

■ 主编 茅建民



跟名师 学做拿手小吃



■ 凤凰出版传媒集团 ■ 江苏科学技术出版社





学做拿手小吃

主编 茅建民



凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

跟名师学做拿手小吃/茅建民主编. —南京: 江苏科学技术出版社, 2005.10

ISBN 7-5345-4601-X

I. 跟... II. 茅... III. 食谱 — 中国
IV. TS972.142

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 116375 号

※

跟名师学做拿手小吃

主 编 茅建民
责任编辑 钱跃生
责任校对 冯 青
责任监制 徐晨岷

出版发行 江苏科学技术出版社
(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)

经 销 江苏省新华书店
照 排 南京展望文化发展有限公司
印 刷 常熟市华通印刷有限公司

开 本 787mm × 1092mm 1/32
印 张 3.75
版 次 2005 年 10 月第 1 版
印 次 2005 年 10 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 7-5345-4601-X/Z·606
定 价 18.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

本书编写人员

主 编 茅建民^{*}

副主编 杨兆丰

编 者 鞠新美 刘宁海 阮雁春 唐建凤
张 宇

总 纂 张 宇



编者的话

江苏省扬州商务高等职业学校（江苏省扬州商业学校）烹饪系的名厨大师、烹饪高级技师、技师、高级烹调师，有的从事烹饪教学工作二十多年，有着丰富的烹饪教学经验，有的在饭店、宾馆担任高级技术顾问，有的参加国际、国内烹饪大赛，多次摘金夺银，有的长期从事烹饪饮食的研究工作，有的是在烹饪院校深造的大学学子，他们个个身怀绝技，人人都有一手拿手绝招，他们制作的美味大餐色、香、味、形无与伦比，将他们的小吃杰作汇编成册，是对人类餐饮文化的一大贡献，将指导人们尽情享受美味饮食，丰富人们的餐桌文化。

本书汇聚的拿手小吃的最大特点是：原料易购，制作方法简单易行，风味特色明显，口味平和，南北皆宜，男女老幼都能接纳。因此，本书面向的对象为家庭、广大老百姓，不管是家庭主妇（夫）、烹饪学校的学生，还是中小型饭店的厨师，都会从中得到实惠，学到一手绝活，即使是大型饭店、宾馆的厨师，也会从中得到启迪，丰富手艺，提高烹饪水平。

愿本书使你学做拿手菜（小吃）的梦想成真，更愿你的烹饪技术精益求精。

编者

2005.8



目 录

烹饪技师——鞠新美的拿手小吃

寿桃包子	1	糯米烧卖	11
佛手包子	2	蜻蜓饺子	12
刺猬包子	3	芝麻凉卷	13
草帽饺子	4	如意卷子	14
葱油酥饼	5	猪爪卷子	15
飞燕饺子	6	梅花酥	16
菊花酥饼	7	花 糕	17
酥 盒	8	果酱蛋糕	18
萱花酥	9	玻璃蛋糕	19
枣泥拉糕	10	炸菊花	20

烹饪技师——刘宁海的拿手小吃

卤水蚕豆	21	千层油糕	25
萝卜鱼	22	蟹黄汤包	26
家乡鸡蛋饼	23	刁铺烧饼	27
月牙蒸饺	24	三丝春卷	28

青蒜烫百叶	29	嵌花包子	38
河蚌炖菜心	30	椰茸球糕	39
明炉虾饼老豆腐	31	枣泥金钱包	40
原汁驴肉	32	墨鱼饺	41
烧鹅掌	33	甜汁雨花石	42
蒜香脆皮猪手	34	荷塘虾趣	43
卤制猪尾	35	玉米船点	44
炆虾	36	吉祥松糕	45
葫芦包子	37		

高级面点师——唐建凤的拿手小吃

酥头令	46	水果蛋卷	57
蒜油锅盔	47	水果色拉	58
土豆麻薯	48	香蕉裹炸	59
蔬菜脆饼	49	脆皮木瓜	60
家常寿司	50	青瓜年糕	61
八宝鲜鱿	51	家鸡泡馍	62
海蟹蛋饭	52	奶油蛋塔	63
金丝鱼粥	53	鲜奶棒	64
海鲜米线	54	香酥麻枣	65
鸭血汤	55	虾仁水晶饺	66
油炸臭豆腐	56		

高级面点师——阮雁春的拿手小吃

莲蓉尖椒	67	奶油酥饺	68
------------	----	------------	----

金铃子	69	萝卜丝酥饼	80
麻花酥	70	翡翠烧卖	81
金丝酥卷	71	葡萄果	82
牛肉酥卷	72	茶花酥	83
奶油鸡盒	73	一品饺	84
果酱开面	74	金鱼饺	85
草原玉兔	75	兰花酥	86
三鲜蒸饺	76	开花馒头	87
秋叶果	77	北京窝窝头	88
荷花酥	78	蒸绿豆糕	89
藕酥	79	虾米煎饼	90

