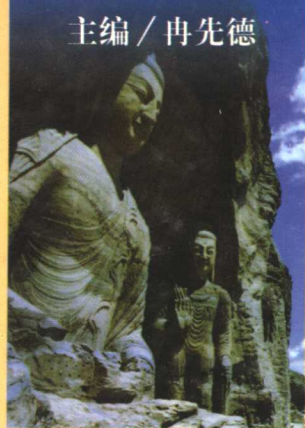


主编 / 冉先德



中国名菜

三晋风味

Zhong Guo Ming Cai



中国大地出版社

中国名菜

三晋风味

(13)

中国大地出版社

1997·北京

图书在版编目(CIP)数据

中国名菜:三晋风味/冉先德主编. —北京:中国大地出版社,
1997.9

ISBN 7—80097—178—3

I. 中… II. 冉… III. 菜谱—山西 IV. TS972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 15101 号

中国名菜三晋风味

主 编 冉先德 瞿弦音

责任编辑 申果元

中国大地出版社 出版发行

(100081 北京市海淀区大柳树路 21 号)

北京牛山世兴印刷厂印刷 新华书店发行所经销

1997 年 10 月第 1 版 1997 年 10 月北京第 1 次印刷

开本:850×1168 1/32 印张:8

字数:180 千字 印数:0—10000 册

ISBN7—80097—178—3/Z·45

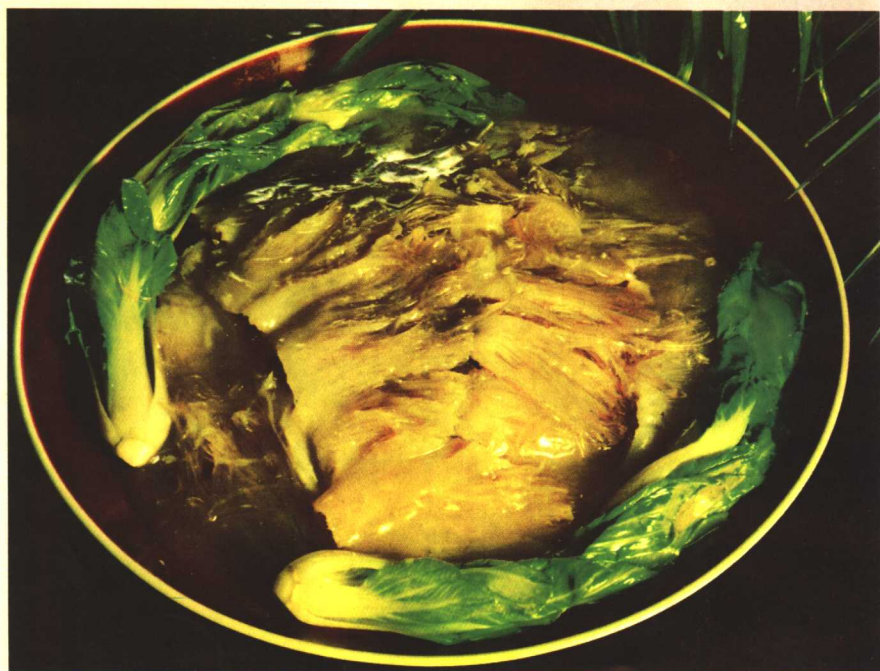
定价:14.80 元

大地版图书印、装错误可随时退换

一品海参



通天鱼翅

