

XINNONGCUNCONGSHU



新农村丛书

农畜产品加工 一本通 (五)

杨庆才 主编

吉林人民出版社

农畜产品加工一本通

(五)

主 编 杨庆才
副主编 张志莺 陈琦昌
李 梦 周建忠
吴晓光

吉林人民出版社

新农村丛书·农畜产品加工一本通(五)

主 编:杨庆才 责任编辑:马云骧 刘 野

封面设计:周俊飞

吉林人民出版社出版 发行

(中国·长春市人民大街 7548 号 邮政编码:130022)

印 刷:北京市朝教印刷厂

开 本:850mm×1168mm 1/32

印 张:14 字 数:300 千字

标准书号:ISBN 7—206—03069—6/S·29

版 次:2005 年 7 月第 2 版 印 次:2005 年 7 月第 1 次印刷

印 数:1 000 册 定 价:35.00 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

主 编	杨庆才	
副主编	张志莺	陈琦昌
	李 梦	周建忠
	吴晓光	
撰稿人	(以姓氏笔画为序)	
	王 永	乔良淑
	刘云霞	林大勇
	张志莺	张 晶
	吴晓光	陈琦昌
	李新华	周建忠
	韩计怀	潘风光
	桑玉柱	陶 红

目 录

第一篇 吉林农家菜肴集锦

第一章	吉林农家风味菜.....	3	
	第一节 凉菜类.....	3	
	第二节 鸡类.....	6	
	第三节 干菜类.....	9	
	第四节 一锅出	13	
第二章	吉林农家创新菜	18	目
	第一节 鱼类	18	
	第二节 肉类	24	
	第三节 豆腐类	31	录
第三章	吉林农家家常菜	35	
	第一节 凉菜类	35	
	第二节 酱菜类	43	
	第三节 鱼类	47	
	第四节 鸡类	60	
	第五节 肉类	68	

	第六节 青菜类	79
	第七节 甜菜类	91
	第八节 汤菜类	97
第四章	吉林农家野味菜	110
第五章	吉林农家主食	119

第二篇 面点食品加工技术

第一章	面点食品加工基础	127
	第一节 面点食品分类	127
	第二节 主要原料及其选择	127
	第三节 辅助原料及其选择	136
	第四节 食品加工中的变化	140
	第五节 面点食品制作基本技术	140
第二章	烘烤食品	155
	第一节 烘烤食品分类	155
	第二节 烘烤食品加工设备	158
	第三节 制作实例	162
第三章	油炸食品	173
	第一节 油炸食品分类及加工设备	173
	第二节 制作实例	174
第四章	蒸制食品	190
	第一节 蒸制食品分类及加工设备	190
	第二节 制作实例	192

第三篇 蛋制品加工技术

第一章	腌制蛋的加工	207
-----	--------------	-----

	第一节 皮蛋的加工.....	207
	第二节 咸蛋的加工.....	221
第二章	冰蛋加工.....	225
	第一节 冰蛋的加工.....	226
	第二节 冰蛋的解冻.....	230
第三章	干燥蛋制品加工.....	232
	第一节 蛋白片的加工.....	232
	第二节 蛋粉的加工.....	241
第四章	发酵蛋制品与蛋品饮料.....	246
	第一节 乳酸发酵蛋制品.....	246
	第二节 以蛋液为原料的冰制品.....	250
	第三节 鸡蛋饮料.....	251
第五章	熟蛋制品的加工.....	255
	第一节 五香鹌鹑蛋罐头.....	255
	第二节 蛋肠的加工.....	257
	第三节 蛋松加工.....	259
	第四节 茶蛋加工.....	260
	第五节 虎皮蛋加工.....	261
	第六节 卤蛋加工.....	262
第六章	禽蛋的综合利用.....	264
	第一节 蛋壳粉的加工.....	264
	第二节 溶菌酶的提取.....	269
	第三节 蛋黄油的提取.....	271
	第四节 卵磷脂的提取.....	273
第七章	蛋黄酱和醋蛋的加工.....	277

第一节	蛋黄酱的制作	277
第二节	醋蛋的加工	280

第四篇 豆类制品加工技术

第一章	豆腐	285
第一节	传统豆腐	285
第二节	内酯豆腐	292
第三节	新法点浆制豆腐	295
第四节	菜豆腐	296
第五节	营养强化豆腐	297
第六节	香豆腐干	299
第七节	猪血豆腐干	300
第八节	牛奶豆腐	302
第九节	冷榨豆粕豆腐	303
第十节	无渣豆腐	305
第十一节	蔬菜汁色拉豆腐	307
第十二节	鸡蛋豆腐	308
第十三节	方便豆腐	308
第十四节	茶汁豆腐	309
第二章	素制品	311
第一节	油炸制品	311
第二节	卤制品	313
第三节	炸卤制品	318
第四节	熏制品	320
第三章	腐竹	322
第一节	腐竹生产工艺	322