烹饪与营养教师——张宇的拿手小吃

五香小肉	91	卡通蛋糕	103
鲜肉汤包	92	四色果味冻	104
猪油白糖年糕	93	五彩蛋卷	105
肉馅汤团	94	花瓶酥	106
扬州炒饭	95	炒牛喉	107
冠顶饺子	96	枣泥寿桃酥	108
紫菜虾米烧卖	97	南瓜酥饼	109
豆腐花	98	桂花红枣	110
蟹黄烧卖	99	雪梨野生菌	111
三鲜馄饨	100	芝麻酥卷	112
鸡丝火腿蛋花羹	101	五仁酥	113
太极双泥	102		

寿桃包子

用料 大酵面团400克，枣泥馅100克，食用红色素、绿色素、黄色素及食碱液适量。

制法 ① 将酵面对好碱，揉匀揉透，取30克面团做叶柄用。其余面团摘成10只剂子。每只剂子包入10克枣泥馅心，捏紧收口向下放，上端搓出一个桃尖，略向下倾斜，再用刀背在桃身至桃尖压出一道凹槽，然后用面团制成两片叶子和桃柄装上。② 上笼蒸15分钟至熟，即成寿桃包子。③ 成熟后，用牙刷沾上色素溶液，将桃身染成青黄色，将桃尖染成淡红色，将桃叶染成淡绿色。

特点 外形逼真，匠心独运，为席点佳品。



烹饪技师

鞠新美的拿手小吃

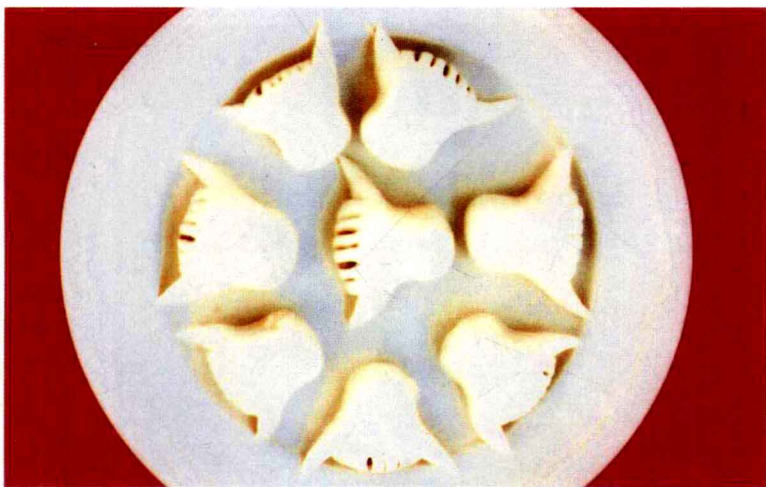


佛手包子

烹饪技师
鞠新美的拿手小吃

用料 大酵面团 300 克，细沙馅 100 克，蛋清、食碱液、食用色素适量。

制法 ① 将酵面对好碱，揉匀揉透，取 30 克用色素染成淡绿色，做成佛手的叶和叶柄。其余面团摘成 10 只剂子。将每只剂子搓揉光滑，按扁，包进细沙馅心，收口捏紧向下，将坯子的 2/3 按成铲刀状，用刀在扁处切出 10 根手指，中间 4 条向后翻折，用蛋清粘牢，左右各 2 条再翻折过去粘在一起，剩下两边各 1 条任其伸直为大拇指。用两只指头将其腰部两侧捏拢，然后按上叶和叶柄，上笼蒸熟即可。② 出笼后，将佛手主体染上黄色，即成佛手包子。





刺猬包子

烹饪技师

鞠新美的拿手小吃

用料 自来酵面团300克，细沙馅100克，麻油、食碱液、黑芝麻适量。

制法 ① 调制发酵面团，每只剂子搓揉光滑，按扁，包馅心，收口向下。② 将坯子先捏成一头尖、一头圆的形状，尖部做刺猬头，圆部做尾部。头部用小剪刀在尖部横剪一下，做嘴巴，在嘴的上方剪出两只耳朵，将两耳捏扁竖起。再在两耳前嵌上两粒黑芝麻便成为眼睛。然后再用小剪刀在后尾部自上向下剪出1根小尾巴，也把它略竖起。③ 生坯上沸水锅蒸约10分钟，待出笼后冷却时，再用左手托住包子，右手持小剪刀，在刺猬的身上，从头部至尾部依次剪出长刺来，注意刺条要清晰而有立体感。长刺剪好后，再在刺猬身上刷上一层麻油即成。

