

清真特色

食品

QINGZHEN
TESE SHIPIN



金盾出版社

TS P72.1
105
著

清真特色食品

吴 杰 褚志飞 主编

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

这是一本介绍清真特色食品的书。书中收录了蒸、煮、烧、烤、烙、炸等具有代表性的清真名特食品 45 种,每款都有实物彩图,对其原料配比、制作方法和成品特点都作了详细介绍。本书技术可靠,图文并茂,易懂好学,实用性强,适合穆斯林同胞和清真食品爱好者阅读使用,也可供餐饮业人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

清真特色食品/吴杰,褚志飞主编. —北京:金盾出版社,
1998.10(1999.6 重印)

ISBN 7-5082-0726-2

I. 清… II. ①吴…②褚… III. 食谱,清真
IV. TS972.1

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 68218137

传真:68276683 电挂:0234

北京精美彩印有限公司印刷

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:1.75 字数:26 千字

1998 年 10 月第 1 版 1999 年 6 月第 2 次印刷

印数:21001—42000 册 定价:7.00 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

清真菜点,是中华民族饮食百花园中的一枝奇葩,在中国饮食文化中占有重要位置。

清真特色食品是清真菜点的一部分,但它与清真宴席的佳肴名点又有着一定的区别,它多数是更为大众化的、快捷的小吃式食品,有些则是更具民族风情的特色食品。为增进大家对清真特色食品的了解,满足其需求,我们编写了这本《清真特色食品》,供穆斯林同胞和清真菜点爱好者阅读使用,也可供餐饮业人员参考。

参加本书编写的还有石永国、曹锋、司金库、张传龙、刘勇、杨国强、安巴斯、法士麦、法士库、马丽红、万金明。技术顾问为曹壁江、吴志义。

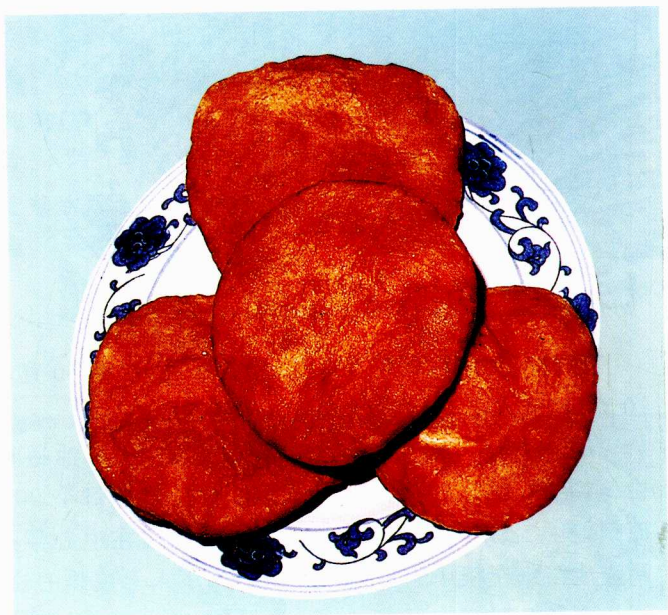
编 者

目

录

油香·····	(1)	伊朗式羊肉茄子·····	(25)
馓子·····	(2)	阿拉伯式羊肉菜花饭··	(26)
馕·····	(2)	埃及式牛肉豌豆·····	(27)
捆锅·····	(3)	手抓羊肉·····	(28)
伊斯兰枣泥烧饼·····	(4)	手把羊肉·····	(29)
炸卷果·····	(5)	烤羊肉串·····	(30)
炸香花·····	(6)	烤羊肉·····	(31)
油旋饼·····	(7)	白水羊肉·····	(32)
羊肉千层饼·····	(8)	一品羊唇·····	(33)
玻璃蒸饺·····	(9)	香酥岩羊·····	(35)
老二位饺子·····	(10)	清蒸羊腿·····	(36)
申记饺子·····	(11)	整烧羊腿·····	(37)
马家烧卖·····	(13)	烤羊腿·····	(39)
烤包子·····	(14)	香酥羊腿·····	(40)
羊肉夹馍·····	(15)	烤全羊·····	(41)
牛羊肉泡馍·····	(16)	炉烤带皮整羊·····	(43)
马铃薯卷糕·····	(17)	金凤扒鸡·····	(45)
新疆辣子鸡块面·····	(18)	申记香酥鸡·····	(46)
新疆爆炒面·····	(19)	无为熏鸭·····	(47)
羊肉粥·····	(20)	清真熏兔·····	(49)
清真凉皮·····	(21)	红扒全兔·····	(50)
羊肉抓饭·····	(22)	枸杞肾鞭花·····	(51)
新疆葡萄干炒饭·····	(24)		

