

◎ 主编 李东文 聂阳

都市流行菜

DUSHI LIUXING CAI
QINLEI

禽类

DUSHI LIUXING CAI
QINLEI

都市流行菜

禽类



安徽
科学技术
出版社

D
USHI LIUXING CAI
QIN LEI

都市流行

菜

禽类

主 编 李东文 聂 阳
副主编 吴 华 仲玉梅

 安徽科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

都市流行菜. 禽类/李东文, 聂阳主编. —合肥: 安徽科学技术出版社, 2005. 5

ISBN 7-5337-3219-7

I. 都… II. ①李…②聂… III. 家禽-荤菜-菜谱
IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 031357 号

*

安徽科学技术出版社出版

(合肥市跃进路 1 号新闻出版大厦)

邮政编码: 230063

电话号码: (0551) 2833431

E-mail: yougoubu@sina.com

yougoubu@hotmail.com

网址: www.ahstp.com.cn

新华书店经销 合肥义兴印务有限责任公司印刷

*

开本: 880×1230 1/32 印张: 2 字数: 50 千

2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

印数: 5 000

定价: 15.00 元

(本书如有倒装、缺页等问题, 请向本社发行科调换)



《都市流行菜》编委会

主
编

任
委

聂 阳

聂 阳 王 磊 胡 明 李东文

仲玉梅 朱 年 裴永桢 杨福华

吴 华 肖德军 张海震 李正龙

陈 文 杜志明 扬 泉 韩芝军

王家平 陈万骏 陈洛平 蒋国庆

孙生银 陶晓平

技术指导

聂 阳 嵇步春

摄 影

谈 松 谈学和



序

都市流行菜

禽类

▲ 1

正是人们对生活质量的不断追求，使得菜肴形式经历了由低级到高级，由简陋到精美的发展过程。今天，人们对饮食质量的要求愈来愈高，不但要吃得饱，还要求吃得好、吃得有营养，要有滋有味，从而使美食进入一个新的阶段。正是餐饮市场的日益繁荣，促使了专业厨师队伍的壮大和烹饪教育事业的发展，也出现了一大批优秀的烹饪行业的带头人。这批人努力钻研，不断创新，精择其优，进一步挖掘了中华美食这一宝贵遗产。他们制作菜肴时，力求选料严格，注重刀工，讲究火候，烹调精湛，广泛运用新式的调味手段，取各菜系之所长，促进了菜肴格式向美、精、味、养等方面迅猛发展，新创了一大批色、香、味、形、器俱佳的精美菜肴，并使其广为流行。

现在的名厨们深谙创新才是发展之精髓、

繁荣之动力，所以他们在平常工作中认真总结经验，不断开拓、进取，创出了一款又一款新式菜点，大大推动了美食文化的发展，真正让食者感到佳肴的确是口味、文化、享受的完美结合。尤其是他们能够将烹饪之精华、华夏饮食之神髓充分凝固在菜肴中，再加上精湛的技艺，使之脱胎换骨，令人耳目一新。为了将这些创新成果迅速提供给广大厨艺工作者，我们组织了一些流行菜制作大师，精选了他们制作的各类新式菜肴，编撰成册，以满足读者、食者、艺者之需。

《都市流行菜》拍摄、编撰历经百日，辗转北京、南京、上海、苏州、无锡、杭州、合肥、扬州等城市，期间得到北京江苏大厦、扬州馋神食品集团有限公司等单位的大力协助。一套全新的、流行于各地的特色菜现在奉献给读者，旨在让美食文化得以发展。我们殷切希望本书能为大家厨艺的增长尽到薄力。

编者



雪里红星	1
红白俏佳人	2
蛤蜊虾仁炖蛋	3
鲍汁鸡花	4
兰花鸽蛋玉瓜球	5
鸽蛋鲍鱼	6
象眼鸽蛋烤鹌鹑	7
鳊鱼鸽蛋	8
干炸鸡丝	9
草把鸡	10
花蛋红酥鸡	11
石榴鳊鱼鸡	12
太极双龙米	13
百鸟朝凤	14
灌汤天鹅蛋	15
乌龙过桥	16
翡翠牡丹鸡片	17
蚝汁鸡片	18
富贵花开	19
鸡丝鱼卷	20