	第二节 腐竹地方产品介绍.....	324
第四章	豆豉.....	327
	第一节 豆豉生产工艺.....	327
	第二节 传统优质豆豉的制作.....	330
第五章	腐乳.....	336
	第一节 腐乳生产用辅助原料.....	336
	第二节 腐乳的制作工艺.....	348
第六章	豆乳.....	356
	第一节 豆乳生产的工艺流程.....	356
	第二节 豆乳生产的基本工序.....	356

第五篇 农家食谱

第一章	大众菜.....	365
	第一节 蔬菜类.....	365
	第二节 豆制品类.....	397
	第三节 鱼肉类.....	402
	第四节 禽蛋类.....	409
第二章	家常汤、羹、汁.....	416
	第一节 汤.....	416
	第二节 羹.....	419
	第三节 汁.....	420
第三章	家常主食.....	424
	第一节 米饭.....	424
	第二节 米粥.....	428
	第三节 面食.....	431

目

录

第一篇

吉林农家菜肴集锦

张志莺 韩计怀 王 永
乔良淑 倪云海 林大勇 编著
刘立霞
桑玉柱 王 永 图片摄影



第一章 吉林农家风味菜

第一节 凉菜类

一、烀土豆茄子

〔主料〕 土豆 500 克、茄子 500 克

〔配料〕 葱 150 克、尖椒 200 克、香菜 50 克

〔调料〕 金黄酱、肉、花椒面、味素各适量

〔烹制方法〕

1. 将土豆、茄子用水洗净，放屉蒸熟。
2. 葱洗净撕成小条；尖椒、香菜洗净切末。
3. 肉剁成末，勺内放油，用花椒面、金黄酱、炒成肉酱。
4. 把蒸熟的土豆剥皮，掰成小块，茄子控去水分，撕成小条，盛入盘中，带酱、葱、姜、尖椒、香菜即可食用。

〔特点〕 农家风味，操作简单。

二、干白菜、萝卜蘸酱

〔主料〕 秋季晾干白菜 500 克、红皮萝卜 750 克

〔调料〕 虾酱、肉酱、鸡蛋酱各一碟

〔烹制方法〕



1. 将干白菜摘去草根树叶等杂物,红萝卜去皮。
 2. 把干白菜用温水洗去浮灰,放在开水锅中煮至能食用即可,挤去水分,切成3厘米长的段。
 3. 萝卜切成3毫米的扇形片,在开水锅中焯透攥尽水分即可。
 4. 取一鱼盘,将干白菜、萝卜各放一半带酱即可食用。
- 〔特点〕 夏菜冬吃,别具风味。

