

巴國布衣
乡村菜系列

布衣餐饮从书工作室
编

小吃

简单易做 营养健康
风味独特 南北皆宜

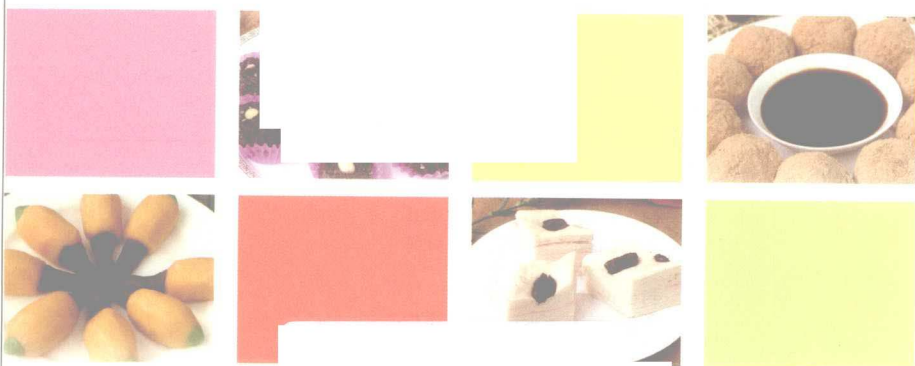


乡村

巴國布衣
乡村菜系列

小吃

乡村



布衣餐饮丛书工作室 编

策划 胡志强 周 明 任海波
统筹 王胜武
摄影 宋和伟

四川出版集团  天地出版社

图书在版编目(CIP)数据

乡村小吃/布衣餐饮丛书工作室编. —成都: 天地出版社, 2009.7

(巴国布衣乡村菜系列)

ISBN 978-7-5455-0167-4

I.乡... II.布... III.菜谱—四川省 IV.TS972.142.71

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第104561号

乡村小吃 XIANGCUN XIAOCHI

作 者 布衣餐饮丛书工作室
策 划 侯安国 李 云 卢亚兵
组 稿 侯安国 卢亚兵
责任编辑 李 云 李婷婷
责任校对 程 于
封面设计 陈 旭 丁 丁
内文设计 阿 林 蔡海儒
电脑制作 跨克创意
责任印制 桑 蓉

出版发行 四川出版集团·天地出版社
(成都市三洞桥路12号 邮政编码: 610031)

网 址 <http://www.tiandiph.com>
电子邮箱 tiandicbs@vip.163.com
博 客 <http://blog.sina.com.cn/tiandiph>
印 刷 四川五洲彩印有限责任公司
版 次 2009年7月第一版
印 次 2009年7月第一次印刷
成品尺寸 170mm×240mm 1/16
印 张 8
字 数 128千
定 价 18.80元
书 号 ISBN 978-7-5455-0167-4

版权所有◆违者必究◆举报有奖

举报电话: (028)87734601(市场部) 87735269(营销部) 87734639(总编室)

前言



1996年，将川东民俗民间文化与餐饮经营相结合的巴国布衣风味酒楼开业。在迅速赢得社会赞誉后不久，管理团队就深刻地意识到餐饮文化建设与餐饮经营本身同样重要，因此，餐饮图书的编辑出版成为公司的一项重要工作。当时公司抽调各方面专业人员，组成以董事长何农为首的布衣餐饮丛书编辑委员会，对巴国布衣经营的菜品进行精心挑选和整理，历时三年，形成一套六册的《巴国布衣烹饪经典》。该套丛书一经推出，就在餐饮界和图书界受到好评，并在第九届全国图书评选中荣获“2000年西南、西北地区优秀科技图书”一等奖。

此后，布衣餐饮丛书编辑委员会又陆续推出《新川菜经典》《新编川味谱》《厨师必读系列》《川菜名厨系列》《四川旅游美食系列》《食疗保健系列》《新大众菜系列》等图文并茂的菜谱类图书及《巴国布衣中餐管理手册》《巴国布衣中餐管理规范》《巴国布衣中式烹任（川菜）大中专教材》等餐饮管理类图书六十余种，为川菜的振兴和四川餐饮文化建设尽到了一己之力。