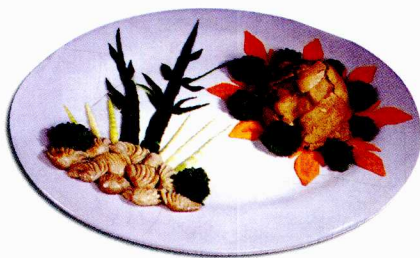


contents



富贵鸡球	21
拆烧鸡肉块	22
芝麻鸡肉卷	23
百合鸡球	24
锅贴鸡	25
荷花芙蓉鸡片	26
三杯鸡	27
鲍汁鸡锤	28
雪花鸡肉	29
珠联璧合	30
荷塘小品	31

悬湖春韵	32
清汤鸡线	33
竹叶鸡片	34
蜜汁鸡肉卷	35
花好月圆	36
盐炙凤翼	37
珍珠水晶舌	38
农家稻香鸭	39



目录

Contents



德福粒粒脆	40
一品烤鸭	41
酱爆鸭柳	42
石榴鸭丁	43
翡翠扣鸭舌	44
菊花石榴鸭	45
富贵石榴鸭	46
丽都煨煲	47
秘制老鹅	48
金蹼仙裙	49
古塔春色	50
黄珏盐水鹅	51
金色贡肝包	52
鲍汁鹅掌	53
金斗雀肫	54
菊花蟹扣乳鸽	55
金牌乳鸽皇	56



原料

鸡蛋清、淀粉、水、盐、味精、油、火腿末。

制法

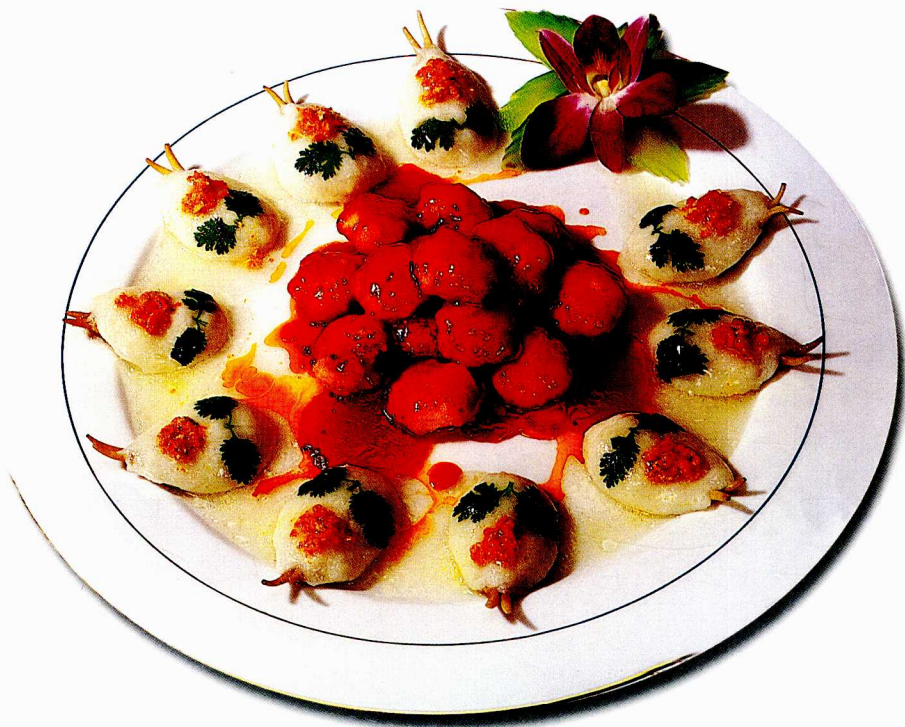
▲鸡蛋清打匀,放盐、味精、水、淀粉,搅拌上劲,炒锅上火,放入干净色拉油,待油温到120℃时慢慢倒入鸡蛋清,待鸡蛋清呈雪花状时用铲子沿锅内壁轻轻铲动,待浮出油面捞出。

