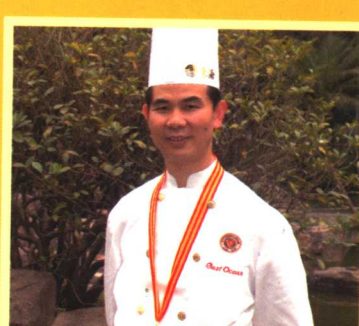




粤菜名师镇店宝典

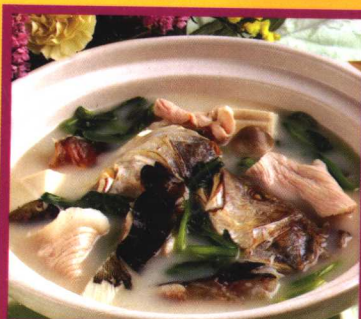
左丽主编 陈伟雄著 卢美摄影

新派粤菜

XINPAI
YUECAI

入厨秘笈

广东出版集团
广东人民出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

新派粤菜 / 陈伟雄著. —广州: 广东经济出版社,
2005.12

(粤菜名师镇店宝典/左丽主编)

ISBN 7-80728-188-X

I. 新… II. 陈… III. 菜谱 - 广东省
IV. TS972.182.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 136300 号

出版 发行	广东经济出版社 (广州市环市东路水荫路 11 号 5 楼)
经销	广东新华发行集团
印刷	深圳市建融印刷包装有限公司 (深圳市罗湖区梨园路 104 号 3 楼东)
开本	889 毫米×1194 毫米 1/24
印张	4 1/3
版次	2005 年 12 月第 1 版
印次	2005 年 12 月第 1 次
印数	1~5 000 册
书号	ISBN 7-80728-188-X / TS·89
定价	全套 (1—3 册) 定价: 45.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。

发行部地址: 广州市合群一马路 111 号省图批 107 号

电话: [020] 83780718 83790316 邮政编码: 510100

邮购地址: 广州市东湖西路永胜中沙 4 - 5 号 6 楼 邮政编码: 510100

(广东经世图书发行中心) 电话: (020) 83781210

营销网址: <http://www.gebook.com>

• 版权所有 翻印必究 •

【粤菜名师镇店宝典】

XINPAI
YUECAI

新派粤菜

• 左丽主编 陈伟雄著 卢美摄影

广东省出版集团
广东经济出版社

陈伟雄说：“烹饪工作需要倾注极大的热情。”

陈伟雄小档案：

现任东海海鲜酒家行政总厨
法国美食协会会员
中国烹饪大师



新派粤菜的代表——陈伟雄

到广州东海海鲜酒家就餐，你会感觉到一种大气，无论从菜式的设计到摆放，都流露出一种高品质。“菜如其人”，由此我想到了这一切的幕后操作者之一——东海海鲜酒家行政总厨陈伟雄先生，他内敛、朴实、厚道，有着容人、容事的大度。

最近几年，粤菜在不断的变化中，如：加入西餐的元素、加入其他菜系的元素、加入健康元素等等，在这些方面陈伟雄实属领军人物。他来自中西文化融会的香港，曾任职香港多家有名的食府，“西为中用”他最为拿手，看他的菜式设计：“红酒焗石蚝”、“法式焗生元贝”等等就是西餐元素运用到粤菜的最好例子。东海海鲜酒家在北京、大连设有分店，陈伟雄常常要往北方跑，每一次回来，他都有所收获，菜式设计又有了新的思路。“宫廷京烤骨”、“麻婆辣烧茄子”就是外地菜给陈伟雄的启示。

陈伟雄从事饮食20年，积累了丰富的经验，与他交谈，你会学到许多烹饪的窍门，随便一句点拨就会让你恍然大悟。难能可贵的是他至今对工作仍抱有极大的热情，记得有一次，我带了西番莲给他品尝，我们谈到西番莲的特别味道如果运用到菜里将会如何，他说：何不试试？他马上将西番莲拿进厨房，做了一个“西番莲炒饭”让我们品尝。在人浮物躁的现代社会，陈伟雄对自己所从事的职业一如既往的热情是那么地令人感动！

