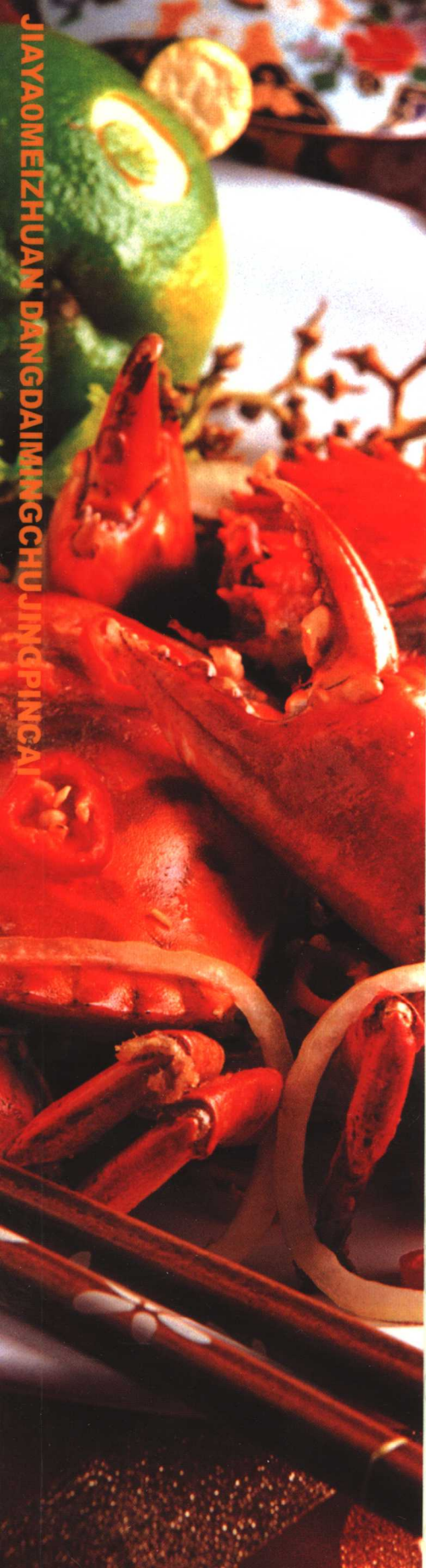




JIA YAOMEIZHUAN DANGDAIMINGCHU JINGPINCAI

佳肴 美饌

第三辑

当代名厨精品菜

张文彦 主编

北京科学技术出版社

名厨大家精品荟萃
传技授艺共烹美食

第三辑

佳肴美饌

——当代名厨精品菜

主编 张文彦

 北京科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

佳肴美饌：当代名厨精品菜（第三辑）／张文彦主编．—北京：北京科学技术出版社，2006.1

ISBN 7-5304-3261-3

I. 佳… II. 张… III. 食谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 124863 号

佳肴美饌——当代名厨精品菜（第三辑）

主 编：张文彦

责任编辑：刘长梅

封面设计：鹿鼎原企业形象设计有限公司

版式设计：耀午书装

图书制作：贾 晖

出 版 人：张敬德

出版发行：北京科学技术出版社

社 址：北京西直门南大街 16 号

邮政编码：100035

电话传真：0086-10-66161951(总编室)

0086-10-66113227 0086-10-66161952(发行部)

电子信箱：postmaster@bkjpress.com

网 址：www.bkjpress.com

经 销：新华书店

印 刷：北京博海升彩色印刷有限公司

开 本：787mm × 1092mm 1/16

字 数：150 千

印 张：6

版 次：2006 年 1 月第 1 版

印 次：2006 年 1 月第 1 次印刷

印 数：1-6000

ISBN 7-5304-3261-3/Z · 1140

定 价：28.00 元



京科版图书，版权所有，侵权必究。

京科版图书，印装差错，负责退换。

编委会名单

王文桥	高忠英	冯志伟	李桂兰
张铁元	张文彦	王 燕	周秀来
曾凤茹	栗石毅	左东黎	朱 健
张卫新	李海燕	李雪松	

本辑作者

梁春耕	杜广贝	韩光弟	李宝红
-----	-----	-----	-----

前 言

选到这本书,说明了您的眼力不凡。您手上的这本书可不是一般的菜谱,它荟萃了北京这个美食之都的顶尖厨师的精心之作。入选本书的人物、作品代表着北京当今餐饮界的最高水平。看到这儿,您兴许有点犯嘀咕:这么说是不是有点过了,别是自吹自擂吧!往下看您就知“余言不谬”了,请看:

一、入选的名厨全部是国家高级烹调技师,在全国烹饪比赛中拿过金奖或在国家级烹饪赛事中担任过评委。他们中的不少人被授予“中国烹饪大师”称号,有的还被授予“国宝级烹饪大师”称号。都是业内公认的德高望重的名厨。

其中老一辈名厨为新中国烹饪事业的发展做出过卓越贡献,在传播祖国烹饪文化遗产、开创烹饪发展新局面方面建有筚路蓝缕之功。很多大师具有全国乃至国际影响,有的已成为一代宗师。他们高尚的厨德受到后辈的景仰,他们精湛的技艺成为后辈的楷模。他们的弟子高徒更是“桃李满天下”。

中年的技师、大师们是烹饪界的领军人物。他们正活跃在京城餐饮界的重要岗位上,是烹饪院校、餐饮企业的顶梁柱。他们年富力强,经验丰富,烹饪技艺炉火纯青,正处于事业发展的颠峰时期。他们承先启后,在继承优秀烹饪遗产的同时,大力开拓创新,取得了骄人的成绩。在创造效益、培养人才、推动技术进步方面发挥着极其重要的作用。改革开放至今的二十多年是中国烹饪发展的一个高峰期,这一高峰的形成与他们的巨大贡献是分不开的。



年轻名厨是厨师中的精英。他们是烹坛的主力军，正在改革的大潮中劈波斩浪。他们视野开阔，善于学习，博采众长，大胆创新。他们中的不少人还有出国工作的经验，更是荟萃中外，出手不凡。目前，他们正处于事业发展的上升期。迅猛发展的中国餐饮业为他们搭建了一展身手的大舞台，正待他们叱咤风云，纵横驰骋。

二、入选的作品都是名厨大师们的代表作，是真正的精品。他们还特意精心设计了一些适宜家庭制作的菜品。既可成为年轻厨师学习的范本，满足他们得大师真传的渴求；又能作为业余烹饪爱好者修炼厨艺的“不二法门”；还可以作为美食家们案头收藏。

本书为系列丛书。每册书按“老、中、青三结合”的原则，入选名厨4人。让大家领略到他们各自的风采。每人制作10道菜品，共计40道菜品，兼顾不同风味、不同流派。本套丛书计划出版40册，入选名厨160位，全面展示北京当今餐饮界的最高水准。

编委会



佳肴美饌



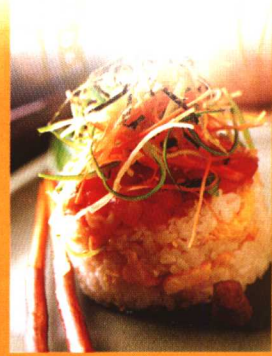
目 录

一、梁春耕

- 罗汉大肚 /2
- 油皮卷果 /4
- 叉烧通脊 /6
- 三色蛋 /8
- 蛋黄鸭卷 /10
- 青豆鸡卷 /12
- 煎蒸鲈鱼 /14
- 气锅乌鸡元鱼 /16
- 脱骨烤鸡 /18
- 蘑菇鸡排 /20

二、杜广贝

- 砂锅蟹肉狮子头 /24
- 油焖大虾 /26
- 荷叶小烧肉 /28
- 翡翠肉卷 /30
- 干烧鲈鱼 /32
- 黑椒牛柳 /34
- 煎蒸雪鱼 /36
- 三鲜海参 /38
- 养生山药羹 /40
- 养生时蔬 /42