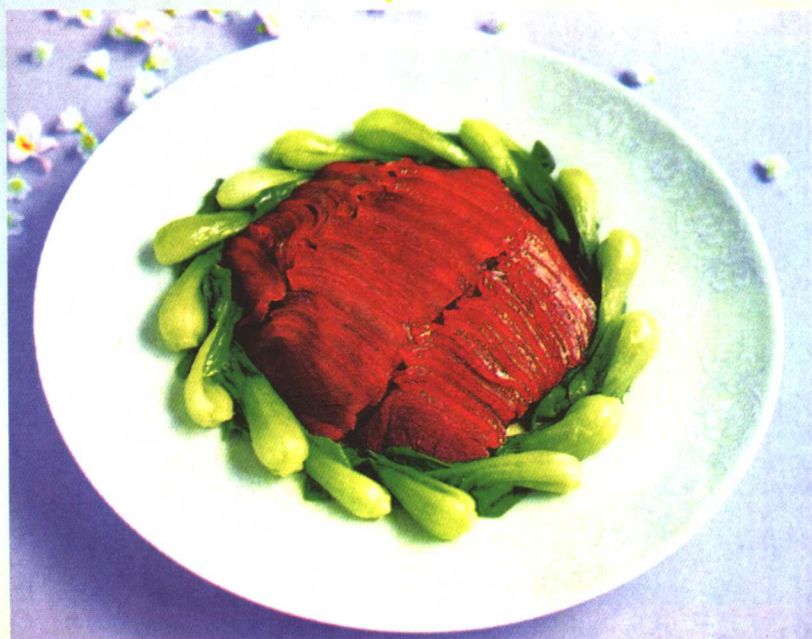




A decorative plate featuring several lotus root slices arranged in a circular pattern, garnished with a small lotus flower-shaped decoration. The plate has a blue and white border and a green leaf-like pattern. The lotus root slices are yellow with dark brown holes. The lotus flower decoration is made of red and orange slices.



拔丝山药



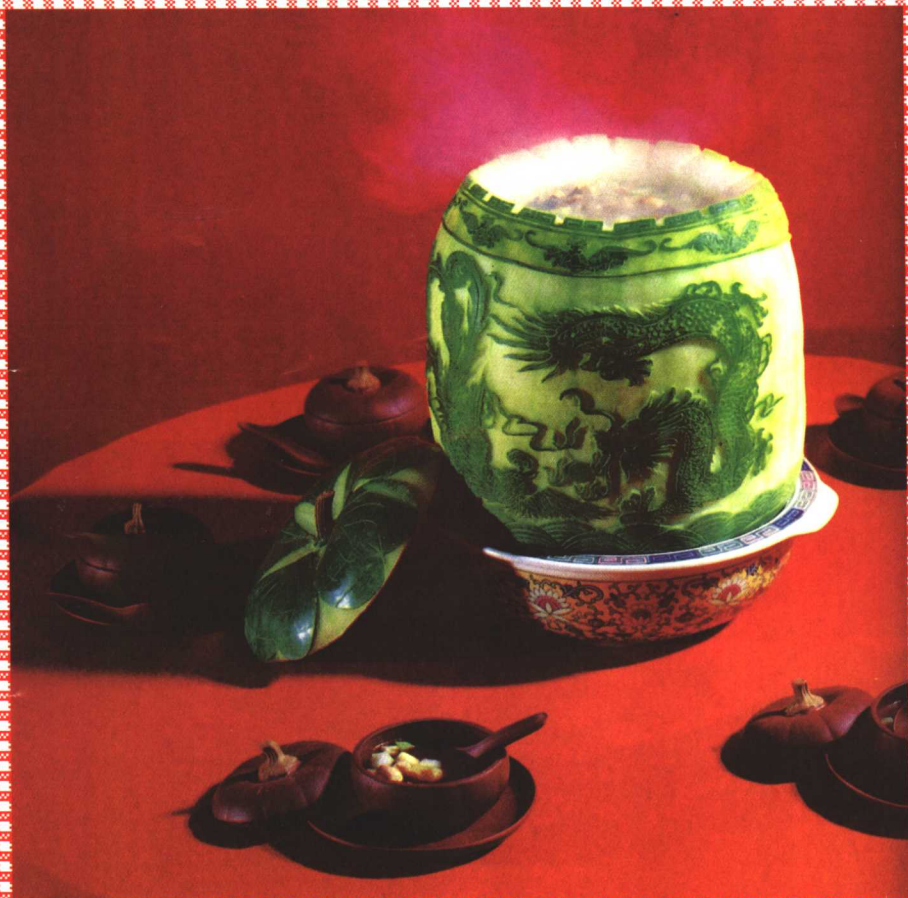
安泽火腿

葱油散丹



锅烧全鸭





冬瓜鸡盅



烧烩茄子



醋椒鱼丸

山西烧鸭



酿猴头



万字扣肉



糖烧肘子



序

《中国名菜》由著名学者冉先德、瞿弦音主编，共20分册一套，每册又各自独立成篇，集中华烹饪文化之大成。每部都将是餐饮业、旅游业、美食家、文人骚客、家庭主妇以及广大烹饪爱好者必备的参考书。