陈伟雄在繁忙的工作之余，还乐于学习电脑等现代化工具，这在有一定资历的厨师里是少见的，他充分利用这些现代化工具为自己的工作服务，查阅资料、储存菜式，使自己永远走在行业的前面。

左 丽
2005年11月

目录

CONTENTS

新加坡煮辣蟹	4	芝士茄汁焗菇菌菜	38	虾酱炸排骨	72
红酒焗石蚝	6	海鲜大会演	40	红酒烩西施骨	74
法式焗生元贝	8	猪肉松千叶豆腐	42	蒙古鲜菌鱼羊煲	76
鲜虾海棠滑豆腐	10	乳香脆鱼云	44	客家煮白蟾	78
冰浸琥珀鲜茄	12	蚬芥鱼滑酿藕片	46	蒜香松子牛仔粒	80
黑椒芥末炒猪仔柳	14	泰国糯米焗蟹煲	48	紫白椰菜炒猪面肉	82
是但湿湿碎	16	姜葱霸王鲈鱼	50	银环鲜鲍鱼	84
宫廷京烤骨	18	干鲜胡椒虾	52	金粟骨香桂鱼球	86
生汁百花煎酿带子	20	烧汁煎酿四季豆	54	法国鸭胸酿鹅肝	88
薄荷酱碧绿炒牛柳条	22	苦瓜猪肝肉松煎姜蛋汤	56	桂花虾米炒粉丝	90
南瓜烩鸡茸	24	粤式金杏蔗虾	58	星洲卤排骨	92
菜甫鱼茸煎蛋角	26	翡翠炒黄花鱼球	60	粒粒精选	94
咸鲜鱼头	28	鲜菌焗乳鸽	62	秘制豆腐三文治	96
芝士土豆饼	30	酱爆银雪鱼	64	脆皮糯米酿蟹盖	98
麻婆辣烧茄子	32	川式鲜菇烟肉	66	甜不辣泰式鸡片	100
鸡蛋香芋蒸鱼肠	34	科夹麒麟方肉	68	红萝卜茸煮澳洲带子	102
膏蟹煮滑豆腐	36	芥末汁鸳鸯鲍鱼粒	70		

新加坡煮辣蟹

- 心得:** 1.等水开后才下蟹,保持蟹肉爽滑。调料带酸性要后下才保持色泽鲜艳。
2.吃时跟烘面或炸馒头,沾酱汁更加美味。

材料:

红蟹……1只(约500克) 鸡蛋……1只 蒜茸……25克
姜茸……25克 红尖椒……25克 葱花……少许 清水……2汤碗

调味料:

生粉……少许 茄汁……3汤匙 豆瓣酱……2汤匙
砂糖……5茶匙 白醋……1/2汤匙



做法1:

将红蟹洗净剖好,鸡蛋打开备用。



做法2:

烧锅下油,慢火爆香蒜茸、姜茸和红尖椒,加两碗清水煮滚后下红蟹,盖锅约5分钟,下调味料兜匀,用生粉勾芡,熄火,再放鸡蛋、葱花即成。



红酒焗石蚝

- 心得:**
- 1.炸石蚝时注意油温不可低,否则入口不脆并容易流失蚝的水分及鲜味。
 - 2.为保持蚝身长时间酥脆,炸蚝时间要适当。
 - 3.豆瓣酱、脆炸粉本身已带咸味,兜时不需放盐。

材料:

加拿大石蚝……1只 生菜盏……1个 鸡蛋……1只 脆炸粉……100克
蒜茸……少许 葱花……少许 红椒粒……少许

调味料:

红酒……1汤匙 砂糖……1/4茶匙 豆瓣酱……1/2汤匙



做法 1:

