



布衣餐饮丛书
新编川味谱

成都小吃

成都小吃是承传川菜百变的奇香异味
飘香海内外，也是无数川民在
海内谋生存身安身之

火爆全川 火爆全国 顶尖人气指数


胡志强 | 主编
钟志惠 | 编著



82.71

时代出版社

成都小吃

—  布衣餐饮丛书

新编川味谱

BUYICANYINCONGSHU
XINBIANCHUANWEIPU

成都时代出版社

■ 主编：胡志强
编著：钟志惠

图书在版编目 (CIP) 数据

新编川菜谱/胡志强主编. —成都: 成都时代出版社,

2004

(巴国布衣餐饮丛书)

ISBN 7-80548-960-2

I. 新... II. 胡... III. 菜谱—四川省

IV. TS972.182.91

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 056836 号

新编川菜谱·成都小吃

责任编辑 徐文惠
责任校对 梅平航
封面设计 蔡海儒
出版发行 成都时代出版社 (成都庆云南街 19 号)
经 销 新华书店
印 刷 成都墨池教育印刷总厂
开 本 850mm×1168mm 1/32
印 张 39.5 插页: 20
字 数 822 千
版 次 2004 年 8 月成都第一次印刷
印 数 1—5000
书 号 ISBN 7-80548-960-2/TS·25
全套定价 80.00 元 (共五册)

版权所有·违者必究

本书若出现印刷质量问题, 请与工厂联系调换。



酸
辣
面



甜
水
面





【火
锅
粉】



【小
笼
汤
包】

成都小吃





成都小吃

CHENG DU XIAO CHI

【白
蜂
糕】



【叶
儿
粑】



成都小吃

CHENG DU XIAO CHI





成都小吃

CHENG DU XIAO CHI

【香菇糯米烧卖】



【蛋皮春卷】

成都小吃

CHENG DU XIAO CHI





麻
圆



韭
菜
锅
饼





红汤抄手



肥肠粉





米凉粉



脆臊面





【红烧牛肉面】



【蕃茄煎蛋面】





悦口之味亦艺术

——《新编川味谱》序

中国传统文化中占主流的儒家文化在谈到人的基本需求时说：“食色，性也。”可见食是维持生命的第一条件。《易·鼎》说：“以木巽火，亨饪也。”意思是柴禾燃烧，借风势形成一定的火候，使食物成熟。“亨”“烹”通假，这是烹饪见诸文字的较早记录。孙中山曾在《建国方略》中说：“夫悦目之画，悦耳之音，皆为美术；而悦口之味，何独不然？是烹饪者，亦美术之一道也。”所谓美术即英文 ART，与艺术同为一词，此指广义的艺术。今天，大概没有人会怀疑烹饪已远远超出为生存而果腹的基本功能，成为食文化、烹饪艺术。古人还说：“食必常饱，然后求美。”当我们从温饱大步向小康迈进的时候，再来把这句古训首尾两字倒置组合时，一个充满诱惑的新名词“美食”就呈现在了我们的面前……

地大物博、物产富饶的“天府之国”，不仅孕育了饮食文化丰富的物质基础，同时也灌溉出以味为核心、以养为目的的美食奇葩——中国四大菜系之一的“川菜”，赢得了“吃在中国，味在四川”的国际声誉。因而川菜不仅仅是一大名菜，也像川剧一样，是四川的一大文化品牌。在食风日盛的今





天,餐饮行业已进入“春秋战国”时代。作为四大菜系中领军的川菜大旗,不仅招展全国,而且飘扬海外。

既然烹饪是一种文化和艺术活动,它就必须与传统连接,并不断注入新的文化内涵。惟其如此,方能推陈出新,发扬光大。继承和创新是源和流的关系,为了使饮食文化长河源远流长、波澜壮阔,从业人员应善于在这条文化的河床上披沙拣金,留下宝贵的财富。整理出版能反映某一时期的菜谱,无疑就是一件有益于人类的善举。菜谱是饮食文化传承的载体,是为后人提供饮食参考的重要指南。清代的四川进士李化楠、李调元父子编写的《醒园录》就收录了江南风味菜、四川风味菜,以及少数北方菜和西洋菜;川籍女厨曾懿的《中馈录》也兼收并蓄了四川、云南、江苏等地的名菜。《新编川味谱》正是想延续这样一个文化脉络。

