

· 广东菜系大全 ·

CHAO ZHOU CAI JING XUAN

潮州菜

精选

石选修 编著

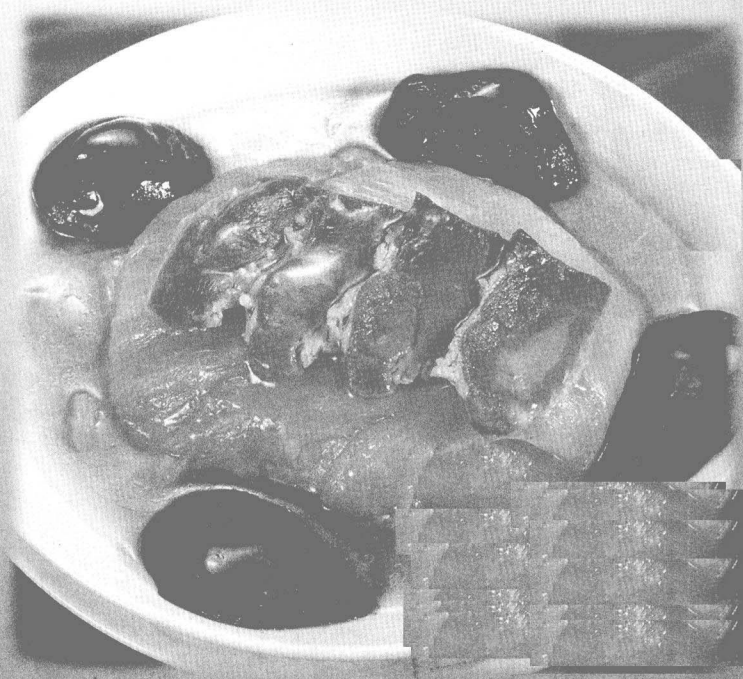


· 广东菜系大全 ·

CHAO ZHOU CAI JING XUAN

潮州菜 精选

石选修 编著



广西科学技术出版社

潮州菜精选

石选修 编著

*

广西科学技术出版社出版

广西新华书店发行

广西语文印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 8.5 字数 200 000

2004年5月第1版 2004年5月第1次印刷

ISBN 7-80619-794-X/TS·39

全套(四册)定价:104.00元

本册定价:26.00元

目 录

禽畜类菜谱

凉冻类菜谱	(1)
焖结玉鸡	(2)
荷包鸡	(3)
酸甜果肉	(4)
烧方肉	(5)
千层肉	(6)
猪脚冻(潮州冻肉)	(7)
乌榄菜蒸肉饼	(8)
炊米麸肉	(8)
酸甜佛手排骨	(9)
普宁豆酱骨	(11)
佛手排骨	(12)
南瓜排骨	(13)
花开富贵	(14)

潮州菜精选

锡箔皮骨	(15)
梅膏炖猪脚	(16)
干炸肝花	(17)
酸甜猪肝	(18)
杏仁白肺	(18)
银杏猪肝	(19)
清汤肚把	(20)
脆皮大肠	(21)
酿蜜浸枇杷	(22)
高丽肉	(23)
云腿伊腐面	(24)
糯米猪肠	(25)
珠瓜炒蛋	(26)
沙爹牛肉锅	(27)
沙茶牛肉	(28)
牛肉丸汤	(29)
沙爹煎牛肋骨	(30)
普宁豆酱焖牛腩	(31)
红炖羊肉	(32)
糕烧羊	(33)
凉冻羊	(34)
红炖羊腩	(35)
清炖柠檬羊	(36)
北葱焖羊肉	(37)
油泡酥肚把	(38)
鱼奶荷包鸡	(39)
灯莲花鸡	(40)

目 录

粉珍珠鸡	(41)
炊石榴鸡	(42)
酿百花鸡	(43)
糯米酥鸡	(45)
炸八卦鸡鸡	(46)
普宁豆酱焗鸡	(47)
沙爹鸡球	(48)
坡螺鸡	(49)
方鱼蒸鸡	(49)
百花彩鸡	(50)
原盅鸡脚翼	(51)
笋尖炖鸡翼汤	(52)
美味烟香鸡	(53)
鸡茸发菜	(54)
焗咖喱鸡排	(55)
豆酱焗鸡	(56)
炊如意鸡	(57)
炸珍珠鸡翼	(58)
栗子焖鸡	(59)
沙茶炒鸡丝	(60)
生炒鸡球	(61)
生炒鸡米	(62)
干贝鸡脚翼	(63)
潮汕烧鹅	(64)
潮汕卤鹅	(65)
红烧鹅掌	(66)
北菇鹅掌	(67)