2009年，在经历了两年的调整之后，布衣餐饮丛书编辑委员会改组为布衣餐饮丛书工作室。工作室沿袭过去的编辑思路，依托巴国布衣全国二十余家连锁店的有利资源，继续从事餐饮类图书的组稿编辑。经过半年的努力，在天地出版社的大力支持下，一套六册的《巴国布衣乡村菜》系列图书呈现在读者面前，希望能得到广大读者的认可和喜爱。

在本套丛书的组稿和编辑过程中，成都巴国布衣餐饮发展有限公司董事长何农及各片区公司领导成军、王峰、陈伟给予了大力支持和帮助；全国各店行政总厨、厨师长刘明友、刘清江、蒋健康、杨军、韩锋、冉有宾、朱波、雷建国、葛林红、李勇、李刚、陈锐、陈咏生、王彬、谭国平、黄槟、张重华、张刚、张朝军提供了菜谱和实际操作；上海公司马仲伟、谢扬，北京公司马显波、谭建明，成都公司舒荣、黄志友、吴锦、徐健康、李佳波等厨师提供了部分菜品制作。值此丛书出版之际，我们对各位同仁的支持、帮助和辛勤劳动表示最衷心的感谢！

布衣餐饮丛书工作室

2009年6月

目录

- | | | | |
|----|-------|----|-------|
| 10 | 蓉和玉米糕 | 18 | 黄粑 |
| | 红宫玉米糕 | | 巴国清明粑 |
| | 玉米糕 | | 珍珠叶儿粑 |
| 11 | 雪花马蹄糕 | 19 | 芽菜叶儿粑 |
| 12 | 巴国芸豆糕 | 20 | 芋头糕 |
| | 巴国青豆糕 | | 腊味糍粑 |
| 13 | 藕丝珍珠糕 | 21 | 野菜粑 |
| | 巴国玉米糕 | | 豆沙叶儿粑 |
| 14 | 黄金糕 | 22 | 民俗水晶饺 |
| | 白糕 | | 泡面水饺 |
| | 饭豆糕 | | |
| 15 | 红糖紫米糕 | | |
| 16 | 红枣千层糕 | | |
| | 红糖凉糕 | | |
| 17 | 荞面发糕 | | |
| | 多彩白蜂糕 | | |



- | | |
|----|-------|
| | 红汤牛肉饺 |
| 23 | 鸡汁蒸饺 |
| 24 | 凉糍粑 |
| | 水晶饺 |
| 25 | 酸菜汤饺 |

- 26 沙馅凉糍粑
豆沙鲈鱼饺



- 27 风车饺
梅花蒸饺
江南百花饺
28 虾仁一品饺
鱼茸鸡冠饺
29 奶香冠顶饺
四喜饺
30 象形刺猬包
蛋黄蒸饺
仁和素菜包
31 小笼汤包
32 酱香蒸饺
翡翠时蔬包
33 韭菜煎饺
鸭香包
34 甜包子
奇味窝窝头
火腿蝴蝶卷

- 35 南瓜小馒头
36 鲜肉包子
奶白小馒头
37 椒盐花卷
香菇菌素菜包
38 香芋卷
豆沙吐司夹
奶黄马蹄卷
39 金秋柿子
40 春卷
钵钵鸡
41 绿沙海棠果
吉庆丰收
42 大象迎春