《新编川味谱》分《家常川菜》、《流行川菜》、《江湖川菜》、《川渝火锅》、《成都小吃》五册,力图全方位、多角度总结川菜成果,展示川菜魅力,亦愿成为广大读者和从业人员的烹饪良师、美食益友。囿于编者水平和资料所限,套书难免有遗珠之憾和错讹之处,还望业界同仁不吝指正,待来日修正完善。

编者

2004年8月于成都





前 言

成都平原一马平川，沃野千里，气候温润，物产丰富，素有“天府之国”之美誉，为成都小吃的形成、发展创造了良好的物质条件。成都小吃源于民间，历史悠久，在历代民间主妇、官宦家厨、楼堂店馆名师妙手的继承创新之下，逐渐形成自己的风格，地方风味十分浓郁。

成都小吃品类繁多，从大类上看，有面条、饺子、抄手（馄饨）、饼、馒头、包子、卷、汤圆、糕、粽、粩、酥点等等，而每一类又可以派生出若干品种。如清宣统年间傅崇渠编撰的《成都通览》中的饮食部分，面点品种就数以百计。其中“成都之街市普通食品”有：荞面、蒸蒸糕、糍粑、凉糍粑、醪糟糍粑、汤圆、油糕、天鹅蛋（即糖油果子）、黄糕、方黄糕、珍珠饽饽、马蹄糕、艾窝饽饽、玉麦饽饽、煎饼、锅魁、苏锅魁、甜水面、炉桥面、攪丝面、扎（炸）酱面、白提面、素面、卤面、牛肉面、水饺子、面棋子、牛肉水饺子、鸡蛋卷、芡实烘糕、米花糖、玉米花糖、羊肉烧饼、牛肉包、米粉、抄手面、蒸饽、豌豆糕、虾糕、花生糕、糖包子、洗沙包子、付油包子、干菜包子、大肉包子、南虾包子、春卷、烧麦、油花、油旋子、教门





油酥、火腿包子、口毛（磨）包子、干菜饼、鲜花饼、枣泥饼、粽、挂面、麻饼子、桂花糕、薄脆、糯米酥、油饼子、肉饼子、肉饺子、馓子、油炸糍粑、春饼、酥饼。

成都小吃用料广泛，主料以面粉、糯米粉、粳米粉、糯米为主，兼用荞麦面、玉米、玉米面、山药粉、绿豆粉、豌豆粉、荸荠粉、藕粉、芡粉等；辅料有家禽、家畜、火腿、金钩、干菜、菠菜、萝卜、鸡蛋以及一些花卉、水果、干果等。成都是以大米为主食的地区，米食品种在成都小吃中占有相当的地位，不仅制作精细，而且品种众多。如赖汤圆、珍珠圆子、叶儿粑、冻糕、果酱白蜂糕、玫瑰凉糍粑、蒸蒸糕、三鲜米饺、羊肉米粉等等。成都虽位于西南，却也擅长面食，如担担面、奶汤面、豆花面、宋嫂面、红烧牛肉面、凉面、钟水饺、龙抄手、龙眼包子、韩包子、鲜花饼、层层酥、芝麻萝卜饼、波丝油糕、蛋烘糕等等都是成都小吃中的名品。