《中国名菜》全面搜集中国十七大菜系的不同风味的三千五百余种名菜。十七大菜系反映了中国菜系新的特点和状况，即“齐鲁风味”、“岭南风味”、“苏扬风味”、“巴蜀风味”、“徽皖风味”、“潇湘风味”、“钱塘风味”、“闽台风味”、“燕京风味”、“淞沪风味”、“松辽风味”、“三晋风味”、“中州风味”、“荆楚风味”、“赣江风味”、“秦陇风味”、“滇黔风味”。加上“民族风味”、“素斋风味”和“药膳风味”共20个类别。入选菜品全面，风格流派多样，用料各档兼顾，操作难易均录。无论传统佳肴，还是创新名菜，皆以流传久远、有口皆碑为取舍标准。“主料辅料”用量准确；“烹制方法”阐述细致；“工艺关键”提纲挈领；“风味特点”准确生动。并将典故传说、诗词歌赋寓于宴会之中，让人们在品尝佳肴时，把口福、眼福、情趣、雅兴融为一体，使整个宴会富有诗情画意。实为有关中国烹饪文化的一部别开生面、全面实用的菜谱。对专业工作者及广大烹饪爱好者将有极大的助益，亦可作为“中国名菜辞典”查用，并有长远的收藏价值。

作者编写此书，参考了国内外八百余种中餐菜谱、各种烹饪杂志上千卷，请教了许多名师前辈，整理了不少民间经验，并专门游历了十七大风味菜系地区，考察搜集当地名菜，亲自动手制作，以获得直接经验，最后才落笔编写成书，前后历时十年，三易其稿。是一部有新科研成果的烹饪巨著。

《中国名菜》编委会

1997年7月7日于北京

《中国名菜三晋风味》编委会

主 编 冉先德 瞿弦音

副主编 牛京刚 向 军

编 委 (以笔画为序)

马春乐 王玉华 王金樑

许新元 朱祥月 张桐林

李 宏 苏 立 金凤玲

屈 浩 孙继江 钱晓辉

郭 森

三 晋 风 味

山西省位于黄河中下游左岸，黄土高原东部，因在太行山的西侧，故名山西。春秋时为晋国之地，简称晋。山西省四周山水环绕，东越太行山与河北省为邻；南隔黄河和陕西、河南两省相望，北以长城为界与内蒙古自治区毗连。山西省境内山脉、河谷、丘陵、平川多种多样，高差悬殊，气候处于暖温带，有大陆性气候特征，四季分明，地理环境比较优越，动植物种类较多，物产比较丰富、齐全，为烹饪事业的繁荣和发展提供了前提条件，有许多举世闻名的美食和不可多得的烹饪原料，如：平遥牛肉、柏籽羊肉、原平大梨、稷山大枣、山西老陈醋、襄垣黑酱、临猗玉瓜等等，都是传统名品。五台山的平蘑、垣曲县的猴头、木耳更是山西之最。中国八大名酒之一的汾酒出自于山西，此酒味甜爽口，是清香味型美酒的代表。山西的野生动物资源繁多，常见入馔的就有 15 种之多。猪、牛、羊、鸡、鸭、鹅等畜禽养殖业发达，淡水鱼种繁多。山西菜肴别具特色，山西面食五花八门，风味餐馆星罗棋布，其中以“清和元饭店”、“认一力饺子馆”、“风陵渡饭店”、“并州饭店”、“晋阳饭店”、“鸿福居馄饨馆”和“恒义城甜食店”最为著名。

山西菜注重火功，技法全面，而以烧、炒、熘、焖、燻、煨见长。总的风味特点是：味重香咸、喜食酸醋、油厚色重、软嫩酥烂。此为晋菜正宗风味十六字诀，不可不知。其中糖醋菜别有风味，因用山西老陈醋烹制，此醋清香柔，无杂味，绵酸而不