油 香



油香是穆斯林举行宗教活动、盛大宴会或欢度喜庆节日时的主要食品之一。

原料 面粉 500 克，熟羊肉馅 200 克，葱米 20 克，鸡蛋 1 个，味精 2 克，料酒 5 克，五香粉 1 克，精盐 5 克，碱 2 克，矾 2 克，清油 500 克。

制作方法 ①将矾、碱、精盐各 2 克用热水化开，对适量冷水和面，和成面团后醒一小时左右。 ②将羊肉馅加入葱米、鸡蛋及余下的调料和成馅。 ③将醒好的面团揪成每个 70 克重的面剂，压扁后包入肉馅，擀成圆饼，下入五成热的油锅中炸至浮起，熟透捞出即成。

特点 色红味香，外酥里嫩。



馓子

原料 高筋白面粉 500 克, 精盐 2 克, 白糖 50 克, 花椒水 10 克, 红花水 5 克, 香豆粉 1 克, 清油 500 克。

制作方法 面粉加精盐、白糖、花椒水、清油适量、香豆粉、红花水、温水和成面团, 醒 20 分钟后揪成每个 30 克重的面剂, 反复揉和, 至弹性好时, 将面剂按扁, 在中心穿一孔, 转圈搓成略细于筷子粗的条, 交叉盘好, 下入七成热的油锅中炸至呈金黄色时捞出即成。

特点 色泽金黄, 酥脆清香。

馕



馕是维吾尔、哈萨克等民族的特色清真风味食品——以面粉为原料烤制而成的一种圆形饼类食品。过去将馕称为“艾买克”，伊斯兰教传入新疆后改称馕（“馕”字源于波斯语）。

原料 面粉 500 克，酵面 50 克，淡盐水 250 克。

制作方法 ①将面粉加入淡盐水、酵面（用水解开）和成面团稍发。②将发好的面制成圆形饼坯，用模具压上花纹，底部沾上盐水贴入馕坑（一种烤炉）壁上，烤 15 分钟即成。

特点 干香酥脆，风味别具。

捆 锅



捆锅是居住在青海一带的撒拉族同胞经常食用的著名特色清真食品，是撒拉族人的馕。

原料 富强粉 500 克，奶油 10 克，鸡蛋 2 个，白糖 30 克，苏打 1 克，清油 20 克。

制作方法 ①用富强粉加奶油、鸡蛋、白糖、苏打、水和成面团，醒 15 分钟左右。②将面团擀成大薄片，将清油涂抹在面片上，卷成直径 6 厘米粗的卷，用刀切成 8 厘米长（转下页）

伊斯兰枣泥烧饼



原料 面粉 500 克,枣泥 300 克,绵白糖 50 克,白砂糖 30 克,发酵粉 2 克。

制作方法 ①面粉内掺入发酵粉拌匀,加水和成面团,醒 15 分钟后揪成每个 30 克重的面剂。将枣泥加入绵白糖拌匀。②将面剂压扁包入 25 克枣泥抻成馒头生坯,用刀在四周划 8~10 刀,深至枣泥,用手轻按成扁圆饼状。③将圆饼放入烤箱烤 20 分钟取出装盘,撒上白砂糖即成。

特点 外酥内软,枣香浓郁,甜润适口。

.....
(接上页)的段,每三段合为一体成圆形,放入圆形容容器内压紧,放入烤箱,烤 40 分钟左右,呈金黄色时取出即成。

特点 造型美观,色泽金黄,外酥内软。

炸卷果

炸卷果已有百年历史，回族同胞招待宾客时多备有此种食品。

原料 牛肉 200 克，豆腐皮 100 克，面粉 20 克，淀粉 40 克，花椒面 2 克，葱姜末各 10 克，味精 2 克，精盐 3 克，清油适量，椒盐 1 碟。



制作方法 ①将牛肉洗净剁成茸，放入碗内，加精盐、花椒面、葱姜末、味精及淀粉 3 克搅拌均匀。 ②用碗加淀粉、面粉、水调成糊。 ③将豆腐皮用温水泡软捞出，铺在案板上，抹上一层面糊，铺抹上一层肉馅，卷成卷，上屉蒸熟取出，用纱布卷严卷实，晾凉后扯去纱布，切成 0.5 厘米厚的片，入七成热的油锅中炸呈金红色捞出，摆入盘内，配椒盐碟上桌。

