

中国

南北名小吃

「晓书 主编」

南北小吃 应有尽有

风味各异 营养丰富

中国
小吃

金盾出版社



中国

与北名小

（一）

（二）

（三）



中国南北名小吃

主 编 晓 书

副主编 岳 彪 然

编 著 马良君 汪 东 肖平辉
李永红 黄东平 覃红宇

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

这是一本专门介绍小吃制作的大众食谱书。书中对当今中国南北各地广为流行并深受欢迎的各种风味小吃,从特点、用料、制法到操作要领,作了详尽介绍,并对各个区域的小吃的历史、特色、代表作作了简明扼要的概述。全书按不同地区分为七大类,共500多个品种。本书内容翔实,技法可靠,易懂好学,可操作性强,集科学性、知识性、实用性于一体,是一本十分难得的小吃谱。本书不仅可供大小饭店酒家和各级厨师培训学校学习参考,也很适合广大家庭及烹饪爱好者阅读使用。

图书在版编目(CIP)数据

中国南北名小吃/晓书主编. —北京:金盾出版社,2009.1
ISBN 978-7-5082-5279-7

I. 中… II. 晓… III. 食谱—中国 IV. TS972.142

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第130072号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩色印刷有限公司

彩页正文印刷:北京外文印刷厂

装订:东杨庄装订厂

各地新华书店经销

开本:880×1230 1/32 印张:11 彩页:8 字数:210千字

2009年1月第1版第1次印刷

印数:1~10000册 定价:22.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



前言

中国烹调已有五千年的历史，它不仅有由历代宫廷菜、官府菜及各地不同菜系所组成的丰富多彩的中国菜肴，还有许许多多独具特色的地方风味小吃。小吃作为中国烹饪的重要组成部分，其高超的制作技艺和丰富的文化内涵令人赞叹，其色、香、味、形、器等构成了一幅幅绚丽多彩的美丽画卷，使无数海内外食客为之倾倒。中国小吃在全中国乃至全世界都深受欢迎，令人向往，已成为一道独特的美食风景线。

据历史考证，中国小吃同菜肴一样发源于春秋战国时期，在汉晋已初现轮廓，至隋唐五代有了较大发展，两宋时期完全形成。到了明清，由于已形成多种地方菜系的雏形，特别是四大菜系自成体系，从而对小吃的发展产生了很大影响。当时，山东风味主要包括京津等北方地区的风味菜及小吃，江苏风味主要包括江、浙、皖等华东地区的风味菜及小吃，广东风味主要包括闽、台、潮、琼等华南地区的风味菜及小吃，四川风味主要包括湘、鄂、黔、滇等华中、华南地区的风味菜及小吃。到了清末时期，由于烹饪技术的不断创新与发展，又出现分支并独立，形成了由川、鲁、苏、粤和浙、闽、湘、徽组成的八大菜系，此后又增加了京、沪两支，于是便有了十大菜系之说。各地的小吃也随之更加丰富多彩，更具地方特色。同时，还有不少少数民族小吃，也很有特点，成为小吃中的精品。晚清以后，不少菜肴与小吃在周边地区和国家已有相当大的影响，到如今，

各种中国风味的小吃餐馆已遍布全国和世界各地,享誉海内外。

我国国土辽阔,人口众多,历史悠久,由于各地自然条件、经济文化发展水平和风俗习惯的不同,因此在小吃的用料、制法及口味上形成了不同的风味与特色。中国小吃品种繁多,难以计数,仅著名的小吃就不下数百种。这些小吃,选料讲究,制作精细,特色鲜明,价廉味美,深受大众喜爱。例如:北京的驴打滚、艾窝窝、豆汁,天津的狗不理包子、桂发祥大麻花、耳朵眼炸糕,上海的阳春面、南翔小笼馒头、小绍兴鸡粥,四川的担担面、龙抄手、赖汤圆,浙江的嘉兴粽子、宁波汤团,江苏的黄桥烧饼、扬州炒饭,陕西的羊肉泡馍、汉中凉皮,山西的刀削面、莜面窝窝,湖北的三鲜豆皮,云南的过桥米线,广东的皮蛋瘦肉粥,东北的朝鲜冷面,以及台湾、香港地区的一些名小吃,等等。这些风味各异的美味小吃,就像一朵朵艳丽夺目的鲜花,在中华饮食的百花园里常开不败而备受人们青睐。