- 红薯小窝头
金鱼闹莲
43 像生枇杷
44 双桃银耳
母子情深
45 水晶豌豆黄

- | | | | |
|----|-------|----|-------|
| | 双味果 | 55 | 萝卜丝酥饼 |
| 46 | 灯影薯片 | 56 | 陶然脆锅饼 |
| | 白糊芋泥 | | 火葱锅饼 |
| | 麻枣芋泥 | 57 | 香卤烧饼 |
| 47 | 五仁小刺猬 | | 黄金大饼 |
| 48 | 水晶小花篮 | 58 | 椰香芋泥饼 |
| | 荷塘珍珠鳖 | | 葱香软饼 |
| 49 | 香菇烧卖 | | 红苕饼 |
| | | 59 | 空心玉米饼 |
| | | 60 | 茶鸭饼 |
| | | | 像生梅花饼 |
| | | 61 | 酒凉饼 |
| | | | 神仙饼 |
| | | 62 | 红苕煎饼 |
| | | | 葱油饼 |
| | | | 香麻翡翠饼 |
| | | 63 | 青豆饼 |
| 50 | 巴国南瓜饼 | 64 | 土豆薄饼 |
| | 玉米土豆球 | | 淮药酥饼 |
| | 芝麻南瓜饼 | 65 | 韭菜煎饼 |
| 51 | 黄金玉米饼 | | 野菜香煎饼 |
| 52 | 香酥玉米饼 | | |
| | 酥皮南瓜饼 | | |
| 53 | 烧卖 | | |
| | 鲜肉粽子 | | |
| 54 | 南瓜饼 | | |
| | 肉松松饼 | | |
| | 巴国红苕饼 | | |



- 66 酥油包谷粑
香甜糯糍粑
巴谷锅摊
- 67 淮药野菜锅摊
- 68 银杏锅贴
牛肉锅盔
- 69 香蕉薄饼
翡翠锅贴
- 70 艾蒿酥角
脆皮牛肉卷
橙汁角
- 71 风味黄米角
- 72 酥炸糯米角
虾仁糯米蛋卷



- 73 莲蓉珍珠角
芽菜春卷
- 74 豆沙蛋黄酥
红杏虾卷
奶香芋卷
- 75 芋泥吐司卷

- 76 韭菜酥盒
鲜肉香麻卷



- 77 冰橘荷花酥
莲蓉层层酥
- 78 玫瑰海参酥
奶黄三角饼
麻圆
- 79 什果水晶球
- 80 龙眼酥
鲜肉玉带酥
- 81 菊花酥
桂花黄林酥
- 82 像生萝卜仔
小金瓜
黄金玉米条
- 83 糟香什果条
- 84 香酥雪梨果
像生雪梨果
- 85 莲蓉葫芦果
像生果粒胡萝卜

- 86 梅花香自苦寒来
桂花醪糟小圆子
美点葫芦
- 87 吐司牛排
- 88 窝子油糕
软炸土豆条
- 89 陈皮红豆圆子
香麻夹
- 90 珍珠丸子
芝麻圆子
龟苓膏



- 91 椰团
- 92 巴国油醪糟
果味醪糟汤圆
- 93 油醪糟
玉米汤圆
- 94 四喜汤圆
山珍米线
大肠米线
- 95 鸡丝凉面



- 96 翡翠担担面
酸菜面块
- 97 担担面
红烧牛肉面
- 98 炸酱面
麻酱面
奶汤面
- 99 酸辣手擀面
- 100 红宫甜水面
甜水面
- 101 宜宾燃面
什锦炒面
- 102 山珍面疙瘩
三鲜仔耳面
南瓜核桃面
- 103 怪味荞面
- 104 火锅牛肉粉
白家肥肠粉
- 105 炒河粉
炸馄饨
- 106 熘脆皮馄饨
枸杞糟醉豆花

- 醉豆花
- 107 盖碗豆花
- 108 红油抄手
- 牛肉抄手
- 109 酸辣豆花
- 豆腐脑
- 110 雀巢豆腐
- 花生糊
- 松子芝麻糊
- 111 核桃酪
- 112 枸杞芝麻糊
- 杏仁豆腐
- 113 冰渍绿豆沙
- 葱油香粥
- 114 苡仁绿豆粥
- 双蛋粥
- 玉米香油茶



- 115 猪肝粥
- 116 鲫鱼米粥
- 八宝粥

- 117 西米露
- 双蚌粥
- 118 黑芝麻糯米团
- 番茄玉米羹
- 银耳西瓜羹



- 119 三大炮
- 120 苋菜豆腐羹
- 鸡茸玉米羹
- 121 莲子红枣羹
- 南瓜百合羹
- 122 扬州炒饭
- 养颜燕窝
- 松子火腿炒饭
- 123 川北凉粉
- 124 荞麦面疙瘩汤
- 冰粉
- 125 豇豆饭
- 南瓜土豆浓汤