川式面点制作技艺精湛，技法多样，讲究色、香、味、形、质俱佳。如“金丝面”其面丝之细，能穿过缝衣小针孔，用火柴一点即着，食之口感爽滑筋道，蛋香浓郁；而金丝面的制作技艺中包含“四绝”：用料绝、擀制绝、刀工绝、煮制绝。又如名点“波丝油糕”，用烫面加油炸制而成，造型美观，质地极为细腻，口感滋润，香甜爽口。而波丝油糕所特有的造型不是依靠手的灵巧就能做到，其造型主要是在面团调制和成熟过程中形成：在调制坯团时准确掌握油脂的加入量，油炸成熟时准确掌握油温。这些都充分体现了成都小吃技艺的精深。





成都小吃风味独特，具有浓郁的地方特色。众所周知，川菜不仅味型多样，而且擅长用汤，烹制方法多样。这些特点也被面点厨师充分吸收，并在面点制作中很好地加以运用和发挥。如面条的面臊，不仅用料广泛，有鸡、鸭、肉、鱼、蛋、海产品、菌、笋、动物内脏等，烹制方法除一般的烧、烩、炖、炒之外还有独特的干泼；味型有清鲜的、浓厚的，常用的口味就有香甜、咸甜、椒麻、红油、怪味、家常、麻辣、咸鲜、糖醋、芥末、蒜泥等十余种，而每一种口味针对不同的品种又有不同的使用方法和变化。成都在复合味调制方面，讲究一味为主，他味相辅，各味兼备，相得益彰。如成都的铜井巷素面、钟水饺、豆花面、旋子凉粉等，入口辣香浓郁，辣中突出咸鲜，回味中略带甜酸，虽然是辣味小吃，但辣的分寸不一，各有千秋。正因如此，成都小吃以其独特、浓厚的风味特色闻名于世。

成都小吃大体可分为席点、传统小吃、通俗小吃、创新小吃四类。如波丝油糕、杏仁豆腐、冰汁哈士膜、金丝面、银丝面等品种，或用料高档，或制作精细，为小吃中的上品，常陈于高级筵席，是为席点。龙抄手、钟水饺、担担面、鸡丝凉面、玻璃烧麦、龙眼包子、韩包子、蛋烘糕之类，传统风味较浓，历史悠久，可视为传统小吃的代表。酸辣粉、肥肠粉、火锅粉、旋子凉粉、煮凉粉、酸辣豆花之类小吃，用料制法简单而风味独特，深受大众喜爱，可视之为通俗小吃。酵母馒头、泡菜米果、黄金发发饼、核桃奶酥饼、芝士紫薇饼等小吃品种，从用料、制作工艺、口味等方面超越传统框架习惯，更多地运用现代食品原材





料、设备器具、制作工艺，注重口味的同时讲求营养，此类品种可视之为创新小吃。如馒头用酵母发酵，制作工艺由难变易，省去难度较大的扎碱工序；又如蛋糕配料中添加蛋糕油（蛋糕乳化起泡剂），制作工艺和蛋糕品质都得到极大改善；芝士紫薇饼中运用了奶酪，产品营养价值也有了提升。

成都小吃素以品种丰富、味美价廉而闻名，只需花几元钱就可饱餐一顿。成都的小吃店鳞次栉比，无论大街小巷随处可见。这早已为来蓉旅游、出差的外地人称道不已。随着时代的变迁，社会的发展，从20世纪70年代，西方的快餐业开始蓬勃发展，至今已成为餐饮业的重要内容，成为出差、旅游、商务往来等流动人口和工薪阶层、学生以及人们在外活动就餐不可缺少的一种需求。快餐品种的特点体现在：制售快捷，食用便利，营养均衡，服务简便，价格低廉。由此可见，成都小吃在发展中式快餐上占据了优势，即适宜开设产销一体化单店式经营的传统快餐店，又适宜开设连锁经营的现代快餐店。

本书旨在介绍成都地区闻名遐迩的传统小吃、通俗大众化小吃及部分创新小吃和席点。对书中所选品种按照成熟方法加以归类，并在每一个品种后面附上一条相关的小知识，期望读者从中了解和掌握与小吃制作相关的一些基础知识、典故，对于操作技术的掌握起到有益的帮助。