新中国成立后,特别是改革开放 30 年来,随着国民经济的快速发展和人民生活水平的不断提高,国内餐饮市场空前繁荣,各种风味小吃层出不穷。其中,既有大量经久不衰的传统品种,也有不少中西结合的创新品种,可谓异彩纷呈,美不胜收。全国各地举办的各种不同风味、不同层次的小吃大赛和评选活动,使小吃的花色越来越多,小吃的质量不断提高。许多饭店都将知名小吃作为食谱中不可或缺的内容推荐给消费者,不少家庭及美食爱好者也在学做试制一些特色小吃,以丰富自己的日常饮食,增添生活的乐趣。正是为了适应市场的这种形势及需求,本社多年来先后出版发行了《上海小吃》、《北京风味小吃》、《成都风味小吃》、《四川风味小吃》等一系列介绍各地风味小吃的食谱书,这些书均很受市场欢迎,一印再

印。现在,根据餐饮市场和广大读者的需求,我们此次从中国南北各地数千种风味小吃中,精选了500种最受欢迎、最具代表性的品种,汇集成这本《中国南北名小吃》。书中简明而具体地讲授了各种小吃的用料、制法、操作要领和风味特点。与以往出版的同类书相比,内容更丰富,南北兼顾,品种齐全,应有尽有,更能满足餐馆酒家和广大消费者的需求,可谓一书在手,天下名优小吃任你选任你尝。

本书内容翔实,技法实用,易懂好学,可操作性强,不仅可供大小饭店经营参考,也很适合广大家庭及烹饪爱好者学习使用,对于烹饪学校和厨师培训班的师生来说,也是一本很好的辅助教材。

由于水平有限,书中难免有疏漏之处,恳望广大读者特别是同行专家批评指正。

编 者



东北地区

辽宁名小吃(9)

老边饺子	(1)	馨香灌汤包	(4)
回宝珍饺子	(2)	奶油马蹄酥	(5)
老山记馅饼	(3)	义县伊斯兰烧饼	(5)
王麻子锅贴	(3)	马家烧麦	(6)
沟帮子水馅包	(4)		

吉林名小吃(11)

高汤元宝	(7)	南极一角	(10)
带馅麻花	(8)	新兴园蒸饺	(11)
会友发包子	(8)	江城蒸饺	(11)
杨家吊炉饼	(9)	打糕	(12)
李连贵熏肉大饼	(9)	延边冷面	(12)
三杖饼	(10)		

黑龙江名小吃(14)

- | | | | |
|-------------|------|-------------|------|
| 三鲜龙须卷 | (14) | 油花酥 | (18) |
| 一品烧饼 | (15) | 炸三角酥 | (19) |
| 鸳鸯合子 | (15) | 羊角蜜 | (19) |
| 白鱼水饺 | (16) | 鸡汤包子 | (20) |
| 绿茵刺猬 | (17) | 黄米切糕 | (20) |
| 水点心 | (17) | 龙江黏毛豆 | (21) |
| 雪花梨 | (18) | 椰茸窝头 | (21) |

华北地区

北京名小吃(33)

- | | | | |
|-------------|------|-------------|------|
| 冬茸月饼 | (24) | 什锦月饼 | (28) |
| 芝麻奶汁角 | (24) | 开洋鸡蛋面 | (29) |
| 芝麻山药球 | (24) | 麻仁椰汁饼 | (29) |
| 梅花包 | (25) | 珍珠八宝柿 | (30) |
| 海星饺 | (25) | 奶油炸糕 | (30) |
| 清香葱油饼 | (26) | 油酥烧饼 | (31) |
| 小窝头 | (26) | 麻茸包 | (31) |
| 蟹肉酥合 | (27) | 小豆凉糕 | (32) |
| 翡玉翠白菜 | (27) | 龙眼豆沙包 | (32) |
| 蝴蝶蛋糕 | (28) | 枣泥葫芦包 | (33) |

蚝油叉烧包	(33)	酥合子	(37)
馅饼	(33)	艾窝窝	(38)
三不粘	(34)	茶汤	(38)
炸佛手卷	(34)	豆汁	(39)
褡裢火烧	(35)	豌豆黄	(39)
焦圈	(36)	驴打滚	(40)
一品烧饼	(36)		

天津名小吃(16)

鸳鸯酥合	(41)	白记水饺	(46)
蟹黄烧麦	(42)	石头门坎素包	(46)
狗不理包子	(42)	什锦烧饼	(47)
炸酥盒	(43)	江米红枣粽子	(47)
雪花龙须面	(43)	芝兰斋糕干	(48)
枣泥开花酥	(44)	鸡蛋煎饼馃子	(48)
莲茸卷	(44)	耳朵眼炸糕	(49)
十八街麻花	(45)	煎焖子	(50)