特点 色泽金红，酥脆味美。

炸香花



炸香花是穆斯林特别是撒拉族同胞的传统名特艺术食品，极具风味，香美诱人。

原料 富强粉 500 克，荞麦粉 500 克，清油 600 克，奶油 100 克，鸡蛋 2 个，鸡蛋黄 5 个，红糖 100 克。

制作方法 ①用富强粉加清油 100 克、奶油 50 克、鸡蛋 2 个、水和成面团。用荞麦粉及余下的原料对水和成面团。

②先将富强粉面团擀成大薄片，再将荞麦面团擀成相同的片，将两种面片合在一起擀一下，然后从中间一切两半，将其中一半卷成卷，横刀切成 0.5 厘米厚的片，下入六成热的油锅炸至酥脆捞出。③从另一半面上切下三条 1 厘米宽的条竖着放在面片上，卷成卷（要卷紧），然后切成 0.5 厘米厚的片，下入六成热的油中炸酥捞出即成。

特点 制作精细，造型美观，香甜酥脆。

油旋饼

油旋饼是清真传统风味食品,同时也颇受其他民族同胞喜爱。

原料 面粉 500 克,精盐 2 克,清油 50 克,苏打 3 克。

制作方法 将面粉、精盐、苏打放盛器中拌匀,加水和成面团,



醒 20 分钟,再擀成大薄片,将油均匀地涂抹在面片上,再卷成卷,每隔 2 厘米横切一刀成段,每段 50 克,然后每段立起压扁,擀成饼,放入烤箱内,烤 20 分钟取出即成。

特点 色泽金黄,旋丝层层,皮脆内暄。

羊肉千层饼



羊肉千层饼是清真名特食品，由郭玉华创制，倍受回族同胞及其他兄弟民族的喜爱。形如满月，外酥内嫩，层次很多，层层分离，故名。

原料 高筋东北雪粉 500 克，羊里脊肉 200 克，花椒大料水 50 克，啤酒 30 克，精盐 2 克，香油、清油各 60 克。

制作方法 ①将面粉加用 1 克精盐化的水和成面团，醒 20 分钟。②将羊肉斩成茸状，加入花椒大料水、啤酒顺一个方向搅拌上劲，再加入精盐、香油、清油搅拌均匀。③将醒好的面团擀成大薄片（0.3 厘米厚），在上面均匀地涂抹一层羊肉茸，再卷成直径 10 厘米粗的卷，用刀切成 14 厘米长的段，全部切好后，取一段将两边各压扁约 3 厘米左右，将压扁的两端向中心折压，再翻过来，用双手搓成圆形，再压扁擀成 1 厘米厚的圆饼（在两面擀，以免厚薄不均），放入饼铛中烙熟即成。

特点 色泽金黄，香浓适口。

玻璃蒸饺

玻璃蒸饺是内蒙古地区清真风味食品。用料独特,光亮透明。

原料 马铃薯 500 克,干淀粉 50 克,羊肉馅 150 克,胡椒粉 1 克,精盐 2 克,味精 1 克,葱姜末各 5 克,羊肉汤 30 克。

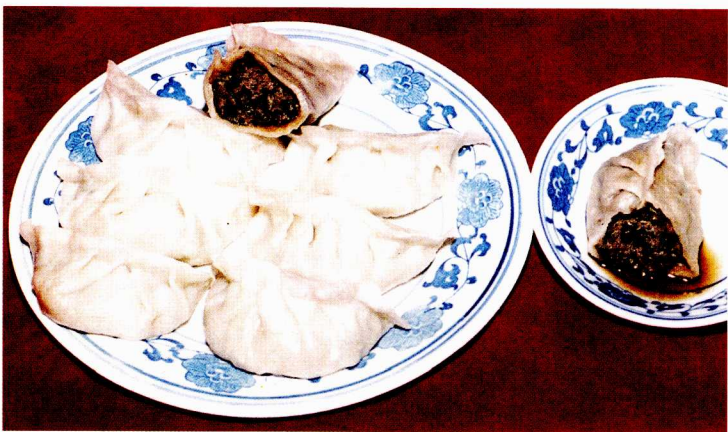


制作方法 ①将马铃薯蒸熟去皮,捣成泥,和入干淀粉揉成团,再揪成蛋黄大小的剂子,擀成圆薄片。②将羊肉馅放盛器内加盐、羊肉汤顺一个方向搅上劲,再放入胡椒粉、味精、葱姜末拌匀。③用皮包入馅制成饺子,上屉蒸 25 分钟取出即成。



特点 咸鲜适口,营养丰富。

老二位饺子



老二位饺子是河北著名清真风味食品。由回民杨利廷在清朝末年所创制，并在山海关开设了“清真杨家饺子馆”。日本侵略中国时，杨家饺子馆被炸毁。重建后，改名为“老二位饺子馆”。这是因为原来跑堂的杨绍曾谈吐诙谐，且有“二位里边坐”的口头语，故而得名。