三、酱拌三丝

〔主料〕 黄瓜200克、尖椒200克、葱150克

〔配料〕 香菜50克

〔调料〕 双茸大酱、味精各适量

〔烹制方法〕

1. 将黄瓜、尖椒、葱、香菜洗净,切成丝待用。
2. 将切好的丝同双茸大酱、味精拌好上桌即可食用。现吃现拌。

注:可根据自己习惯用土豆丝、胡萝卜丝任意炆拌。

〔特点〕 咸鲜略辣,酱味浓郁。

四、土豆丝酱

〔主料〕 土豆500克

〔配料〕 树椒25克、香菜25克

〔调料〕 金黄酱、白糖、味精、葱、姜、料酒、花椒面各适量

〔烹制方法〕

1. 将土豆去皮,切丝,放在水中将淀粉投净待用,金黄酱



剁碎,香菜洗净切末、树椒切成丝。

2. 勺内放油,用葱、姜、树椒丝、花椒面炆锅,倒入料酒、土豆丝,煸炒,炒至七成熟时捞出。

3. 勺内入油,将金黄酱炒熟,再倒入土豆丝炒匀,出勺前淋明油即可。

4. 把香菜末撒在土豆丝酱上即可食用。

〔特点〕 酱味浓郁。

五、风味土豆泥

〔主料〕 土豆 1000 克

〔配料〕 包心白菜 500 克、香菜 25 克、尖椒 50 克

〔调料〕 精盐、味素各适量

〔烹制方法〕

1. 土豆去皮,香菜、尖椒洗净切末,包心白菜洗净去根。

2. 土豆上屉蒸熟,趁热用勺捣碎成泥状,加精盐、味素调好口。

3. 用白菜把土豆泥包成呈“饭包状”,在泥上上香菜末、尖椒末、上盘带一碗酱即可。

〔特点〕 菜“泥”共食,别具风味。

六、手撕拌素菜

〔主料〕 尖椒 50 克、香菜 25 克、白菜 50 克、黄瓜 50 克、干豆腐 50 克

〔调料〕 肉酱或鸡蛋酱、大蒜、味精各适量

〔烹制方法〕



1. 将主料洗净,用手撕成块或片、各菜切末、大蒜拍成末。
2. 将尖椒、香菜、白菜、干豆腐、黄瓜加入调料拌匀、装盘即可。

〔特点〕清淡、辛辣、爽口。

第二节 鸡 类

一、家鸡炖土豆

〔主料〕 带骨鸡肉 500 克、土豆 400 克

〔调料〕 葱、姜、花椒、大料、精盐、味精、老抽、料酒、豆油
各适量

〔烹制方法〕

1. 将鸡肉剁成 3.5 厘米见方的块,土豆去皮切成滚刀块。
2. 勺内放入豆油,将葱、姜、花椒、大料放入炆锅,随后放鸡肉,烹入料酒煸炒,倒入老抽上色后放土豆,添汤加盐,旺火烧开,撇去浮沫,小火烧熟,出锅前放入味精即可。

〔特点〕 肉烂味浓。

二、笨鸡炖干豆腐芹菜

〔主料〕 带骨鸡块 500 克、干豆腐 300 克、芹菜 50 克

〔调料〕 葱、姜、花椒、大料、精盐、味精、老抽、豆油各适量

〔烹制方法〕

1. 将鸡肉洗净剁成 3.5 厘米见方的块待用,干豆腐切成 1.5 厘米宽 3 厘米长的条,芹菜去叶切成 3 厘米的段,葱、姜切片。



2. 勺内放油,用葱、姜、花椒、大料炆锅后,放入鸡肉、料酒煸炒,用老抽上色,添汤烧开打去浮沫,小火炖至半熟时,倒入芹菜、精盐;熟时出勺前放入芹菜、味精,稍加热片刻即可。

〔特点〕 颜色分明,风味独特。

三、笨鸡炖桦子蘑

〔主料〕 带骨鸡肉 500 克、鲜桦子蘑 400 克

〔调料〕 葱、姜、老抽、花椒、大料、精盐、味精、料酒、豆油各适量

(烹制方法)

1. 将鸡肉剁成 3.5 厘米见方的块,用水洗净血水,控干,桦子蘑摘洗干净待用,葱、姜切片。

2. 勺内入底油,用葱、姜、花椒、大料炆锅后,倒入鸡肉,烹入料酒煸炒,带老抽上色,然后放入桦子蘑用精盐、味精调口,炖熟即可。

〔特点〕 蘑菇味浓,鸡肉味鲜。

四、笨鸡炖酸菜

〔主料〕 带骨鸡肉 500 克、酸菜 750 克

〔配料〕 五花肉 25 克

〔调料〕 精盐、味精、花椒水、大料、老抽、葱、姜、豆油

(烹制方法)

1. 将鸡剁成 3 厘米见方的块,用清水洗净控净血水,酸菜切丝,清水浸泡 20 分钟,捞出待用,葱、姜切片,五花肉切片。

2. 勺内放底油,葱、姜、花椒、大料、五花肉炆锅炒出香味



后,放鸡块煸炒,带老抽着色,随后添汤烧开撇去浮沫,倒入酸菜炖熟即可。

〔特点〕 汤浓味美。

五、笨鸡炖粉条

〔主料〕 带骨鸡肉 500 克、粉条 200 克

〔调料〕 葱、姜、花椒、料酒、老抽、大料、精盐、味精、豆油、老汤各适量

〔烹制方法〕

1. 将鸡肉剁成 3.5 厘米见方的块,清水洗净,沥干水分待用,葱切段、姜切片,粉条用凉水泡软待用。

2. 勺内放底油,用葱、姜、花椒、大料炆锅,倒入鸡块、老抽、料酒,煸炒上色,添汤,旺火煮开撇去浮沫,放入精盐,视粉条耐煮程度适时放入锅内。

3. 待鸡肉粉条成熟时放入味精出勺即可。

〔特点〕 骨酥肉烂粉条入味、色红明亮。

六、笨鸡炖蘑菇

〔主料〕 带骨鸡肉 500 克、蘑菇(榛蘑、油蘑均可)200 克

〔配料〕 五花肉 50 克

〔调料〕 葱、姜、花椒、大料、料酒、精盐、味精、老抽、老汤、豆油各适量

〔烹制方法〕

1. 将鸡肉剁成 3 厘米见方的块,用清水洗净血水待用,蘑菇摘净,洗去泥沙,温水泡发待用,葱姜切片,五花肉切片。