三、韩光弟

豆豉蒜茸蒸排骨 /46

豉香鲜鱼 /48

栗枣蒸鸡块 /50

杞枣双冬烧鸭块 /52

海米烧双色瓜 /54

冰糖三元蒸山药 /56

黄焖鱼翅 /58

双冬杞子蒸鸭方 /60

蒜香日月贝 /62

小肉烧海参 /64

四、李宝红

拔丝苹果 /68

熘黄菜 /70

果珍菊花鱼 /72

雪中艳 /74

香辣鸭心 /76

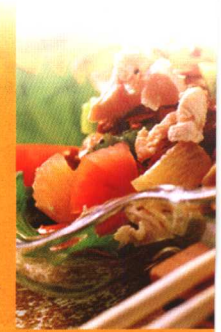
金镶玉叶 /78

白流虾 /80

火燎鸭心 /82

干炸小丸子 /84

辣炮鸭肠 /86



梁春耕



梁春耕，高级技师，鲁菜名师。1932年12月出生。河北三河人。1955年师从梁进仓、梁进祥学艺。长期担任空军总医院厨师长。1976年唐山地震获空军抗震救灾三等功，1982年被评为解放军空军优秀厨师。擅长鲁菜烹制。烙制“京东肉饼”堪称一绝。在工作中针对病人饮食研究制作了一系列低盐、低胆、半流食品。传徒有王东明、张胜宝、史宝峰等。





主料：



猪肚 1000 克，猪肉馅 600 克。

辅料、调料：

青豆 100 克，火腿 100 克，胡椒粉 20 克，味精 20 克，盐 20 克，料酒 40 克，鸡蛋 1000 克，葱末 10 克，姜末 10 克，红曲粉 30 克，醋 150 克，碱面 100 克，淀粉 10 克，大料 5 克。

罗汉大肚

制作步骤：



1. 切配：将猪肚内油脂去净，用清水洗净后，将盐、醋、碱面撒在肚内，用手轻揉，以去除内脏的异味，再用清水洗净。

2. 烹前加工：①将鸡蛋清、鸡蛋黄分开放在两个容器里，分别加盐、味精、水淀粉。在两个饭盒内铺上保鲜膜，擦点油，将调好的蛋清、蛋黄分别倒在上面，蒸 6~8 分钟，成蛋黄糕、蛋白糕；②把火腿切丁，蛋黄糕、蛋白糕切成丁备用；③将打好的 4 个鸡蛋放入肉馅内，加盐、味精、料酒、胡椒粉、葱末、姜末，搅拌均匀后，将肉馅以及青豆、火腿丁、蛋黄糕、蛋白糕装到猪肚内，用长竹签把肚口封好。

3. 烹制过程：①将灌好原料的猪肚放在凉水锅中加热，边加热边用竹签放气。煮一会儿取出，用清水洗净猪肚外面的黏液；②另起锅加水，放入猪肚，加入大料、葱末、姜末、盐、料酒、红曲粉等调料，用小火煮 60~70 分钟，边煮边用竹签放气；③将煮好的猪肚取出放在案板上，用面板压 4 个小时切成薄片即可。





技法揭秘：

本菜在煮的过程中，要注意不停地用竹签给猪肚放气，否则容易爆裂；馅料要调好味。与其他罗汉肚的做法不同的是：此菜在馅料中不加肉皮、琼脂、淀粉做黏合剂。本菜具有补气健胃、滋阴润燥的功效。



