

大厨点拔系列



好吃百饺园

HAO CHI BAI JIAO YUAN

主编：毕连克 郭立久



天津科技翻译出版公司

大厨点拔系列

好吃百饺园

名誉主编:杨春生

主 编:毕连克 郭立久

编写人员:韩 强 冯少波 刘渝江 贺景玉



天津科技翻译出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

好吃百饺园 / 毕连克, 郭立久主编. —天津: 天津科技翻译出版公司, 2006.1

(“大厨点拨”系列丛书)

ISBN 7-5433-1943-8

I. 好... II. ①毕... ②郭... III. 面食—食谱—天津市 IV. TS972.132

中国版本图书馆CIP数据核字 (2005) 第148343号

出 版: 天津科技翻译出版公司

出 版 人: 蔡 颢

地 址: 天津市南开区白堤路244号

邮政编码: 300192

电 话: 022-87894896

传 真: 022-87895650

网 址: www.tsttpc.com

印 刷: 高等教育出版社印刷厂

发 行: 全国新华书店

版本记录: 889 × 1194 1/24 4 印张 90 千字

2006年1月第1版 2006年1月第1次印刷

定价: 22.00元

(如发现印装问题, 可与出版社调换)



前言

在饺子文化中,一路领跑的天津百饺园以 229 种饺子开创吉尼斯世界之最,在此基础上,现已研制出 300 多种馅心的饺子,被人们誉为“饺子王国”。为了让更多的人了解天津百饺园,知晓包饺子的多彩世界,特编写《好吃百饺园》一书,以使广大读者享受饺子文化所带来的乐趣。

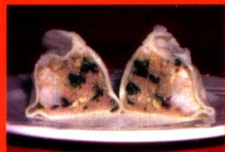
饺子是一种历史悠久的民间吃食。据有关资料介绍,1978 年 10 月,考古工作者在山东滕县的薛国故城,发掘了一座薛国君主墓。在出土的一套铜礼器中,有一个锈蚀了的铜食器,打开一看,只见里面整整齐齐地排列着白色食品,都呈三角形,每个 5~6 厘米,最宽处 3.5~4 厘米,从形制上看,这一食品应该是饺子。薛国是春秋晚期的诸侯小国,距今已有 2500 多年的历史。古书中最早记载饺子的是三国时期魏人张揖著的《广雅》。其中记载,那时已有形如月牙称为“馄饨”的食品,和现在的饺子形状基本类似。到南北朝时,馄饨“形如偃月,天下通食”,煮熟以后,不是捞出来单独吃,而是和汤一起盛在碗里混着吃。到了唐代,饺子已经变得和现在的饺子一模一样。宋代的饺子馅料已经很讲究了,宫廷御宴的饺子有名贵的驼峰馅,市井乡间还有鲜美的蟹肉馅。宋代大诗人陆游在《与村邻聚饮诗》中,描写了他吃过的蟹肉饺子:“蟹供牢丸美,鱼煮脍残香。”陆游所说的“牢丸”就是饺子的一种古称。元朝称饺子为“扁食”。明代的书中已经将“角子”称为“饺”了。清朝时,出现了诸如“饺儿”、“水点心”、“煮饽饽”等有关饺子的新的称谓。

自古以来,饺子就被视为吉利的象征。本书《好吃百饺园》结合现代人的口味,介绍了各种不同水饺的特色,从饺子的包法、蒸法到馅料的组合、搭配均予以详尽的介绍,只要阅读必定有益,并可参考动手操作。因才疏学浅,本书不足在所难免,诚愿广大读者赐教、指正。

