁成末，加姜末、盐、味精、胡椒粉、蛋清、面粉拌匀；炒锅置旺火上，加油烧至六成热将上述原料下入锅中炸透捞出；另起锅加入油，下入姜末、笋尖、素海参，加调料煸炒淋明油出锅即成。





焦熘肉片：北京满
开立制作

将净牛肉切成核桃片，粘上用绿豆粉、吉士粉、蛋黄调成的糊，逐片下入热油，捞起；另锅上火，加入油，放入姜末、白糖、醋、盐、牛肉，小火煨至15分钟后，勾芡淋明油出勺装盘即可。

焦熘肉片

清炒素蟹粉

清炒素蟹粉 北京杜正涛制作

将土豆、胡萝卜去皮上笼蒸熟，制成泥拌匀；锅上火加入油下姜末、香菇丝、笋丝煸炒，再下入土豆、胡萝卜泥，煸炒至起酥后，加入米醋等调料装盘即可。



炸羊尾：北京孙运
安制作

把鸡蛋清打成高丽糊，加入淀粉搅匀；豆沙馅制成小圆球；大锅上火放油，待油温七成热时，将豆沙球粘高丽糊下入油中炸成金黄色，放入盘中，加入白糖即成。

炸羊尾

松鼠鳊鱼

松鼠鳊鱼：北京贾喜增制作

鳊鱼1尾去骨，剞花刀，拍干淀粉入热油锅中炸至外焦里嫩捞出待用；豌豆、菠萝等配料焯水待用；锅内放油煸炒番茄沙司，放入糖、醋及配料，勾芡浇在重油后的松鼠鳊鱼上，点缀樱桃，即成。



烩鲜蘑鸭舌：北京孙云启制作

鲜蘑、鸭舌入锅中焯水；锅中放入高汤、酱油、盐、味精、主料，烧开后去浮沫，勾薄芡盛入小碗中即成。

烩鲜蘑鸭舌

抓炒虾肉

抓炒虾肉：北京马昌亮制作

将虾肉用盐等调料腌制后，用淀粉上浆；将油烧至六成热时，下入虾仁炸成金黄色；炒锅内下底油，下入番茄酱、白糖、姜水、醋、高汤，煸炒后下入虾肉，勾芡出锅即成。





空心虾球：北京王立杰制作

将大虾去皮洗净切成小粒，加入调料拌匀；牛蹄筋切成小粒加味煮3小时后，放凉结冻再切成小丁；用虾肉包入蹄筋冻挤成球，粘面包屑入油中炸成金黄色即可。

空心虾球



三元扒牛头：北京王立杰制作

牛头肉用开水煮2小时出锅，过油炸成金黄色，切成方块后放入碗中，加入酱油、白糖、盐、大料、葱姜等上笼蒸50分钟，勾芡加明油即成。

三元扒牛头



翡翠鱿鱼：北京高凤海制作

将鱿鱼剖花刀入水中焯过，放调味品入味，码放在盘中，边上围入焯过的油菜；锅上火，爆葱姜，放入调料后勾薄芡浇在鱿鱼和油菜上即可。

翡翠鱿鱼

蒜香鸭

蒜香鸭：北京马彬杰制作

白条鸭1只2000克 从背部剖开，洗净放入盆中；把蒜、姜、葱切成蓉，加入调料拌好放入装鸭子的盆中腌制4至5小时；把鸭子煮熟去骨，挂糊入油中炸成金黄色，改刀装盘即可。



彩蝶全素：北京张志新制作

油菜、芦笋洗净去根；锅上火将油菜加调料炒熟装盘；芦笋、玉米笋、香菇、冬菇炒熟后放在油菜上摆成蝴蝶形，装盘即成。

彩蝶全素

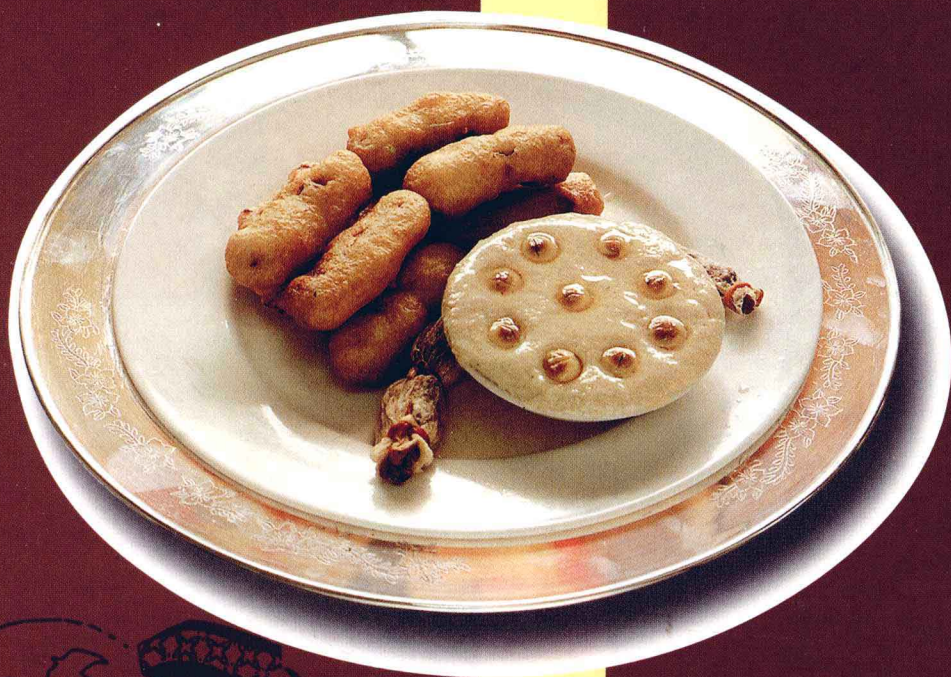
红烧牛尾

红烧牛尾：北京乔进会制作

选熟牛尾600克切成块，锅上火加入油、酱油、白糖、盐、味精、姜汁、胡萝卜、牛尾，烧至汁浓肉酥即成。



金箱莲蓬



金箱莲蓬：北京张志新制作

将香菇、鲜蘑、草菇切成丁，炒制成馅；将豆腐磨成泥，加入味精、盐，点缀莲子，放入模具中制成形烤熟；将水发竹荪酿入馅挂糊炸熟摆盘即成。

星月羊腿：北京潘持平制作

羊前腿焯水，下锅加调料卤约2.5小时至酥烂捞出；羊腿粘干淀粉下油锅炸透，出骨改刀，撒上调味料即成。

星月羊腿



蟹黄鱼腐

蟹黄鱼腐：
天津张文甫
制作

将鱼茸、
蟹黄制成鱼
腐生坯，上
笼蒸熟，备
用；锅内加
入汤汁、调
入料，勾芡
后浇在鱼腐
上即成。



群龙托鲍

群龙托鲍：天津常洪亮制作

玉花鲍卷



玉花鲍卷：天津李云祥制作