主料：



油皮3张，罐头板栗500克，山药500克，小枣300克。

辅料、调料：

青梅50克，桂花50克，白糖30克，面粉300克。

油皮卷果

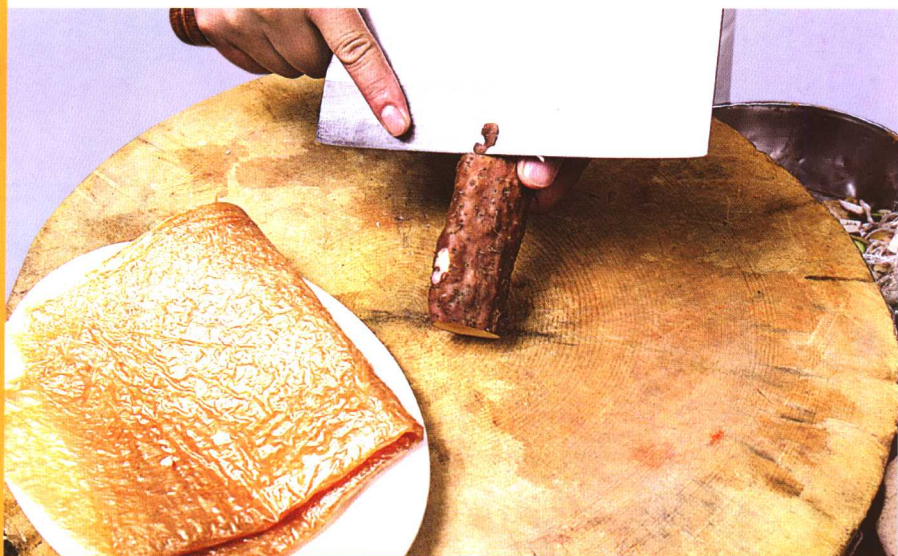
制作步骤：



1.切配：把山药洗净，用开水烫一下，然后去皮、切丁；小枣去核；青梅切成丝。

2.烹前加工：①将板栗、山药丁、小枣、青梅丝、桂花、白糖拌匀，加入300克面粉后，加清水少许，拌匀制成馅料；②将油皮平铺到面板上，在油皮表面均匀涂上调好的面糊，再将制好的馅料铺在油皮上，卷成三个卷。

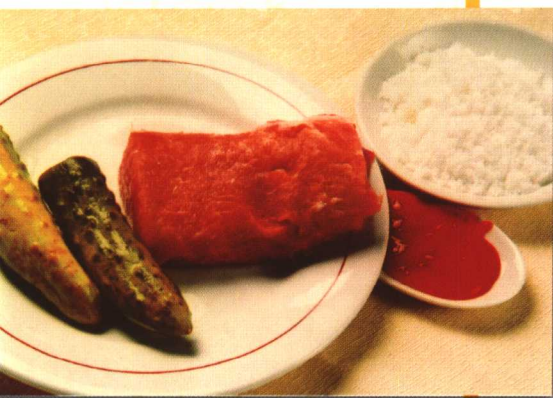
3.烹制过程：将卷好的卷果放在锅内蒸20分钟取出，用纱布将卷果包好，用手拍按成断面呈三角形的长卷，切成刀背厚的薄片即可。