原料 牛腰窝肉 500 克，葱末 140 克，姜末 15 克，酱油 15 克，精盐 3 克，盘酱（用素油炸过的酱）30 克，味精 5 克，花椒水 20 克，面粉 500 克，香油 50 克。

制作方法 ①将牛腰窝肉去筋膜后用绞肉机绞两遍成馅，加入葱姜末、酱油、精盐、味精、盘酱顺一个方向搅拌上劲，边搅边加入花椒水，再加入香油搅匀。②将面粉取 $\frac{1}{2}$ 用 $60^{\circ}\text{C} \sim 80^{\circ}\text{C}$ 的热水烫透，再用 40°C 温水将其余面粉加烫面和成面团，醒 20 分钟，揪成蛋黄大的剂子擀成薄圆片，填入馅包成饺子。③将饺子生坯上屉用大火蒸 20 分钟取出即成。

特点 制作精细，鲜香不腻，风味独特。

申记饺子

申记饺子是我国东北地区名特清真风味食品。由回族名厨谢国华、申中林、郭玉华、吴昊然四人以祖传配方为基础,以现代科学为指导精心研制而成,取名为“申记饺子”。不仅受到回族同胞喜爱,还受到其他民族各界人士的喜爱与赞扬。与一般饺子不同的是,它是用牛肉、羊肉、鸡肉、鱼肉做馅,四馅四味,可以做成煮饺,亦可以做成蒸饺,风味别致。



原料 特制东北雪粉 2000 克。羊肉馅 400 克,与其相配的有黄瓜 100 克,葱末、姜末各 15 克,啤酒 30 克,酱油 15 克,精盐 3 克,味精 2 克,鸡汤 30 克,花椒大料水 40 克,清油 20 克。牛肉馅 300 克,与其相配的有韭菜 200 克,啤酒 40 克,酱油 15 克,白糖 3 克,精盐 3 克,味精 2 克,鸡汤 40 克,花椒大料水 40 克,熟豆油 20 克。鸡肉馅 350 克,与其相配的有葱末 150 克,姜末 10 克,料酒 15 克,鸡汤 50 克,花椒大料水





40 克, 精盐 3 克, 白酱油 15 克, 味精 2 克, 芝麻油 15 克。鲜草鱼肉 400 克, 与其相配的有香菜 100 克, 葱末、姜末各 10 克, 料酒 15 克, 浓香型白酒 2 克, 鸡汤 40 克, 白酱油 15 克, 花椒大料水 30 克, 精盐 3 克, 味精 1 克, 色拉油 15 克。

制作方法 ①煮饺皮的制作。将面粉用凉水 and 成略硬的面团, 醒 30 分钟后, 反复揉好, 揪成鸡蛋黄大的剂, 擀成中心略厚、周边薄的圆皮, 即可装馅包制。 ②蒸饺皮的制作。将面粉取 $\frac{1}{3}$ 用 70℃ 开水烫, 再用 30℃ 左右的温水将其余面粉加烫面一起和成面团, 醒 15 分钟后反复揉好, 揪成蛋黄大的剂, 擀制成中间略厚、周边薄的圆形皮, 即可装馅包制。 ③饺子馅的调制。羊肉馅的调制: 将羊肉馅放盛器中, 加入啤酒、酱油、鸡汤、花椒大料水顺一个方向搅拌上劲, 再加入精盐、味精、清油顺原方向搅拌至匀, 再加入切碎的黄瓜米、葱姜末拌匀即可包制。牛肉馅的调制: 将牛肉馅放盛器中, 加入啤酒、酱油、白糖、鸡汤、花椒大料水顺一方向搅拌上劲, 再加入精盐、味精、熟豆油顺原方向搅拌至匀, 再放入切碎的韭菜末拌匀即可包制。鸡肉馅的调制: 将鸡肉馅放盛器中, 加入鸡汤、花椒大料水、料酒顺一个方向搅拌上劲, 再加入白酱油、精盐、味精、麻油、葱姜末拌匀即可包制。鲜草鱼肉馅的调制: 将鱼肉馅放盛器中, 香菜切碎放在鱼肉馅上, 再加入与之相配的全部调味料拌匀即可包制。 ④熟制。若是蒸饺, 开水旺火蒸 5~6 分钟; 若是煮饺, 水开后下饺子, 见开点一次凉水, 再开再点一次凉水烧开即可。

特点 皮薄馅大, 肉嫩菜鲜, 多汁味美。