山西名小吃(21)

雪花铺层馍	(51)	九龙玉面饺	(55)
天花鸡丝卷	(52)	雪花蘑菇糕	(56)
芝麻桂花粽子	(53)	玫瑰大枣饼	(56)
龙须夹沙酥	(53)	火腿油饼	(57)
佛手如意馍	(54)	百花烧麦	(57)
一窝酥	(54)	银丝卷	(58)

中国南北名小吃

桂花饼	(59)	羊肉蒸饺	(61)
侯马太后糕	(59)	石头饼	(61)
拨鱼儿	(59)	茶食	(62)
刀削面	(60)	筱面推窝窝	(62)
帽合	(60)		

山东名小吃(28)

盘丝饼	(63)	绣球卷	(71)
山东包子	(64)	康圆肉饼	(71)
麻香烧饼	(64)	鱼虾双色饺	(72)
山东菊花酥	(65)	油旋	(72)
肥桃	(65)	馅饼	(73)
千层酥饼	(66)	周村酥烧饼	(73)
状元饺	(66)	武城暄饼	(74)
芝麻锅饼	(67)	杠子头火烧	(74)
水晶桃花	(68)	济南扁食	(75)
金梨	(68)	福山拉面	(75)
蛋酱饼	(68)	开花小馍	(76)
兰花酥	(69)	桂花元宵	(76)
凉瓜汤圆	(70)	江米夹沙糕	(77)
萝卜丝饼	(70)	甜沫	(77)

河北名小吃(16)

豆沙松酥饼	(78)	五彩蛋糕卷	(79)
蜜汁菊花酥	(78)	老二位饺子	(79)

芝麻三角酥	(80)	香河肉饼	(83)
西葫芦虾饺	(80)	蜜汁鲜桃	(84)
野菜水饺	(81)	中和轩包子	(84)
鸡汤翡翠饺	(82)	保定锅贴饺子	(85)
豆沙刺猬包	(82)	棋子烧饼	(85)
油酥饺子	(83)	油酥饽饽	(86)

内蒙古名小吃(10)

一品洋芋	(87)	青油饼	(90)
炸羊尾	(88)	蒙古馅饼	(90)
糯米葡萄糕	(88)	蒙古包子	(91)
小鸡酥	(89)	哈达饼	(91)
一品山药桃	(89)	玻璃羊肉饺	(92)

西北地区

陕西名小吃(16)

牡丹酥	(93)	龙凤面	(96)
三原金线油塔	(94)	三原疙瘩面	(97)
金丝莲蓉饼	(94)	榆林马蹄酥	(98)
太后饼	(95)	扶风鹿糕馍	(98)
八宝蒸饺	(95)	榆林香哪	(99)
石头馍	(96)	安康窝窝面	(99)

西安大肉饼	(100)	兴干干馍	(101)
乾州锅魁	(101)	胡麻饼	(102)

甘肃名小吃(6)

酥合丸	(103)	一捧雪	(104)
高丽珊瑚	(103)	一捆柴	(105)
翡翠梢梅	(104)	窝窝面	(105)

青海名小吃(3)

酥蟹合	(107)	泡油糕	(108)
蜜汁麻花	(107)		

宁夏名小吃(7)

核桃丸子	(110)	炸花花	(112)
百合桃	(110)	饽馍馍	(112)
荷花豆沙包	(111)	炒胡悖子	(113)
油香饼	(111)		

新疆名小吃(8)

烤羊肉串	(114)	烤馕	(116)
炒炮竹面	(114)	肉馕	(117)
爆炒面	(115)	那仁	(117)
薄皮包子	(116)	黄面	(118)

华东地区

上海名小吃(33)