脆炸粉用清水开成浆状;将石蚝撬开洗净,用开水轻灼后用干布沥干,放少许盐略捞再沾上浆状脆炸浆。



做法 2:

爆香蒜茸、葱花、红椒粒后,捞起备用;烧锅下油将石蚝炸脆,熄火,与蒜茸、葱花、红椒及调味料兜匀,放进生菜盏内。



法式焗生元贝

心得：白汁芡可购买即食包装，薯茸用上汤来开，吃起来会有肉香味。

材料：

元贝……2只 土豆……500克 洋葱……少许 蘑菇……少许
芝士……少许

调味料：

(A) 牛油……1茶匙 面粉……1/2茶匙 鸡精……1/4茶匙
上汤……50毫升 鲜奶……50毫升 盐……1/5茶匙 砂糖……1/4茶匙
(B) 牛油……1/3茶匙 上汤……200毫升 盐……适量 鸡粉……适量



做法 1：

元贝洗净起肉用少许盐、生粉略捞；洋葱、蘑菇切粒；将(A)调味料慢火煮成白芡汁；土豆原个蒸烂去皮搅成茸，加配料(B)捞匀成薯茸。烧锅下油将元贝肉煎香，爆香洋葱、蘑菇。



做法 2：

薯茸用表花器表在元贝壳边，元贝壳中间放入洋葱和蘑菇粒，上面放芝士并摆元贝肉，淋上白芡汁，放进200摄氏度烤箱内焗至金黄色即可。



鲜虾海棠滑豆腐

心得：炒鲜奶鸡蛋清时要用猛锅阴油（锅要烧红加入冻生油）慢火逐层炒熟，这样既不会炒糊，又能保持鲜奶鸡蛋清嫩滑。

材料：

鲜虾……10只	盒装豆腐……1/3件	鲜菇……50克
蘑菇……50克	咸蛋黄……1只	鲜奶……150毫升
鸡蛋清……150毫升	姜粒……少许	

调味料：

盐……适量	生粉……少许
-------	--------



做法 1：

鲜虾去壳，豆腐、鲜菇、蘑菇、咸蛋黄切粒；鲜奶、鸡蛋清加少许盐和生粉捞匀。烧锅下油将鲜奶蛋清浆用文火炒熟盛起，沥干油分备用。



做法 2：

爆香姜米、鲜虾、蘑菇、鲜菇，下豆腐粒煮熟，加入炒熟的鲜奶蛋清浆、咸蛋黄，调味，生粉勾芡，上碟即可。



冰浸琥珀鲜茄

心得：挑番茄时不要挑太熟的，太熟的番茄存放时间短。

材料：

鲜番茄……5个 鱼胶粉……少许

调味料：

话梅干……100克 冰糖……50克 清水……1000毫升
盐……少许



做法 1：

鲜番茄切角，话梅干、冰糖、清水一起煲 20 分钟，下少许盐调味。



做法 2：

取用一部分煲好的话梅水加入鱼胶粉煮溶，入冰箱凝固后切幼粒；剩下的话梅水放凉后加入番茄也放入冰箱内，食用时捞起鲜茄，面放凝固话梅水粒，冻吃。



黑椒芥末炒猪仔柳

心得：日本青芥末用少许水开，兜匀即可，如果受热时间太长，芥末的辣味会消失。

材料：

西芹柳……30克 红萝卜条……30克 青红椒柳……30克
洋葱柳……30克 猪颈肉……150克 葱段……30克 蒜茸……少许

调味料：

黑胡椒碎……少许 糖……1/4茶匙 日本青芥末……适量
盐……1/3茶匙 生粉……少许



做法 1：

猪颈肉切柳用生抽、生粉捞匀，用锅煎香至熟捞起备用。



做法 2：

烧锅下油爆香蒜茸、黑椒碎，以及把其他材料一起炒熟，再加入猪颈肉爆香，下糖、盐，最后放日本青芥末兜匀即可。