▲炒锅再上火,留少许油,放少许盐、味精、高汤,调好口味勾芡,倒入滑过油的蛋清,起锅洒上少许火腿末,放到事先点缀好的盘内即可。

关键技术 提示

鸡蛋清滑油之前要用湿淀粉等调好。





都市流行菜

禽类

红白俏佳人

2

原料

蛭子、发蛋、鸡脯肉、熟肥膘、葱、姜、绍酒、番茄酱、盐、味精、糖、油。

制法

- ▲蛭子放在开水锅内烧开剔出里面的肉洗净。
- ▲蛋清打成发蛋，取汤匙12个，并在其内抹油，放入竹蛭，然后在其上涂上发蛋，上笼蒸5分钟取出装盘。
- ▲将鸡脯肉与肥膘斩成茸泥，用葱、姜水、绍酒、鸡蛋清、淀粉搅上劲，做成一个个小圆球，下油锅炸制。
- ▲炒锅上火，放少许油、番茄酱、糖、高汤，烧开后勾芡浇于其上。

关键技术 提示

鸡脯肉与肥膘必须顺着
一个方向搅拌上劲。

原料

蛤蜊、虾仁、鸡蛋、盐、味精、淀粉、葱、姜、绍酒。

制法

▲将蛤蜊洗净，焯水捞出；虾仁洗净，用鸡蛋清、盐、味精、淀粉上浆，放在油锅内（油温在120℃）滑油捞出。

▲鸡蛋打入碗内，放适量水、绍酒、盐、味精，再将蛤蜊放入一并上笼蒸制，约10分钟时间取出在其表面倒上滑过油的虾仁即可。

关键技术 提示

掌握蒸制时的火候是关键。





都市流行菜

禽类

4

原料

鲍鱼汁、鸡脯肉、葱、姜、绍酒、盐、味精、淀粉、鸡蛋、油。

鲍汁鸡花

制法

▲将鸡脯肉切成细丁，用鸡蛋清、淀粉、盐、绍酒、味精上浆，炒锅上火，放少许油，烧至100℃，放入浆好的鸡米，待鸡米变色捞起。

▲炒锅上火，放少许油烧热，将葱、姜煸香捞出，放入鲍鱼汁略煸，再加汤汁，调好口味勾芡，后倒入鸡米即成。

关键技术 提示

上浆要有劲，划油时油温要掌握好。

玉
瓜
球兰
花
鸽
蛋

原料

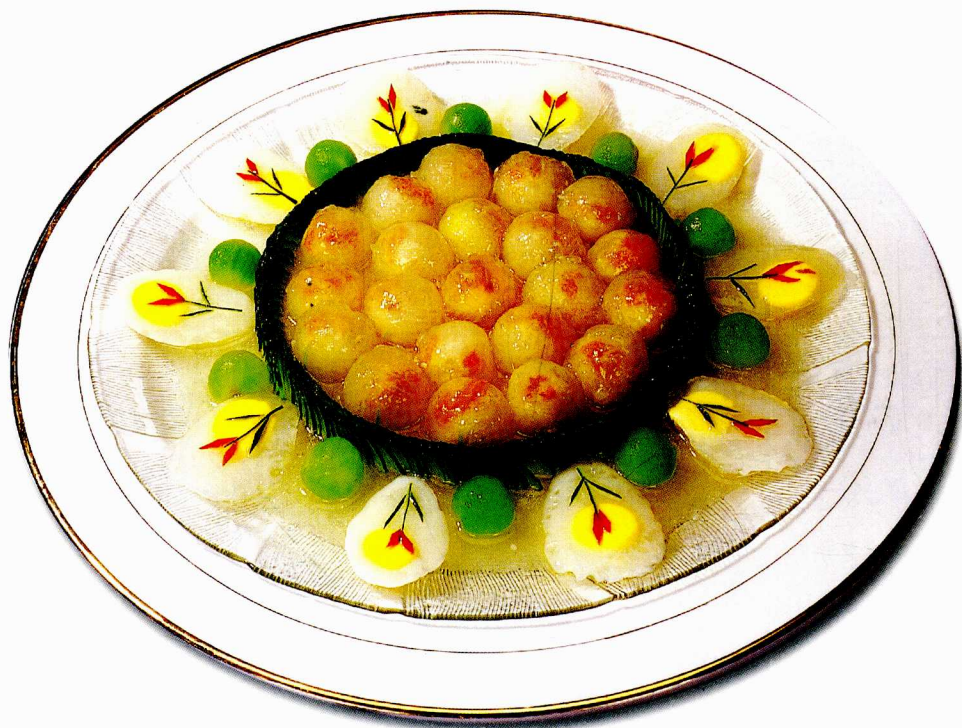
鸽蛋、冬瓜、点缀料、盐、味精、淀粉。

制法

- ▲ 鸽蛋清打入事先抹过油的汤匙中，上笼蒸5分钟（在蒸制前用点缀料点成兰花）。