郭立久

2005 年 12 月

目 录



百饺铭 / 1

猪肉三鲜饺 / 3

猪肉胡萝卜饺 / 5

猪肉青椒饺 / 7

猪肉莲藕饺 / 9

猪肉茴香饺 / 11

猪肉冬瓜饺 / 13

猪肉黄瓜饺 / 15

松仁鸭蛋黄饺 / 17

香菇鸭肉饺 / 19

牛肉西红柿饺 / 21

咖喱牛肉饺 / 23

羊肉香菜饺 / 25

羊肉香菇饺 / 27

素三鲜饺 / 29

津味素饺 / 31

鸡蛋黄瓜粉丝饺 / 33

双茄香菜素饺 / 35

香椿鸡蛋饺 / 37

鸡蛋冬瓜粉丝饺 / 39

鸡蛋香菇油菜饺 / 41

鸡蛋野山菌饺 / 43

松仁鱼米饺 / 45

鲜鲮鱼水饺 / 47

鱼肉韭莱饺 / 49

鱼肉蛋黄饺 / 51

全贝鲜鱼饺 / 53

红子银雪鱼饺 / 55

虾仁芹菜饺 / 57

虾仁冬瓜饺 / 59

海三鲜饺 / 61

鲜虾水饺 / 63

虾皇豆腐饺 / 65

皮皮虾水饺 / 67

蟹三鲜饺 / 69

蟹黄水饺 / 71

鲜蟹水饺 / 73

山楂银耳饺 / 75

青笋虾仁煎饺 / 77

羊肉西葫煎饺 / 79

猪肉山野莱煎饺 / 81

虾仁倭瓜蒸饺 / 83

五香驴肉蒸饺 / 85

香葱叉烧蒸饺 / 87

韭黄墨鱼上汤饺 / 89

什锦酥饺 / 91

百 饺 铭

天津百饺园餐饮发展有限公司总经理 毕连克



古往今来,除夕更岁,普天同享,饺子盛宴。中华民族素以美食名扬世界,饺子更是老少咸宜,人人喜食,且衍生了许多吃的文化,初一破五,月满佳节,入伏冬至,立秋春分,乃至喜寿庆宴,催生钱友,餐桌上一一定是薄皮大馅,热气腾腾的饺子。小小的饺子包罗万香,容进了人们无限的期盼。

百饺园秉承传统,荟萃精华,励志创新,以三百余种饺子,位居餐饮业之冠。选燕鲍翅肚参,鸡鸭鱼肉虫,时蔬果钱,山菌野菜,调密制复合料制成美味馅心;取黑米、玉米、大米、高粱、荞麦、燕麦、小麦专方制成爽口面皮;用捏、挤、压、索、扣、叠等工艺手法制成多种造型;以蒸、炸、煮、烙、煎致熟技法制成甘、酸、苦、辛、咸味型丰富的饺子。五味中求平衡,清鲜中求醇浓,麻辣中求柔和,口感中求层次。集海味山珍,汇杂粮五谷,以当代营养界公认最有效保存营养成分之蒸煮技法,成为人们推崇的营养健康精品,堪称百饺百味。