蓉和玉米糕

原材料：糯米粉100克、熟玉米粉150克、生玉米粉150克、吉士粉50克、奶粉50克、白糖

制作过程：

1. 糯米粉、生玉米粉、熟玉米粉、吉士粉、奶粉、白糖加水调和成玉米糊。
2. 用菊花盏装上玉米糊，上笼用旺火蒸熟即成。



红宫玉米糕

原材料：玉米粉500克、大米100克、黄油、白糖、小苏打

制作过程：

1. 大米淘洗净，加入清水泡发后，磨成浆汁。
2. 大米浆汁中加入玉米粉、黄油、清水搅拌均匀，发酵12小时。
3. 发酵好的浆汁中放入小苏打、白糖和匀，上笼蒸约10分钟，切菱形块摆盘即可。

操作秘诀 发酵、上笼蒸的时间要控制好，这样做成的红宫玉米糕才松软可口。



玉米糕

原材料：面粉300克、黏米粉200克、酵母50克、泡打粉100克、玉米粒1听、玉米酱1听、奶粉50克、吉士粉75克、白糖

制作过程：

1. 面粉中加入黏米粉、酵母、泡打粉、玉米粒、玉米酱、奶粉、吉士粉，加水、白糖和匀成玉米浆。
2. 用菊花盏装上玉米浆，上笼用旺火蒸熟即成。

操作秘诀 玉米浆应干稀适度。



雪花马蹄糕

原材料：马蹄粉100克、鲜马蹄100克、白糖

制作过程：

1. 马蹄粉纳盆，用清水调制成浆；鲜马蹄切末。
2. 锅内掺适量清水，放入白糖，烧沸后冲入马蹄浆内，成糊状倒入铁盒内，撒上鲜马蹄末，上笼蒸熟后切菱形块即可。

操作秘诀 马蹄糕蒸熟后，若改刀不成形，则说明蒸制时间过短，糕浆夹生。所以在蒸制时火力要大，时间要够，一般两寸厚的糕至少要蒸40至50分钟才能熟透。



巴国芸豆糕

原材料：糯米粉500克、鹰粟粉100克、猪油、白糖、三花淡奶、核桃仁、什锦果脯

制作过程：

1. 将糯米粉盛入盆内，加入白糖、三花淡奶、鹰粟粉、猪油、适量清水和匀成糊浆状，再倒入方盒内。
2. 在盒内糊浆面上撒上核桃仁、什锦果脯，上笼蒸熟，待冷却后切成菱形块即成。

操作秘诀 和糕浆时，水的比例应适当，否则蒸出的豆糕会不成形。

巴国青豆糕

原材料：青豌豆500克、面粉100克、泡打粉50克、白糖

制作过程：

1. 将青豌豆洗干净，倒入锅内煮烂后，压烂成茸。（茸，在我国部分地方又作“蓉”，如蒜蓉、葱蓉等。）
2. 将豌豆茸倒入盆内，加入面粉、白糖、泡打粉、清水和匀，做成圆形，上笼蒸熟即可。

操作秘诀 一定要将煮烂的青豌豆压茸后再加入面粉及其他配料，这样口感才好。





藕丝珍珠糕

原材料：鲜藕500克、糯米粉200克、西米100克、白糖、番茄汁

制作过程：

1. 藕洗净，去皮，切成细丝，再用清水漂洗；西米煮熟透。
2. 将藕丝挤干水分，加入白糖、糯米粉、番茄汁拌匀，然后上笼蒸熟，取出粘上西米，改刀成菱形，装盘即成。

操作秘诀 西米应粘均匀，外观方诱人。

巴国玉米糕

原材料：嫩玉米500克、米粉50克、玉米粉50克、面粉50克、吉士粉50克、泡打粉50克、奶粉、白糖

制作过程：

1. 将嫩玉米粒淘洗干净，放入盆内上笼蒸熟，取出后微冷即加入面粉、米粉、玉米粉、吉士粉、泡打粉、奶粉、白糖、水和匀成嫩玉米浆。
2. 用菊花盏装上和匀的嫩玉米浆，再上笼用旺火蒸熟即成。

