

主 编 李承智

副主编 瞿丽君

KeChi

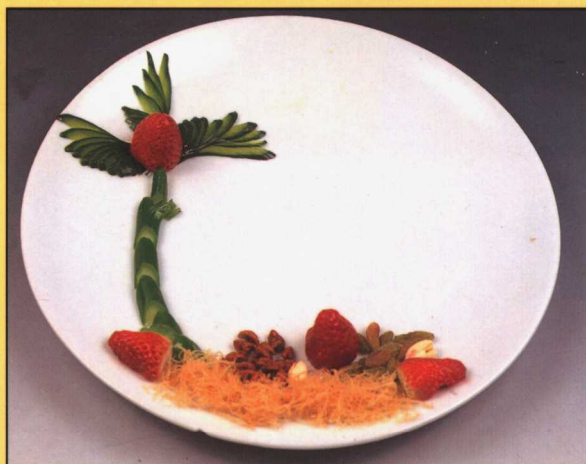
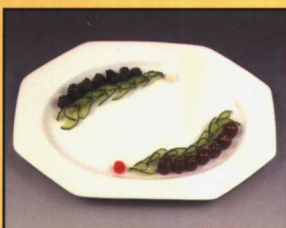
陆金华
设计制作

可吃

菜肴围边图谱



上海文化出版社



CaiYaoWeiBianTuPu

主 编 李承智

副主编 瞿丽君

陆金华 设计制作

可吃 菜肴围边图谱

图书在版编目(CIP)数据

可吃菜肴围边图谱/李承智主编,瞿丽君副主编,陆金华设计制作.

- 上海:上海文化出版社,2002.6

ISBN 7-80646-433-6

I.可… II.①李… ②瞿… ③陆… III.菜谱-装饰雕塑-图谱

IV.TS972.114-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 030693 号

责任编辑:赵志勤

封面设计:周艳梅

摄影:高贵林

可吃菜肴围边图谱

主 编 李承智

副主编 瞿丽君

上海文化出版社出版、发行

上海绍兴路74号

电子邮件:csbcm@public1.sta.net.cn 网址:www.sbcm.com

新华书店经销

上海精英彩色印务有限公司印刷

开本 889×1194 1/24 印张 4.25 图、文 96 面

2002 年 6 月第 1 版 2002 年 6 月第 1 次印刷

印数:1—6,100 册

ISBN 7-80646-433-6/TS·228

定价:20.00 元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

T:021-56941616



可吃围边设计、制作者：陆金华

国家级高级技师、上海金门大酒店（原华侨饭店）总经理助理、总厨。

1988年全国第二届烹饪大奖赛三项（热菜、冷菜、点心）全能奖获得者。



前 言

十年前陆金华先生作的全国第一本《菜肴围边集锦》，曾在全国烹饪界和读者中引起关注，菜肴围边也因此而名声远扬。今天，陆金华先生经过多年探索和开发，又将全国第一本《可吃菜肴围边图谱》奉献给全国广大读者。

陆金华先生为国家级高级中式烹调技师，又担任酒店的领导工作，是技术、管理双肩挑的高手。他多次参加国宴制作，并多次为国家领导人制作菜肴。特别是他总负责 1999 年《财富》全球论坛 1200 人的宴会，获得成功并受到外国友人的赞赏。可吃菜肴围边，即是他这些年来多次制作国宴所摸索和开发出来的围边新作。它的推出对国人饮食习惯的改变以及中国饮食文化的发展，将会产生较大的影响。

“可吃围边”的优点是：1.用料广泛。除了传统的蔬菜瓜果以外，还

采用了风味闲食及新鲜水果。闲食类有糖果、饼干、炒货、蜜饯、蛋类、鱼干，还有充满童趣的迷你糖。水果类有橘子、苹果、龙眼、葡萄、草莓、西瓜等，并巧妙地把甘蔗也用上了。2.操作简便。不需专用刀具，一把菜刀，一把小刀，利用原料的自然形态设计摆谱，人人会做。3.便于创作。由于原料利用的广泛性，拓展了创作的思路。

