

陈锐
编著

西北 紫 看 西 谈

甘肃人民出版社

西北菜肴趣谈

陈 锐 编著

甘肃人民出版社

责任编辑：丁如山

封面设计：江一帆

封面题字：董戈翔

西北菜肴趣谈

陈锐 编著

甘肃人民出版社出版

（兰州第一新村51号）

甘肃省新华书店发行 兰州新华印刷厂印刷

开本787×1092毫米1/32 印张8.25 插页4 字数：171,000

1985年8月第1版 1985年8月第1次印刷

印数：1—11,800

书号：15096·75 定价：1.30元

前 言

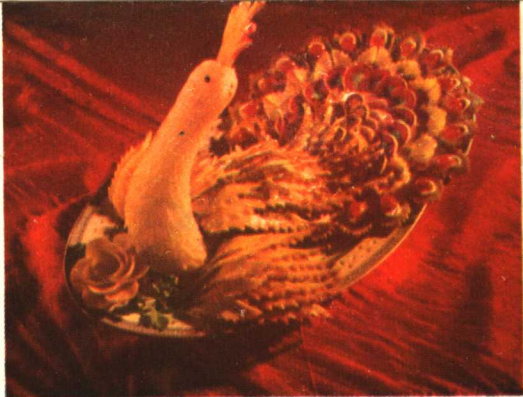
古人常把良相比作名厨，把善于治国的宰相比喻厨师调和美味。至于“烹于庖厨”、“屠于朝歌”的伊尹和姜太公吕望，成为开国元勋、治国能臣的典故，更为世人所知。我国是一个饮食文明的国家，众多传统菜肴，不仅品种繁多，而且色、香、味、形俱佳，雅俗共赏，中外称誉。有关烹饪、饮食方面的史料更是丰富多彩，饶有风趣。

本书编辑了流传祖国西北地区的菜肴共175种，其中包括全国八大菜系中有代表性的名馐佳肴并对所编菜肴的历史渊源、掌故趣闻、诗词文赋、神话传说、风味特色以及制作方法，作了比较详细和完整的介绍。书中的资料，大都见之于烹饪典籍、历史笔记、地方志和近二十年来的报刊撰文，以及民间流传。初稿完成后，曾对所引资料进行了查证核实。1983年在甘肃省饮食服务行业技术职称考核期间又征求了全省各地厨师们的意见，再次作了修改，现予以出版，可供饮食行业的职工业务学习及广大群众参考。