猪肉三鲜饺



猪肉三鲜饺

作者：天津百饺园 冯少波

猪五花肉



鸡蛋



木耳



韭菜



虾仁



原料

面粉、猪五花肉、鸡蛋、木耳、韭菜、虾仁。

制作

1. 将绞好的猪五花肉加入调味料,顺时搅拌上劲后即为坯子馅。

2. 鸡蛋炒熟晾凉剁碎,韭菜洗净切成粒,木耳去根洗净、剁碎,虾仁去虾线洗净备用。

3. 将鸡蛋、木耳、韭菜、虾仁按比例放入肉坯子里,加入调味料,搅拌均匀,即成馅料。

4. 将和好的面团搓揉成条,做成面剂,擀成面皮,放入馅料,包制成饺子。

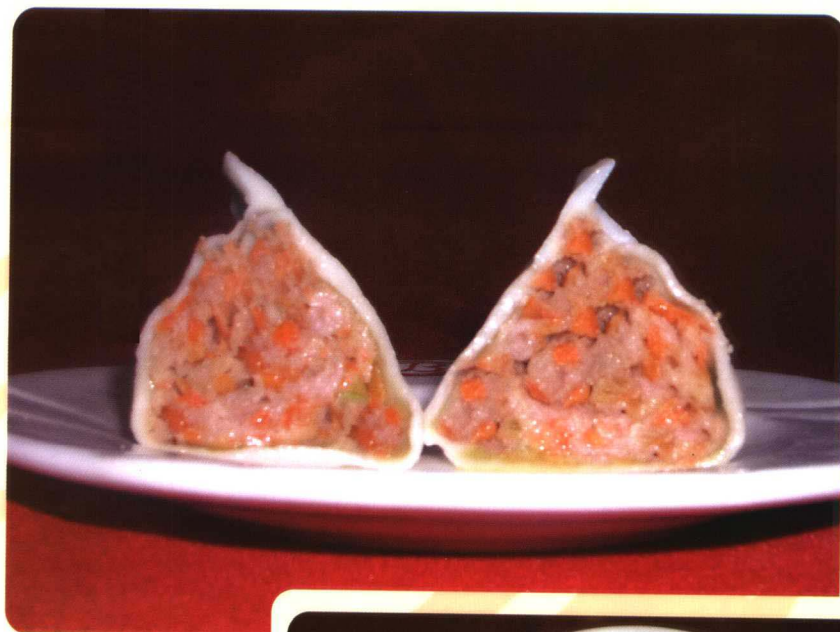
5. 沸水下入饺子煮熟即可。

调料

盐、味精、鸡粉、香油、白胡椒、料酒、姜汁、酱油。

【点评】 皮薄馅大,呈元宝形,爽滑筋道,咸鲜味浓,鲜香味美。

猪肉胡萝卜饺



猪肉胡萝卜饺

作者：天津百饺园 贺景玉

猪五花肉



胡萝卜



葱



姜



原料

面粉、猪五花肉、胡萝卜。

调料

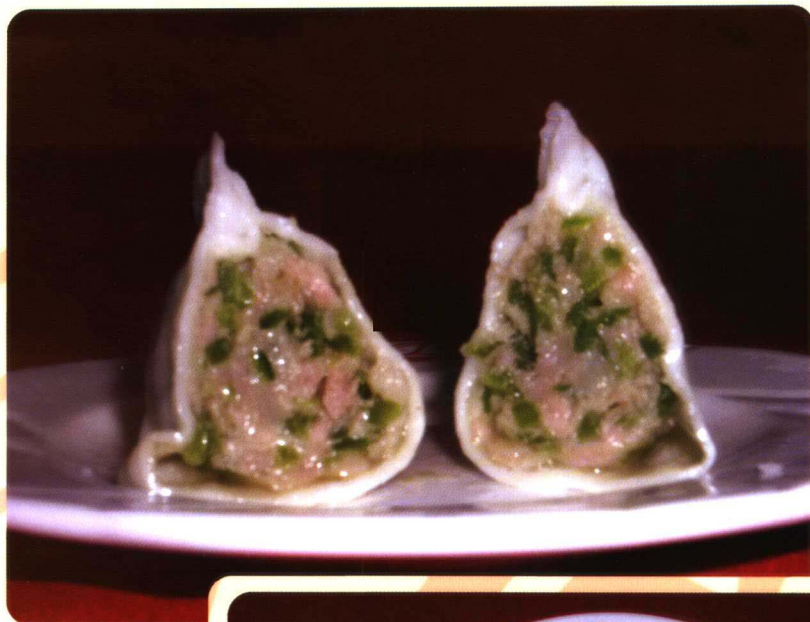
盐、味精、鸡粉、香油、白胡椒、料酒、葱、姜汁、酱油。

制作

1. 将绞好的猪五花肉加入调味料,顺时搅拌上劲后即为坯子馅。
2. 胡萝卜洗净,擦成丝待用。
3. 将擦好的胡萝卜丝按比例加入肉坯子里,搅拌均匀,即成馅料。
4. 将和好的面团搓揉成条,做成面剂,擀成面皮,放入馅料,包制成饺子。
5. 沸水下入饺子煮熟即可。

【点评】 皮滑筋道,馅香味美,营养丰富。

猪肉青椒饺



猪肉青椒饺

作者：天津百校园 李润田

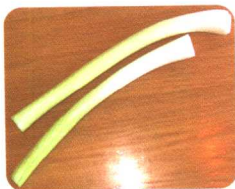
猪五花肉



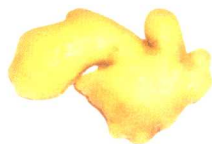
青椒



葱



姜



原料

面粉、猪五花肉、青椒。

调料

盐、味精、鸡粉、香油、白胡椒、料酒、姜、葱、酱油。

制作

1. 将绞好的猪五花肉加入调味料,顺时搅拌上劲后即为止馅。
2. 将青椒洗净去籽,切成小丁待用。
3. 将切好的青椒丁按比例放入肉馅子里,加入调味料,搅拌均匀,即成馅料。
4. 将和好的面团搓揉成条,做成面剂,擀成面皮,放入馅料,包制成饺子。
5. 沸水下入饺子煮熟即可。

【点评】 清香怡人,肉嫩椒脆。

猪肉莲藕饺



猪肉莲藕饺

作者：天津百饺园 纪 军

猪五花肉



莲藕



葱



姜



原料

面粉、猪五花肉、莲藕。

调料

盐、味精、鸡粉、香油、白胡椒、料酒、姜、葱、酱油。

制作

1. 将绞好的猪五花肉加入调味料,顺时搅拌上劲后即为坯子馅。
2. 将莲藕去皮洗净,切成小丁,冲水后待用。
3. 将莲藕丁按比例放入肉坯子里,加入调味料,搅拌均匀,即成馅料。
4. 将和好的面团搓揉成条,做成面剂,擀成面皮,放入馅料,包制成饺子。
5. 沸水下入饺子煮熟即可。

【点评】 猪肉鲜香,莲藕脆爽,面皮筋道,口味独特。

猪肉茴香饺



猪肉茴香饺

作者：天津百饺园 贺景玉

猪五花肉



茴香



姜



原料

面粉、猪五花肉、茴香。

调料

盐、味精、鸡粉、香油、白胡椒、料酒、姜末、酱油。

制作

1. 将绞好的猪五花肉加入调味料,顺时搅拌上劲后即成坯子馅。
2. 茴香去根洗净,顶刀切成粒。
3. 将切好的茴香按比例放入肉坯子里,加入调味料,搅拌均匀,即成馅料。
4. 将和好的面团搓揉成条,做成面剂,擀成面皮,放入馅料,包制成饺子。
5. 沸水下入饺子煮熟即可。

【点评】

茴香香味浓郁,肉馅鲜美,皮滑筋道,风味独特。

猪肉冬瓜饺

