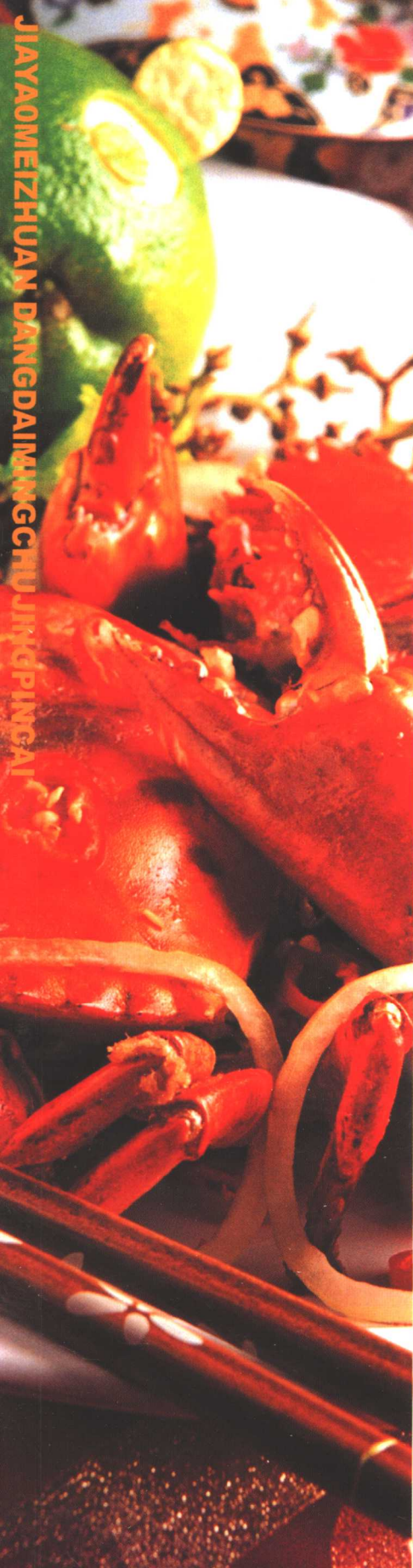




JIA YAO MEI ZHUAN DANG DAI MING CHU JING PIN CAI

佳肴 美饌

第一辑

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

第一辑

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（第一辑）/ 张文彦主编. — 北京：北京科学技术出版社，2006.1

ISBN 7-5304-3259-1

I. 佳… II. 张… III. 食谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 124861 号

佳肴美饌——当代名厨精品菜（第一辑）

主 编：张文彦

责任编辑：汪 昕

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

图文制作：李婷婷

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@bjpress.com

网 址：www.bjpress.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 7-5304-3259-1/Z · 1138

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

张文海	冯志伟	龚利森	王海东
-----	-----	-----	-----

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。



当代名厨精品菜

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



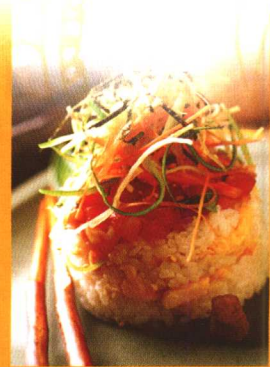
目 录

一、张文海

- 鸳鸯菜花 /2
- 鸡茸鲜蚕豆 /4
- 板栗红枣焖鹿肉 /6
- 枸杞菊花虾仁 /8
- 虾子烧鱼肚 /10
- 干煸凤翅 /12
- 烩两鸡丝 /14
- 炸象眼鸽蛋 /16
- 五彩鱼丝 /18
- 两吃大虾 /20

二、冯志伟

- 酥香龙虾 /24
- 富贵鱼 /26
- 八宝葫芦鸭 /28
- 豆渣鸭脯 /30
- 椿芽烘蛋 /32
- 东坡豆腐肘 /34
- 一品甲鱼 /36
- 鲜熘腰花 /38
- 鱼香鸭方 /40
- 干煸牛肉丝 /42



三、龚利森

- 雪耳鹧鸪 / 46
- 人参鸭方 / 48
- 山药海参 / 50
- 官门献鱼 / 52
- 元宝甲鱼 / 54
- 油攒大虾 / 56
- 虫草鹌鹑 / 58
- 桃仁丝瓜 / 60
- 荷叶苏造肘 / 62
- 扒酿豆腐饺 / 64

四、王海东

- 翡翠辣根虾 / 68
- 坛烧什锦 / 70
- 脐橙雪蛤 / 72
- 红酒洋葱鸡饼 / 74
- 御用一品芙蓉蛋 / 76
- 蚕丝三文鱼 / 78
- 余炅带鱼 / 80
- 熟滚猴脑 / 82
- 清汤白玉饺 / 84
- 酥网牛肉粒 / 86