在编写期间，曾得到有关单位和同志的热情帮助和支持，在此一并致谢。

编 者

1984年8月



孔雀开屏



烤小猪



生煊火锅



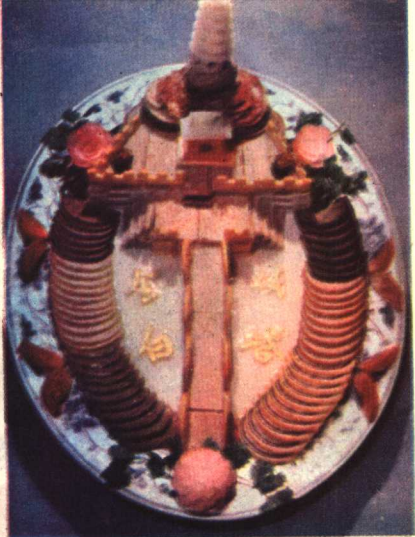
金城八宝瓜雕



桂髓鹌鹑



提籃魚



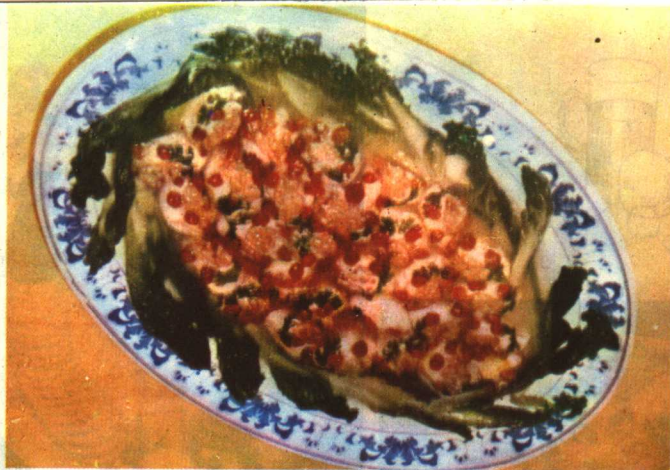
金城白塔



凤尾金针



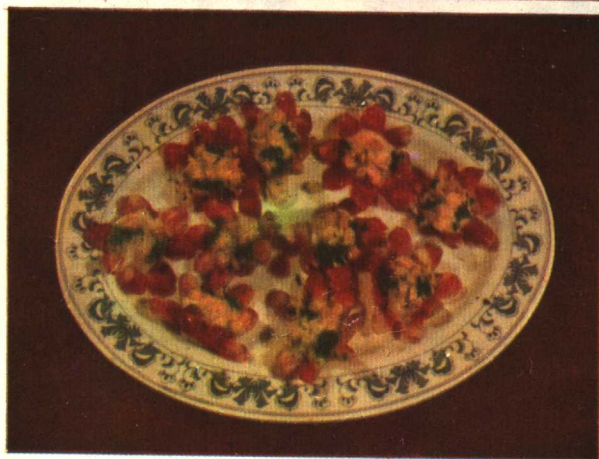
罗锅鱼片



彩球芙蓉鸡片



冰糖银耳



荷花发菜



箸头春



百花齐放

百花鱼肚





玉盞金針



杏花腸子



茄汁鴨蛋





油炸墨鱼卷



蝴蝶海參



黄焖蹄筋

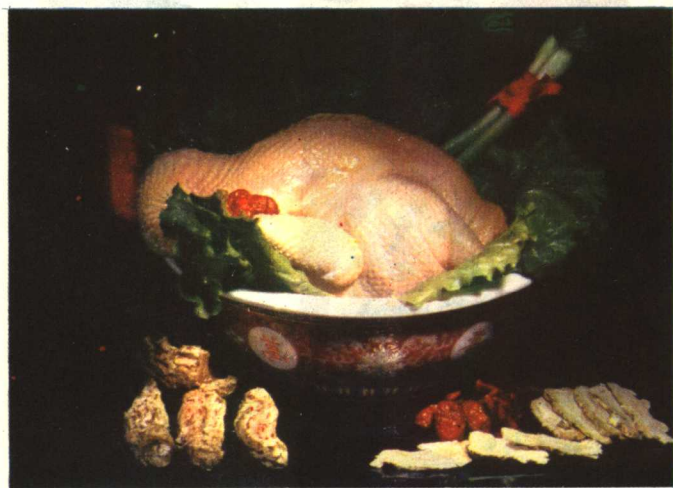




西湖醋鱼



熊竹发菜



当归鸡

目 录

肉 菜 类

雪峰驼掌.....	(1)
烤小猪.....	(2)
红烧肉.....	(4)
带把肘子.....	(6)
全家福.....	(8)
清蒸狮子头.....	(10)
三皮丝.....	(12)
驼峰炒五丝.....	(13)
火烧蕨麻猪.....	(15)
梅花羊头.....	(16)
灯影牛肉.....	(17)
薇菜炖猪肉.....	(19)
烤全羊.....	(20)
夏河蹄筋.....	(21)
东坡肉.....	(23)
油爆驼峰.....	(25)
水晶肘子.....	(26)
酸辣里脊.....	(27)
扒烧整猪头.....	(28)
黄焖蹄筋.....	(30)

木樨肉.....	(31)
杏花肠子.....	(32)
桶子肉.....	(33)
爆三样.....	(34)
蘑菇炖羊肉.....	(35)
涮羊肉.....	(37)
烤方.....	(38)
西夏石烤羊.....	(40)
蜜汁火腿.....	(41)
紫果羊肝.....	(43)
胡羊肉.....	(44)
砂锅丸子.....	(45)
干煸牛肉丝.....	(47)
九转大肠.....	(48)
河西羊羔肉.....	(49)
鱼香肉丝.....	(50)
稀卤羊肉.....	(52)
三丁烩白云.....	(53)
火腿炖肘子.....	(55)
河西酥羊.....	(56)
冬梨肉.....	(58)
炸羊腰.....	(59)
酱爆羊肉.....	(60)
砂锅炖牛肉.....	(61)
油爆肚仁.....	(63)
核桃丸子.....	(64)

奶油葫芦头.....	(66)
爆炒羊腩.....	(67)
蕃茄烧牛肉.....	(68)
陇西腊羊肉.....	(70)
锅烧牛肉.....	(71)

水 产 菜 类

糖醋鲤鱼.....	(74)
清蒸鲥鱼.....	(75)
红烧鲤鱼.....	(77)
锅子鱼.....	(78)
罗锅鱼片.....	(79)
松鼠鱼.....	(81)
七星螃蟹.....	(83)
百花鱼肚.....	(84)
清炖乌龟.....	(85)
火烤鳊鱼.....	(86)
红烧马鞍鳝.....	(88)
清蒸重口鱼.....	(89)
提篮鱼.....	(91)
荷包鱼.....	(92)
蟹黄扒油菜.....	(93)
西湖醋鱼.....	(95)
清蒸武昌鱼.....	(97)
凤腰鲍鱼.....	(99)
干烧黄鱼.....	(100)

二龙戏珠.....	(103)
百花齐放.....	(104)
荔枝鱼.....	(106)
油爆墨鱼卷.....	(107)
清蒸活鲤鱼.....	(109)
虾籽烧珍珠笋.....	(110)

禽蛋菜类

彩球芙蓉鸡片.....	(111)
枸杞炖鸡.....	(112)
霸王别姬.....	(113)
烤鸭.....	(115)
清蒸鸡.....	(118)
玉盏金针.....	(119)
葫芦鸡.....	(120)
三套鸭.....	(120)
八宝鸳鸯鸽.....	(124)
大块辣子鸡.....	(126)
泥烤鸡.....	(127)
贵妃鸡.....	(129)
锅烧全鸡.....	(130)
当归鸡.....	(132)
汽锅鸡.....	(133)
茄汁鹌蛋.....	(135)
龙穿凤翼.....	(136)
栗子鸡.....	(137)

笋头春.....	(139)
蘑菇煨小鸡.....	(140)
梅花鸽蛋.....	(142)
凤尾金针.....	(144)
宫保鸡丁.....	(145)
菊花鸡.....	(147)
叫化鸡.....	(148)
鸡茸豌豆.....	(150)
核桃鸡脯.....	(151)
韭黄炒鸡丝.....	(152)
金针炖鸭子.....	(153)
桂髓鹌羹.....	(154)
鹌鹑豆腐.....	(155)

山珍海味菜类

金鱼发菜.....	(158)
蝴蝶海参.....	(159)
酿羊肚菌.....	(161)
佛手鱼翅.....	(163)
冰糖燕菜.....	(165)
清炖甲鱼.....	(166)
虫草炖雪鸡.....	(168)
白扒熊掌.....	(169)
炸野鸡卷.....	(170)
鲤鱼发菜.....	(171)
黄焖野兔.....	(173)