本书最后的席位分食的围边，画面精美，原料可口，有一定的量。小盘制作，每人一盘，很受欢迎。

可吃围边的制作，一定要严格执行操作制度，确保卫生安全，万无一失。

对本书中的不足之处，请不吝指正。

目 录

前言

菜肴围边原料	1
--------------	---

风味闲食

一、	麻花类	(图1~6)	2
二、	脆耳饼类	(图7~12)	4
三、	饼干类	(图13~18)	6
四、	麻饼类	(图19~23)	8
五、	蛋卷类	(图24~26)	9
六、	吐司类	(图27~29)	10
七、	鸳鸯糕类	(图30~33)	11
八、	锅巴类	(图34~35)	13
九、	澄粉桃类	(图36~37)	13
十、	杂果类	(图38~42)	14
十一、	核桃类	(图43~46)	16
十二、	枣子类	(图47~53)	17
十三、	蜜饯类	(图54~61)	19
十四、	青豆类	(图62~64)	22
十五、	栗子类	(图65~67)	23
十六、	鱼皮花生类	(图68~70)	24
十七、	迷你糖类	(图71~73)	25
十八、	蛋类	(图74~83)	26
十九、	红肠类	(图84~89)	29
二十、	鱼干类	(图90~93)	31
二十一、	土豆松类	(图94~97)	33
二十二、	鱼松类	(图98~100)	34

新鲜水果

二十三、	草莓类	(图101~112)	36
------	-----	------------------	----

二十四、	橘子类	(图113~120)	40
二十五、	黄桃类	(图121~130)	42
二十六、	葡萄类	(图131~135)	46
二十七、	甜橙类	(图136~143)	47
二十八、	甘蔗类	(图144~149)	50
二十九、	苹果类	(图150~155)	52
三十、	猕猴桃类	(图156~160)	54
三十一、	杨桃类	(图161~164)	56
三十二、	西瓜类	(图165~168)	57
三十三、	白兰瓜类	(图169)	58
三十四、	龙眼类	(图170~173)	59
三十五、	菠萝类	(图174~176)	60
三十六、	火龙果类	(图177~178)	61
三十七、	红樱桃类	(图179~183)	62

绿色蔬菜

三十八、	黄瓜类	(图184~200)	64
三十九、	胡萝卜类	(图201~203)	69
四十、	红菜头、心里美类	(图204~206)	70
四十一、	苦瓜类	(图207~215)	71
四十二、	白萝卜类	(图216~219)	74
四十三、	番茄类	(图220~231)	76
四十四、	芦笋类	(图232~236)	80
四十五、	玉米笋类	(图237~239)	81
四十六、	橄榄菜类	(图240~242)	82
四十七、	其他	(图243~250)	83

席位分食

四十八、	席位分食	(图251~270)	86
------	------	------------------	----

菜肴围边原料

一、生吃的香菜和荷兰芹用作菜肴围边,最为广泛。生吃香菜已很普遍,但对荷兰芹的口味还不习惯。其实荷兰芹清香爽嫩,不妨多试试。香菜质地软嫩,易打蔫;荷兰芹较有骨子,摆得起。可根据需要选用。

二、无土栽培的绿色食品红甜椒、绿甜椒、黄甜椒,生吃清香、甜脆,很可口。黄瓜、胡萝卜生吃已很普遍,如将其做成糖醋则更入味。将原料加少许盐腌渍,滗去盐水,加入白醋(可保持原有色泽)、糖,腌渍成糖醋味。黄瓜用盐腌渍后,滗干,加少许味精,成咸鲜味。如再加入蒜油,则更添蒜香。

三、芦笋、橄榄菜、青菜、竹荪、苦瓜、香菇都要先熟制。把原料投入沸水锅中焯水,沥干,加入少许盐、味精拌匀。苦瓜中还要加少许糖,以减少苦味。



风味闲食

Feng Wei Xian Shi

一、麻花类:

1. 麻花、红甜椒、黄甜椒、绿甜椒、荷兰芹、山楂卷。
2. 麻花、甜橙、红樱桃、白萝卜、香菜。
3. 麻花、开心果、红樱桃、鱼松、黄瓜。



1.

2.



3.