潮州菜精选

- 红焖鹅脚 (68)
- 焖三仙鹅掌 (69)
- 草菇焖乳鸽 (70)
- 炸金钱鸭 (71)
- 出水芙蓉鸭 (72)
- 冬瓜扣鸭 (73)
- 芋茸酥鸭 (74)
- 玻璃酥鸭 (75)
- 炊烟筒鸭 (76)
- 清鸭掌丸 (77)
- 焖腐皮鸭 (77)
- 炸旗斗鸭 (79)
- 八宝扣鸭 (80)
- 焗鸭掌包 (81)
- 芙蓉鸭丸 (82)
- 八宝姜米鸭 (83)
- 柠檬炖鸭 (84)
- 香酥芙蓉鸭 (85)
- 符淋鸭 (87)
- 烧水鸭 (88)
- 豆酱焗水鸭 (89)
- 原盅萝卜丸 (90)
- 咸柠檬煲鸭汤 (91)
- 芙蓉乳鸽 (92)
- 铁拍乳鸽 (93)

海鲜类菜谱

生炊鲈鱼	(94)
生炊鲳鱼	(95)
清蒸蝴蝶鱼	(96)
潮州生淋鱼	(97)
生炊麒麟鱼	(98)
炊柳王鱼	(99)
明炉竹筒鱼	(100)
煎煮乌头鱼	(101)
炸川椒鱼	(102)
西湖菊花鱼	(102)
潮州红烧松鱼头	(103)
鱼饭	(104)
白菜鱼头	(105)
潮汕大鱼丸	(106)
碧绿石斑卷	(107)
酿金钱鳔	(108)
豆酱沙尖	(108)
焗裂裂鱼	(109)
白汁鲳鱼	(110)
香芋鱼头炉	(111)
上汤鱼饺	(112)
竹笙鱼盒	(113)
酸菜沙鱼鼎	(114)

潮州菜精选

油爆带子	(114)
芹菜炒吊片	(115)
炸网油鱼	(116)
炸豆腐鱼	(117)
干炸鱼盒	(118)
秋瓜炒鱼片	(118)
潮汕蚝烙	(119)
红焖明皮	(120)
干炸大蚝	(121)
生炒鱼片	(122)
炒桂花鱿	(123)
生炒墨鱼	(123)
炒麦穗鲜鱿	(124)
酸甜玉米鱼	(125)
酸梅乌鱼	(126)
芝麻鱼鳔	(127)
五彩鲳鱼	(128)
油泡鲜鱿	(129)
油泡鱼册	(129)
银杏水鱼	(130)
油泡鳝鱼	(131)
南乳白鳝球	(132)
焖酿鳝卷	(133)
烧力耳鳎	(134)
红焖乌耳鳎	(135)
梅子炊白鳝	(136)
红炆白鳝包	(137)

目 录

油泡马鞍鳢	(138)
生滚鲤鱼	(139)
原盅鲑鱼包	(140)
酿金鲤虾	(141)
干炆虾筒	(142)
生炒明虾松	(143)
干炸虾枣	(144)
清汤虾丸	(145)
川椒龙虾	(146)
彩丝龙虾	(147)
煎寸金虾	(148)
干炸虾筒	(149)
百合虾婆	(150)
绿衣佳人	(151)
上汤虾丸	(152)
生炒虾松	(152)
炆虾筒	(153)
清炖白鳢	(154)
蒸盘龙鳢	(155)
红焖白鳢	(156)
酸菜白鳢	(157)
焖金钱黄鳢	(158)
韩江海鲜拼盘	(159)
椒盐爆中虾	(159)
生菜大明虾	(160)
炸凤尾虾	(161)
鲜炸虾枣	(162)

潮州菜精选

炸腰果虾球	(163)
百花琵琶虾	(163)
生炒明虾松	(164)
生炊龙虾	(165)
生菜龙虾	(166)
凉冻蟹钳	(167)
生炊蟹肉	(168)
芙蓉蒸膏蟹	(169)
芙蓉菊蟹	(169)
鲜炸蟹塔	(170)
清汤蟹羹	(171)
清蒸大蟹钳	(172)
清宫炖水鱼	(172)
红焖水鱼	(173)
红炖龟裙	(174)

干货野味类菜谱

潮州翅	(176)
清鱼翅丸	(177)
芋泥海参	(178)
炆鸡脚鲍	(179)
炆鲍鱼盒	(180)
什锦乌石参	(181)
蛟龙吐珠	(182)
红炆海参	(184)