特点 形象逼真，吃口松软。

草帽饺子

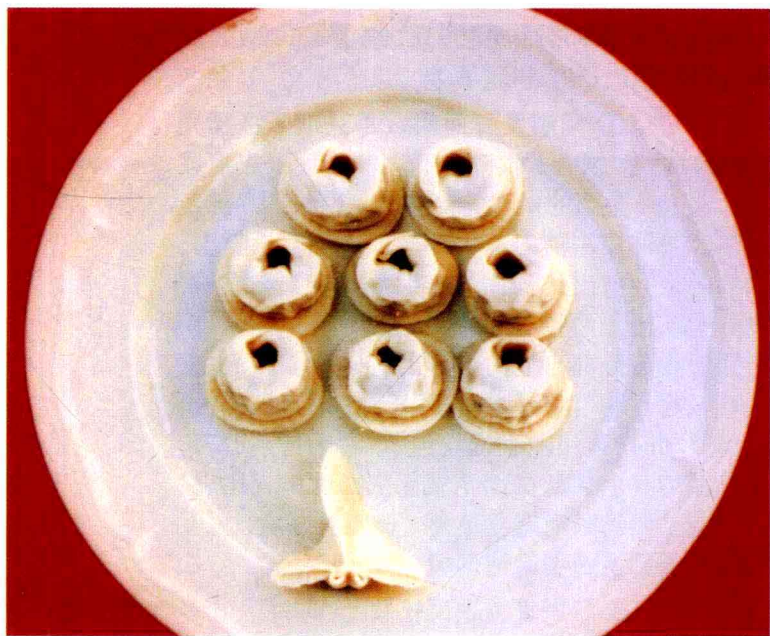
烹饪技师

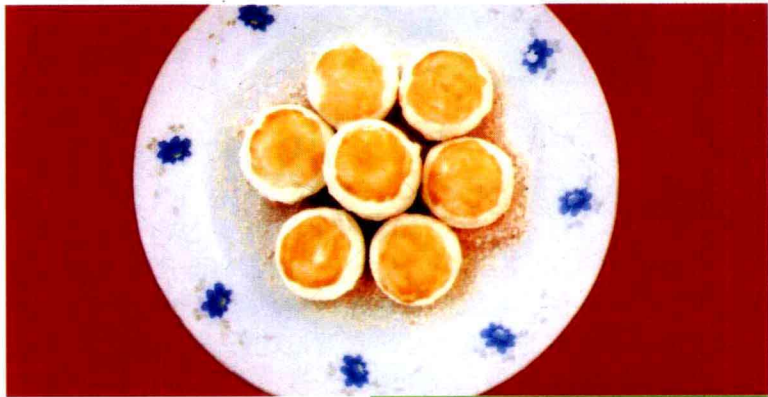
鞠新美的拿手小吃

用料 富强粉 250 克，鲜肉馅 500 克。

制法 ① 将面粉、温水调制成面团。② 擀制饺皮，在圆形面皮中间放入馅心，面皮对折成半圆形，将面皮的边叠齐，捏紧。然后将半圆形饺子的两角向圆心处弯，使两角上下接头、粘牢。③ 将中心隆起的部分朝上做平，平放笼中蒸熟即成。

特点 造型美观，形象逼真。





葱油酥饼

用料 富强粉250克,葱末25克,火腿末50克,鸡蛋1只,熟猪油1000克,味精、麻油适量。

制法 ①将葱末、火腿末、味精、麻油拌匀成葱油馅心。②将干油酥包入水油面中,擀成长方形薄片。然后将长方形薄片由两边向中间叠为3层,叠成小长方形。再将小长方形擀成大长方形,顺长边由外向里卷起卷紧,成筒状。③将筒状摘剂,包入馅心,收口捏紧朝下,制成圆饼状,表面涂上蛋液,即成葱油酥饼生坯。④将油锅上火,放入熟猪油,待油温升至四成热时,放入生坯,在小火上温5~7分钟,生坯在油锅内冒大气泡、开始膨大时,随即将油锅移至中火,将油温控制在八成热。待成品全部膨松浮起,内无含油,即为成熟,捞出。