技法揭秘：

本菜为中国名菜。在制作过程中注意油皮在卷制前先泡一下；馅料不可过粗；用纱布卷时要卷紧、卷均匀。本菜具有温补脾肾、健脾开胃的功效。



主料：



通脊 800 克。

辅料、调料：

沙司 300 克，白糖 200 克，料酒 50 克，葱片 20 克，姜片 20 克，盐 10 克。

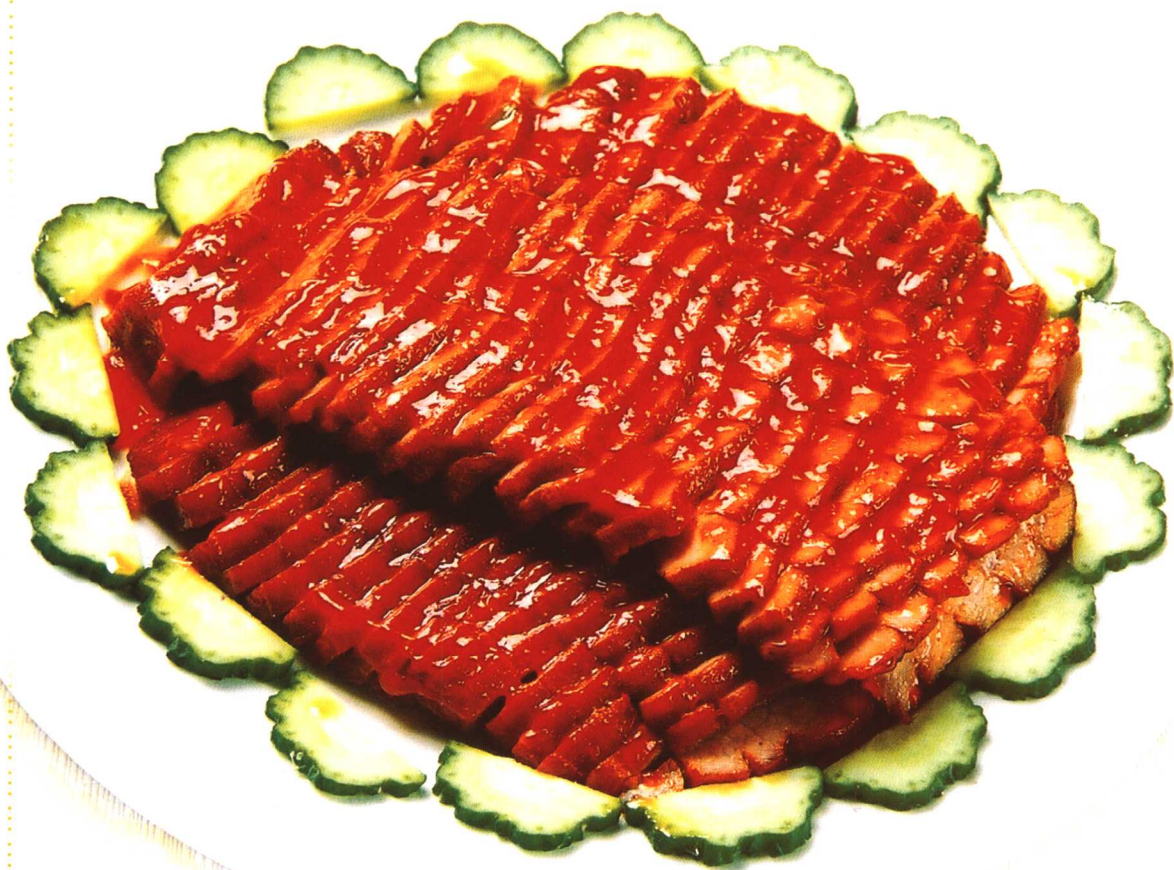
叉烧通脊

制作步骤：



1. **切配：**将通脊洗净，切成10厘米长的段，在每段上纵向划3刀，横向剖5刀，放在容器里。
2. **烹前加工：**用料酒、盐、葱片、姜片把切好的通脊腌制30分钟，然后用温油炸成金黄色捞出。
3. **烹制过程：**①将炸好的通脊加葱片、姜片、料酒、盐炖10分钟；②另起锅加入少许油，用微火炒制沙司，冒泡后加白糖200克和30克水，放入加工好的通脊，继续用微火炒制，慢慢收汁，将晾凉的叉烧通脊切片装盘即可。





技法揭秘：

本菜加工简便，但要注意划刀时掌握好深浅度；腌制时间最好长些以便入味；天气炎热时放冰箱冷藏；烤制时注意火候。本菜具有滋阴润燥的功效。

三色蛋

制作步骤：



- 1.切 配：松花蛋去皮切成两块。
- 2.烹前加工：将鸡蛋清、黄分开，放在两个碗内，分别加入盐、味精、水淀粉拌匀。
- 3.烹制过程：取盒铺好保鲜膜，将松花蛋扣放在盒底部，将调好的蛋黄倒入盒内，蒸5分钟后，再将调好的蛋白倒入盒内，再蒸4分钟，放凉后切片装盘即可。

主料：



鸡蛋400克，松花蛋400克。

辅料、调料：

盐10克，味精10克，淀粉20克。