- | | | | |
|--------------|-------|--------------|-------|
| 蟹粉菊花烧麦 | (119) | 鸿运酥 | (129) |
| 上海灌汤包 | (120) | 生煎鸡肉馒头 | (129) |
| 南翔馒头 | (121) | 枣泥酥饼 | (130) |
| 火腿金丝酥饼 | (121) | 蜜汁金枣 | (130) |
| 莲蛋梅花酥 | (122) | 鱼丝香包 | (131) |
| 鲜贝灌汤包子 | (122) | 四喜饺 | (131) |
| 凤菇包 | (123) | 蛋黄小包 | (132) |
| 煎馄饨 | (123) | 冬菜鸭肉包 | (132) |
| 三虾面 | (124) | 翡翠鸡冠饺 | (133) |
| 阳春面 | (124) | 开洋葱油面 | (133) |
| 上海小笼包 | (125) | 素菜包 | (134) |
| 蟹粉月牙蒸饺 | (125) | 三丝眉毛酥 | (135) |
| 火腿萝卜酥 | (126) | 蟹壳黄 | (135) |
| 鲜肉汤圆 | (126) | 擂沙圆 | (136) |
| 三鲜杨梅球 | (127) | 桂花糖油山芋 | (136) |
| 雪笋包 | (128) | 西米嫩糕 | (137) |
| 虾肉烧麦 | (128) | | |

江苏名小吃(23)

- | | | | |
|-------------|-------|--------------|-------|
| 豆沙方糕 | (138) | 六凤居葱油饼 | (145) |
| 山药汤圆 | (138) | 金丝蜜枣 | (145) |
| 翡翠烧麦 | (139) | 淮安茶馓 | (146) |
| 王兴记馄饨 | (139) | 淮阴汤包 | (146) |
| 蟹黄汤包 | (140) | 千层油糕 | (147) |
| 宣化酥饼 | (141) | 红枣饼 | (148) |
| 扬州饼 | (141) | 双麻酥饼 | (148) |
| 黄桥烧饼 | (142) | 云楼汤包 | (149) |
| 小笼馒头 | (143) | 合子酥 | (150) |
| 三丁包 | (143) | 三鲜酥饼 | (151) |
| 椰香马蹄糕 | (144) | 咸猪油糕 | (151) |
| 淮饺 | (144) | | |

安徽名小吃(13)

- | | | | |
|--------------|-------|------------|-------|
| 狗肉包子 | (153) | 乌饭团 | (157) |
| 双冬肉包 | (154) | 蝴蝶面 | (158) |
| 示灯粑粑 | (154) | 鸡蛋锅贴 | (158) |
| 双花饼 | (155) | 笼糊 | (159) |
| 耿福兴酥烧饼 | (155) | 三河米饺 | (159) |
| 庐江小红头 | (156) | 绿豆煎饼 | (160) |
| 江毛水饺 | (156) | | |

浙江名小吃(17)

乌饭麻糍	(161)	烫面炸饺	(166)
吴山酥油饼	(162)	清明艾饺	(166)
象生雪梨	(162)	潮州干张包子	(167)
姜堰酥饼	(163)	桂花栗米羹	(168)
金华火腿酥	(163)	虾爆鳝面	(168)
片儿川面	(164)	双林子孙糕	(169)
宁波猪油汤团	(164)	嘉兴粽子	(169)
重阳栗糕	(165)	鲜肉剪团	(170)
猫耳朵	(165)		

福建名小吃(18)

太极芋泥	(171)	蛎肉烧饼	(176)
龙凤腿	(172)	松子包	(176)
水晶玻璃酥	(172)	沙茶猪肉面	(177)
南田枇杷	(173)	手抓面	(177)
小长春	(173)	炒面线	(178)
泉城肉饼	(174)	锅边	(178)
鸡笼饺子	(174)	肉蛎饼	(179)
葫芦包	(175)	扇馃	(179)
福州光饼	(175)	葛粉包	(180)

江西名小吃(10)

水岩仙桃·····	(181)	玫瑰花卷·····	(184)
小白象·····	(182)	蝴蝶鱼饺·····	(184)
杏仁月饼·····	(182)	信丰萝卜饺·····	(185)
虾仁海棠饺·····	(183)	珍珠丸子·····	(185)
江西梨果·····	(183)	伊府面·····	(186)

台湾名小吃(6)

阖府团圆·····	(187)	芝麻煎堆·····	(189)
三鲜面·····	(188)	叉烧肉粽·····	(189)
藕馅饺子·····	(188)	芝麻奶层酥·····	(190)

华中地区

河南名小吃(17)

炸馓子·····	(191)	白糖焦饼·····	(195)
新野板面·····	(192)	糖油酥烧饼·····	(195)
双麻烤饼·····	(193)	荷花酥·····	(196)
鸡蛋灌饼·····	(193)	溜鱼焙面·····	(196)
蜜汁糖葫芦·····	(194)	老蔡记蒸饺·····	(197)
稻香居锅贴·····	(194)	八宝馒头·····	(198)