操作秘诀 玉米浆的干稀应适度。





黄金糕

原材料：米粉200克、淀粉20克、鸡蛋1个、砂糖、牛油、椰汁

制作过程：

1. 米粉、淀粉、砂糖、牛油、椰汁、蛋液装入盒内，用搅拌器搅拌均匀，然后注入少量清水稍加搅拌，倒入一小方盒内。
2. 采用隔水焗的方式将糕制熟，取出，用刀改成片状，上笼蒸热即可。

操作秘诀 焗 即利用蒸汽使密闭容器中的食物变熟。



白糕

原材料：大米粉500克、酵母50克、白糖、小苏打

制作过程：

1. 将大米粉和酵母加水调和成浆。
2. 大米浆中加入白糖、小苏打，和匀。
3. 圆形模具内铺白纱布，分别舀入浆汁，上笼用旺火蒸12分钟即成。

操作秘诀 大米浆中加入少量小苏打再蒸，可避免蒸出的白糕发酸。



饭豆糕

原材料：饭豆200克、面粉200克、干酵母20克、泡打粉20克、白糖

制作过程：

1. 饭豆淘洗干净后加入清水煮烂。
2. 煮烂的饭豆沥干水后加入面粉、白糖、干酵母、泡打粉、清水和成面浆（干稀适度），再放入9寸方盒内刮平表面，上笼用旺火蒸熟后冷却，切成菱形块即成。

操作秘诀 如夏季冷吃，此糕不能放入冰箱，应放入恒温柜内，取出食用时才不会发硬。



红糖紫米糕

原材料：紫米300克、糯米300克、熟芝麻30克、红糖、白糖、葡萄干、熟花生仁

➡ 制作过程：

1. 紫米提前泡发10小时以上，捞出；将糯米淘洗净，加入紫米中。
2. 将紫米、糯米上笼蒸熟，趁热拌入红糖、白糖、葡萄干。
3. 取一模具，铺上保鲜膜，将拌好的紫米、糯米装入其中，压紧实，面上放熟花生仁即可。

操作秘诀 如无模具，可将蒸熟的紫米、糯米直接捏成圆球。



红枣千层糕

原材料：面粉200克、干酵母20克、泡打粉20克、猪油、白糖、肥膘丁、红枣粒

制作过程：

1. 将面粉过筛后纳盆，加入白糖、猪油、干酵母、泡打粉、水和匀成面团。
2. 用压面机把面团压过后切成长方形，面上刷上一层猪油，撒上一层面粉，对折后擀成长方形，再刷猪油撒肥膘丁、面粉，重复3至4次，最后擀成长方形，面上洒水，粘上红枣粒（红枣一切二去粒），上笼蒸熟即成。

操作秘诀 糕蒸出来后，会出现层次不分明，粘在一起的现象。要解决这个问题，要求握擀面杖时手要平、要稳，动作要快，每层刷油后，撒粉要均匀，折叠要快，反复擀制、折叠，直到符合要求为止。

红糖凉糕

原材料：糯米1000克、红枣250克、青红丝50克、山楂50克、红糖

制作过程：

1. 将糯米浸泡20个小时，洗净，上笼蒸1小时，中间洒1至2次水。
2. 将红枣、山楂洗净切丁；红糖加水煮化，熬成糖汁备用。
3. 蒸好的糯米压成泥，倒入盆中，加入红枣丁、青红丝、山楂丁拌匀，装入抹油的盘中压平（约2厘米厚），用纱布盖住，放入冰箱制冷后，用刀切成块，淋上糖汁即成。

操作秘诀 糯米要浸泡透，不然蒸不熟；红糖汁用纱布过滤一下。