张文海



国宝级鲁菜烹饪大师，高级技师。出生于1930年2月4日。1948年在上海国际饭店丰泽楼从厨，拜王殿臣为师。擅长鲁菜的爆、扒等烹制方法，“油爆双脆”为其一绝。1956~1963年在华侨北局小灶工作。

1964年后在北京东方饭店任厨师长。1986年被北京烹饪协会评为优秀特级厨师。1990年被北京看丹职业高中聘为“名誉校长”。1990年在北京市轻工九工种技术比赛和全国轻工技术大赛上被评为优秀教练员。传徒有刘德美、李凤新等。



鸳鸯菜花



主料：



绿菜花 500 克，白菜花
500 克。

辅料、调料：

胡萝卜 200 克，鲜蘑 100
克，料酒 10 克，盐 1.5
克，味精 1.5 克，鸡油
15 克，高汤 500 克，水
淀粉 25 克。

制作步骤：



1. 切 配：①把白、绿菜花削去花朵上的黑斑点，去掉根部的筋皮，掰成直径 2 厘米大的花朵，洗干净；②胡萝卜去皮，削成算盘珠形，刻上米字花刀；③鲜蘑去根，也打上米字花刀。
2. 烹前加工：①汤勺上火，放入高汤，加盐、味精、料酒，开锅后，下白菜花、绿菜花，煮熟后捞出；②再把胡萝卜、鲜蘑也放入汤内煮熟，捞出；③取小碗，把双色菜花各码在一边，扣在盘中，鲜蘑围在菜花周围。
3. 烹制过程：汤勺上火，加入高汤、料酒、味精、盐，烧开后用水淀粉勾薄芡，淋上鸡油，浇在双色菜花和鲜蘑、胡萝卜上即可。





技法揭秘：

菜花煮的时间不宜过长。本菜特点为色泽艳丽、口感滑嫩爽口，具有补心益肾，健脑利脏等功效。



主料：



鸡柳肉 125 克，鲜蚕豆
200 克。

辅料、调料：

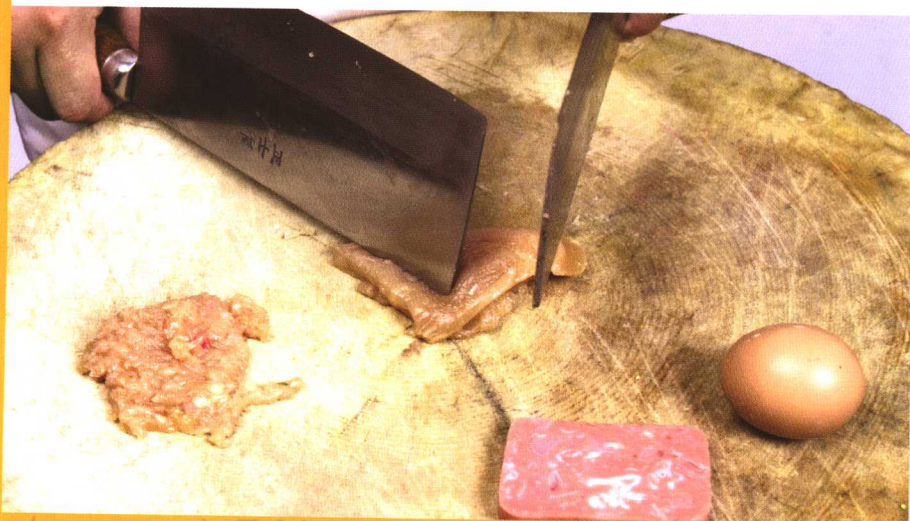
蛋清 1 个，火腿末少许，
味精 1 克，盐 2.5 克，料
酒 5 克，姜汁 10 克，淀
粉 15 克，苏打 0.5 克，
白糖 1 克，鸡油 5 克，葱
姜油 20 克，高汤 100 克，
葱 10 克，姜 10 克。

鸡茸鲜蚕豆

制作步骤：



1. 切 配：把鸡柳肉砸成泥，葱、姜洗净，去皮，切碎，用清水泡 10 分钟后过箩即成葱姜水，鸡茸放入葱姜水、苏打、盐、味精、白糖，搅拌均匀后放入湿淀粉。
2. 烹前加工：鸡蛋清搅打成高丽糊（蛋泡糊），和鸡茸搅拌均匀，将鲜蚕豆剥去皮，洗净，放入调好的鸡茸糊拌匀。
3. 烹制过程：①汤勺加水，烧制八成热，将蚕豆鸡茸糊逐块下锅，待浮起时，用漏勺翻个，捞出，控干水；②汤勺上火烧热，放入葱姜油、料酒、盐、味精、姜汁、清汤、鸡茸蚕豆，开锅勾芡，淋鸡油，最后撒上火腿末。