4. 麻花、山枣、香菜、黄瓜、巧克力。
5. 麻花、杏脯、黄甜椒、黄瓜、红樱桃、荷兰芹。
6. 麻花、红樱桃、黄瓜。



二、脆耳饼类:

7.脆耳饼、麻花、红樱桃、黄瓜、荷兰芹。

8.脆耳饼、心里美、胡萝卜、黄瓜。

9.脆耳饼、红樱桃、黄瓜、杏脯。



7.



8.



9.

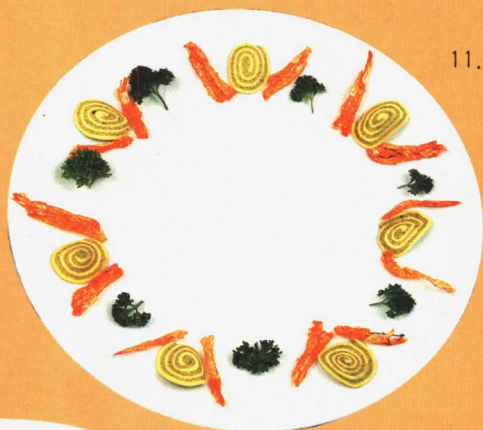
10.脆耳饼、橄榄菜、红枣、黄瓜、胡萝卜。

11.脆耳饼、辣味虾、荷兰芹。

12.脆耳饼、红樱桃、芦笋、红椒、香菜。



10.



11.



12.

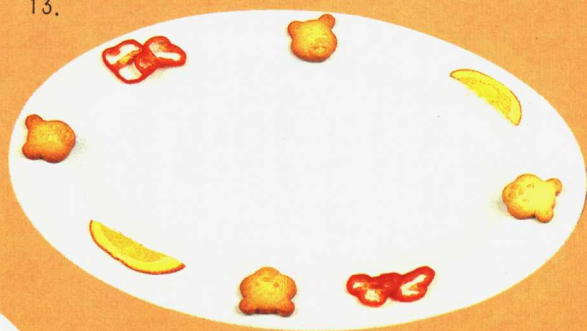
三、饼干类:

13. 饼干、甜橙、红甜椒。

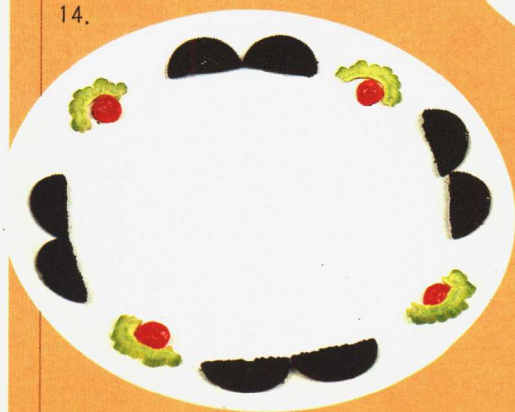
14. 饼干、红樱桃、苦瓜。

15. 饼干、樱桃番茄、荷兰芹。

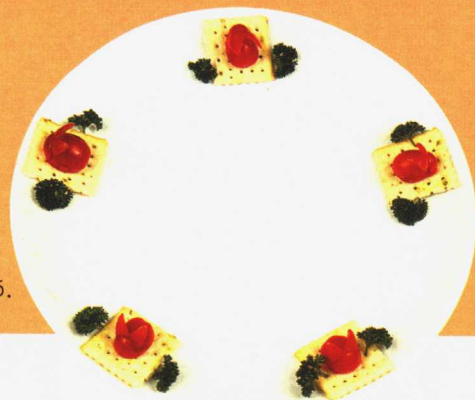
13.



14.



15.



16. 饼干、草莓、黄瓜。

17. 饼干、红樱桃、樱桃番茄、甜橙、黄瓜、荷兰芹。

18. 饼干、草莓、荷兰芹、红樱桃。



四、麻饼类:

19.麻饼、胡萝卜干(蜜饯)、荷兰芹。

20.麻饼、橘子、猕猴桃、黄瓜。

21.麻条、橘子、红樱桃、黄瓜。

19.



20.



21.



22.麻球、巧克力、樱桃番茄、黄瓜、荷兰芹。

23.麻球、胡萝卜干(蜜饯)、黄瓜、红樱桃、香菜。

22.



23.



24.



五、蛋卷类:

24.蛋卷、甜橙、杏脯、黄瓜、荷兰芹。