特点 热口酥香,滋味甜美。

烹饪技师
——
鞠新美的拿手小吃

飞燕饺子

烹饪技师

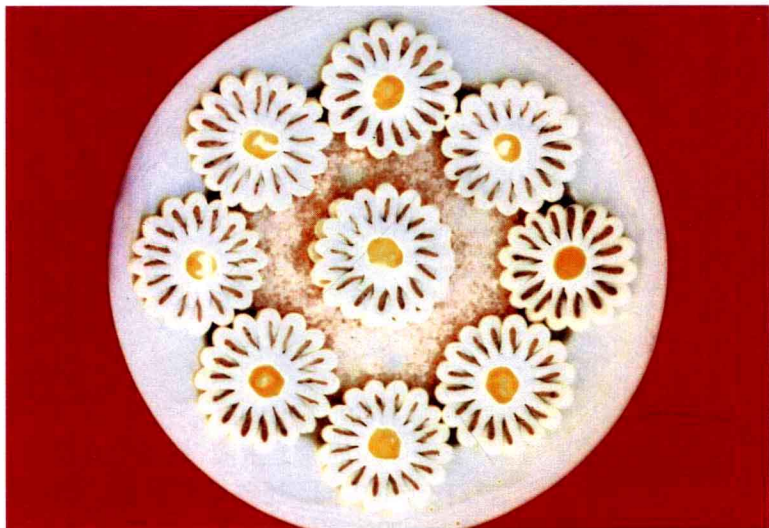
鞠新美的拿手小吃

用料 富强粉 250 克，鲜肉馅 200 克，红樱桃 1 粒，香菇末、蛋液适量。

制法 ① 调制温水面团，擀成直径 7 厘米、中间厚、四周稍薄的圆皮。② 将圆形面皮按成六等份，上端和下端各留下 $\frac{1}{6}$ ，两边各占 $\frac{2}{6}$ ，将两边的圆面皮推出水波浪花边。然后在面皮中心放上馅心，将两边的水波浪花边各自对捏比齐，上边不捏紧，略翻出，下边捏紧，成为两只翅膀，将两翅粘牢。上端的 $\frac{1}{6}$ 经捏制后成一圆孔，将圆孔捏出一个尖角，成为燕嘴，在圆孔中放入香菇末，成为鸟头，香菇中间按上红樱桃，即成眼睛。③ 下端的 $\frac{1}{6}$ 也成为一圆孔，在圆孔的中心部分。用骨针竖着向两翅中间推进成叉，涂上一些蛋液粘在中心，再捏成剪刀形的尾巴，即成飞燕饺子生坯。④ 将生坯上笼蒸熟后即可食用。

特点 造型美观，形象逼真。





菊花酥饼

用料 富强粉 250 克，熟猪油 1 000 克，硬枣泥馅、蛋液适量。

制法 ① 调制水油酥和干油酥，擀成油酥面团。② 将面团切成 6 厘米见方的酥皮 10 张。③ 将酥皮四周涂上蛋液，中心放上馅心 15 克，收口捏紧朝下，按扁成圆饼状。④ 用快刀在圆饼四周切成 10 数个口子，间距要均匀，用手将切开的面条逐个翻转 90 度，将切口向上，露出酥层和馅心，即成菊花酥饼生坯。上烤箱烤制成熟。

特点 酥层清晰，造型美观雅致。

烹饪技师

鞠新美的拿手小吃

酥 盒

烹饪技师

鞠新美的拿手小吃

用料 富强粉 500 克，熟猪油 1 000 克，细沙馅 300 克，鸡蛋 1 只。

制法 ① 熬制豆沙馅心。② 调制水油酥和干油酥，制成小包酥。擀成长方形薄片。然后将长方形薄片由两边向中间叠为 3 层，叠成小长方形。再将小长方形擀成大长方形，顺长边由外向里卷起卷紧，成筒状。③ 用快刀将圆柱体面团横切成 4 截，将每截的横截面朝上，按扁，轻轻擀成圆皮，圆皮内侧四周涂上蛋液，然后包入馅心。馅心球放在皮子的中间，还要把它按扁。再用另一张皮子盖上，四边要吻合。然后捏紧两层边皮的收口处，食指推捏出绳状花边，接头处用蛋液粘牢。④ 用四成热油炸 5~7 分钟，炸至膨大时将油温控制在八成热，待成品浮起，即为成熟。

特点 层次分明，纹路匀晰，酥香松甜。





萱花酥

用料 富强粉 250 克，熟猪油 1 000 克，硬枣泥馅 150 克，鸡蛋 1 只。

制法 ① 将硬枣泥馅制成 20 只小团。② 调制水油酥和干油酥，制成小包酥，按卷筒酥的方法卷成圆柱体，用快刀将圆柱体一切两截，再把每一截对半剖开，共成 4 个半圆柱体。按同样的方法将其余的面团也做成半圆柱体，共 20 只。③ 将半圆柱体面坯切面朝上，用右手的两个指头将其按扁，尽量使酥纹面扩大。包进枣泥球 1 只。再将收口窝起，涂上蛋液，收口捏紧朝下，有纹的一面朝上，稍按扁即成萱花酥生坯。④ 入四成热油炸 5 ~ 7 分钟，炸至膨大时将油温控制在八成热，待成品浮起，即为成熟。

特点 入口酥松，香甜可口。

烹饪技师 鞠新美的拿手小吃