技法揭秘：

制作时鸡茸一定要细，高丽糊要打上劲，氽水时要注意水温，炒时动作要轻。本品特色为白绿相间，鲜嫩味美，营养价值高，适于中老年人食用。功效为补气健脾，养胃和中。

板栗红枣焖鹿肉



主料：



鹿肉 600 克。

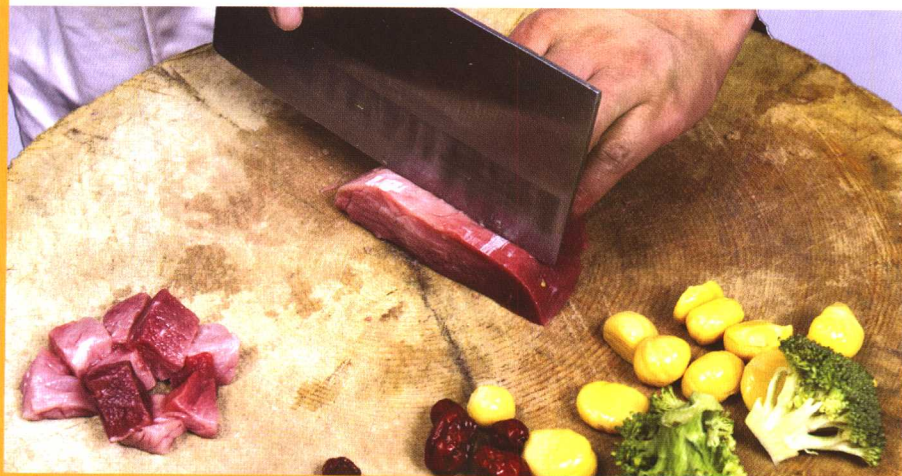
辅料、调料：

红枣 20 克，板栗 20 克，
绿菜花 100 克，料酒 15
克，姜汁 10 克，酱油 7
克，味精 1 克，盐 1.5 克，
白糖 10 克，桂皮 1 克，
大料 1 克，葱姜油 30 克，
高汤 600 克，花生油
1000 克，葱姜各 5 克。

制作步骤：



1. 切 配：将鹿肉洗净，切成直径 3 厘米的块，葱姜去皮，拍松，红枣去核，板栗去皮，绿菜花削洗干净，掰成小朵。
2. 烹前加工：① 锅上火放油，烧成八成热，下鹿肉，炸成金黄色捞出，放盆内，加高汤、桂皮、大料、料酒、葱，上屉蒸 1.2 小时取出；② 板栗用油炸至六成熟；③ 红枣放碗内，加入水，蒸 0.5 小时，去掉水备用。
3. 烹制过程：① 勺上火，放葱姜油，加少许白糖，炒成枣红色的糖色，放高汤、料酒、姜汁、酱油、盐、白糖和炸过的鹿肉、红枣、板栗，用微火烧焖至汤汁剩一半时，再用旺火收浓汁，淋入葱姜油；② 把成菜放入盘中。绿菜花用开水焯透，放碗内加味精、盐、油拌匀，围在鹿肉四周即可。





技法揭秘：

鹿肉、红枣蒸的时间不宜过长，板栗只能炸六成熟。家庭烹制时，如无鹿肉也可用猪肉和鸡肉代替。本菜特色为色泽金黄，鲜甜适口。功效为滋补气血、宜秋季食用。



主料：



鲜虾仁 250 克。

辅料、调料：

菊花 10 朵，枸杞 10 克，
鸡蛋清 1 个，淀粉 20 克，
料酒 10 克，姜汁 10 克，
味精 1.5 克，盐 1.5 克，
鸡汤 50 克，鸡油 5 克，
葱姜米 5 克，花生油 500
克。

枸杞菊花虾仁

制作步骤：



1. 切 配：①将虾仁在清水中洗干净，用干净布挤干水分，放入碗中，加入盐、蛋清、湿淀粉，抓匀浆好；②菊花去掉根蒂，洗净；③枸杞用温水泡开，冲洗干净。
2. 烹前加工：取一小碗，放入鸡汤、料酒、姜汁、味精、盐，调成味汁。
3. 烹制过程：①炒勺上火，放入油，烧至六成热，下入浆好的虾仁滑透，倒入漏勺控净油；②把炒勺放回火上，放入底油，下入葱姜米和枸杞，稍炒一炒，立即放入滑好的虾仁，烹入兑好的碗汁，翻炒均匀，淋上鸡油。