涩，用以烹菜，味鲜醇正。

山西菜由太原菜、晋南菜、晋北菜和上党菜四路地方风味组成，而以太原菜为主要代表。太原菜即晋中菜，亦称阳曲菜，汇集寿阳、榆次、祁县、太谷等地的烹调技艺，吸收京、鲁、豫、沪、川等南北各地菜肴烹调之长，兼收并蓄，逐步形成了一套有独特地方风味又有广泛适应性的菜系。一般可分为“庄菜”和“行菜”两帮。“庄菜”乃旧时大商号、票号、金店等食用的堂菜，这类店号专聘优秀厨师伺候东家和接待往来客商，有的大庄按年编排食谱，一年内不吃重样饭菜，品种繁多，加工精致，虽近似官府菜，但又带有浓厚的家乡风味。“行菜”，就是市肆饮食行业经营的饭菜，技法全面，用料广泛，讲究色泽和造型。代表名菜有：“头脑”、“过油肉”、“糖醋佛手卷”、“山西烧鸭”等。晋南菜以临汾、运城为代表，该地区生活习俗与陕西中部相近，口味偏重于辣、甜，烹制技法多用熘、炒、氽、烩，代表名菜有：“拔丝葫芦”、“油纳肝”、“糖醋鸡卷”、“醋熘肉片”等。晋北菜以大同、忻州菜肴为主，此地历史上大部是半农半牧区，生活习俗与内蒙古有相似之处，烹调擅长烧、烤、炖、涮，口味偏重油厚香咸，代表名菜有：“焖柏籽羊肉”、“锅烧羊肉”、“烤白菜卷”、“鹌鹑茄子”等。上党菜以上党盆地（中心长治）和晋城菜为主，此地生活习俗与豫北地区相仿，菜肴烹制擅长熏、卤、焖、烧，代表名菜有：“烧大葱”、“芙蓉鸡”、“酱汁鸭子”等。

本书所介绍的菜肴中，有些菜肴的主料属国家保护动物，在这里仅作为本地地区的传统饮食文化加以介绍。

目 录

水产类

通天鱼翅·····	(3)	雪花鱿鱼·····	(30)
美人鱼翅卷·····	(5)	鲜奶烤鱼·····	(32)
扒海羊·····	(7)	凤腿元鱼·····	(33)
一品海参·····	(9)	万寿元鱼·····	(35)
锅塌鲍鱼盒·····	(10)	蛟龙献宝·····	(37)
鸡茸干贝·····	(12)	海底捞月·····	(39)
葱油鲤鱼·····	(13)	鲤鱼跳龙门·····	(40)
清蒸牡丹鱼·····	(15)	蟠龙闹海·····	(41)
醋椒鱼丸·····	(16)	湛香鱼片·····	(43)
头尾汆汤·····	(18)	糖醋鲤鱼·····	(45)
软熘鲤鱼扇·····	(19)	苏三鱼·····	(47)
干烧鲤鱼中段·····	(21)	煎烹大虾·····	(48)
荷包鱼·····	(23)	五仁虾托·····	(50)
脆炸鱼卷·····	(24)	煎烹金钱虾饼·····	(51)
清蒸芙蓉鱼·····	(26)	虾仁烧菠菜·····	(53)
两吃鳊鱼·····	(27)	风霜雪叶·····	(54)

畜肉类

头脑·····	(59)	过油肉·····	(60)
---------	------	----------	------

干扣肉·····	(63)	胡辣肘·····	(99)
酱爆肉条·····	(64)	肉汆汤·····	(100)
醋熘肉片·····	(66)	红烧驼蹄·····	(102)
糖烧肘子·····	(67)	炒三色驼峰·····	(103)
糖醋佛手卷·····	(69)	扒五丝熊掌·····	(104)
烤白菜卷·····	(71)	金饺驼掌·····	(106)
油纳肝·····	(72)	芝麻羊肉丝·····	(107)
虎皮肘子·····	(73)	红烧舌尾·····	(108)
奶汤核桃肉·····	(75)	琵琶蹄筋·····	(110)
醉蜈蚣腰丝·····	(76)	羊杂割·····	(112)
忻州蒸肉·····	(78)	锅烧羊肉·····	(113)
清蒸丸·····	(80)	焖柏籽羊肉·····	(115)
小烧肉·····	(81)	党参煨羊肉·····	(116)
燎肉·····	(82)	羊头肉拌粉·····	(118)
襄汾蒸盆·····	(83)	盐煎羊肉·····	(119)
九味白肉·····	(85)	葱爆柏籽羊肉·····	(120)
吴家熏肉·····	(86)	羊头菜·····	(121)
山西酱猪肉·····	(87)	清真肚丝汤·····	(122)
福荣肉·····	(89)	拖羊尾·····	(124)
层层脆·····	(90)	黄芪羊肉汤·····	(125)
猪头肉糕·····	(91)	阳城肉罐肉·····	(126)
白猪头肉·····	(92)	炆闻香草·····	(128)
杏梅肉·····	(94)	拌天棚·····	(129)
胡扒肉·····	(95)	葱油散丹·····	(130)
万字扣肉·····	(96)	酿粉肠·····	(131)
带皮大酥·····	(97)	平遥熟牛肉·····	(132)
干烧肘子两张皮·····	(98)	长治腊驴肉·····	(134)