目 录

炒桂花翅	(185)
炊水晶田鸡	(186)
玉簪田鸡腿	(187)
红炆田鸡	(188)
油泡田鸡腿	(189)
凉瓜焖田鸡	(190)
咸三丝官燕	(190)
鸡茸咸官燕	(191)
冰花甜官燕	(193)
甜芙蓉官燕	(193)
凉冻甜官燕	(194)
红炖鱼翅	(195)
神仙鱼翅	(196)
炒桂花翅	(197)
炆鱼翅卷	(198)
红炆明鲍	(199)
蚝油鲍角	(200)
清汤田鸡豆	(201)
冬菇鸡脚鲍	(202)
清汤鲍鱼丸	(203)
什锦海参羹	(204)
鸡茸海参	(205)
煨响螺	(206)
白灼明螺	(207)
生烧大海螺	(208)
红炖大海螺	(209)
厚剪川螺汤	(210)

潮州菜精选

上汤清螺丸	(210)
芙蓉元贝	(211)
清干贝丸	(212)
百花酿鱼鳔	(213)
炸荷包鱿	(213)

蔬菜类菜谱

卤豆腐	(215)
清莲花豆腐	(216)
八宝素菜	(217)
玻璃白菜	(218)
绣球白菜	(219)
焖白菜鸡包	(220)
厚菇芥菜	(221)
云腿护国菜	(222)
焖三仙菜胆	(223)
萝卜素卷	(223)
百花白玉卷	(224)
焖三冬	(225)
原盅醉花菇	(226)
原盅醉鲜菇	(227)
金瓜银杏	(227)
开胃酸菜	(228)
寸金白菜	(229)
金钱冬瓜	(230)

目 录

玉枕白菜	(231)
银杏白菜	(232)
石榴白菜	(233)
护国素菜	(234)
白玉藏珍	(235)
鸡茸素菜	(236)
焖金钱冬瓜	(237)
原盅冬瓜丸	(238)
凉冻菠萝羹	(239)
原盅瓜丸	(240)
甜五仁地瓜	(241)
焖豆腐盒	(242)
全家福豆腐	(243)
招财进宝	(244)
棋子豆腐	(245)
碧绿豆腐盏	(246)
脆皮豆腐	(248)
方鱼豆腐	(249)
炆棋子豆腐	(250)
酿金钱菇	(251)
清醉草菇	(252)
蛋白草菇	(253)
冬笋焖菇	(254)
银珠猴蘑	(255)
清醉竹笙	(256)

点心甜品类

粉包	(257)
水晶包	(258)
五果姜薯桃	(259)
糯米团	(260)

禽畜类菜谱

凉冻金钟鸡

【原料与数量】

光鸡 1 只约 750 克,鸡蛋 1 只,火腿 50 克,芫荽叶 12 片,青豆 12 粒,鱼胶片 15 克,大菜(琼脂)适量。

上汤 500 克,绍酒、幼盐 15 克,味精、姜、葱适量。

【制作与说明】

①把鸡洗净抹干,用绍酒、盐将鸡内外擦透,用碟盛起,上面放姜、葱 5 分钟后入笼蒸 15 分钟至熟取出,候冷起肉,切 12 小块较好的连皮肉候用。

②其余的切丁,鸡蛋蒸熟候冷去壳,切两边,去蛋黄,蛋白切 12 片,火腿也切 12 片。

③用潮州工夫茶小杯 12 只洗净,涂上薄鸡油,将鸡肉、小块火腿片、蛋白片、芫荽叶,整齐地排落杯内,然后把鸡丁粒加落,不

要超过杯面,最后放青豆粒在杯面中间,待灌汤。

④把鱼胶片、大菜洗干净,用鸡盅盛起,加入上汤,味精、幼盐入笼蒸至溶化为止。

⑤取出用布过滤,待汤七成冷时,盛入小杯中,淋至鸡粒面后冷藏。食时从杯里取出反放落碟上席。

【特点】

此菜色泽清晰透明,红、黄、白、绿四色相映,悦人眼目,造型美观,是夏、秋季节美食。

焖结玉鸡

【原料与数量】

光鸡 1 只约 750 克,鸡蛋 3 只,干面粉 100 克,水发冬菇 150 克,北方大葱 150 克,火腿、笋花适量。

上汤 250 克,生姜 2 片,生葱 2 条,绍酒、麻油、味精、幼盐少许,红椒、芹菜、生粉少许。

【制作与说明】

①鸡起肉,切成 4 块,用刀片花碗盛起,加入姜、葱、绍酒、幼盐、生粉腌 5 分钟,姜、葱拣去不用,鸡肉摆在碟中,鸡皮向下,候用。

②鸡蛋 2 只与面粉开成蛋白浆,抹在鸡肉上面。

③起油锅,油温放鸡肉下油锅炸至金黄色捞起,再把冬菇、北