- ▲ 冬瓜用球勺搓成一个个小玉球，入开水锅焯水，然后再上笼蒸15分钟后取出。
- ▲ 将炒锅上火，放入鸡汤，调好口味，倒入蒸好的冬瓜球，勾芡装盘。

关键技术 提示

蒸制兰花鸽蛋的汤匙要事先抹点油，蒸制时间要视原料具体情况。





都市流行菜

禽类

6

鸽蛋鲍鱼

原料

鲍鱼 (1听)、鸽蛋、高汤、盐、味精、葱、姜、绍酒。

制法

- ▲将鲍鱼用刀整理一下，放在碗中上笼用高汤套蒸，然后调好口味，码放在盘子的中央。
- ▲鸽蛋放在冷水锅中煮熟取出，用刀切成两半其上用香菜等点缀料做好围在四周。
- ▲在上桌食用时，带调味碟。

关键技术 提示

鲍鱼要用高汤套蒸。



象眼鸽蛋烤鹌鹑

都市流行菜
禽类

7

原料

鸽蛋、面包（咸）、小鹌鹑、鱼茸。

制法

- ▲将鸽蛋下冷水锅煮熟，浸泡在冷水内剥去外壳，用刀切成两半。
- ▲咸面包用刀切成片，用象眼模块压成象眼状。
- ▲鱼茸用葱、姜水、绍酒、盐、味精搅上劲成鱼肉胶，塌在面包片上，将切好的鸽蛋半只放在面包片上，成象眼鸽蛋生坯。
- ▲炒锅上火，放色拉油烧至160℃左右，放入象眼鸽蛋生坯，焐熟捞出，将油倒入，锅复上火，将焐过油的生坯煎一下底部成金黄色，起锅装盘。
- ▲小鹌鹑加工好选其肉脯，用姜、葱、绍酒、酱油等腌渍15分钟，放入烤盘内上烤箱烤熟，取出装盘。

原料

鳊鱼、鸽蛋、西兰花、姜、葱、绍酒、盐、味精、鸡蛋清、淀粉。

制法

- ▲将鳊鱼头、尾分别取出另用；鱼肉用刀斩成茸泥状，放入鸡蛋清、淀粉、葱、姜水、绍酒，搅拌均匀。
- ▲将鸽蛋一剖两半，待用。
- ▲将小汤匙里面抹少许油，放入肉茸，再在其上放上半个鸽蛋，放在盘内上笼蒸10分钟。
- ▲锅内放少量水、盐、味精，用湿淀粉勾芡，浇在鳊鱼鸽蛋上面。
- ▲将鳊鱼头、尾洒上干淀粉，下210℃的油锅中炸定型装盘点缀即可。

关键技术 提示

鸽蛋要用冷水煮，否则易破。

