

精品



# 中国高校菜肴精品荟萃

——白案（主食）地方风味品种

- 主 编 龚守相
- 副主编 林立中 樊春起

中国高校伙食专业委员会 组编



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

◎ 策划编辑 陈培斌  
◎ 责任编辑 章 红  
◎ 封面设计 刘 卉



ISBN 978-7-5609-9451-2



定价: 138.00元 (含2册)

精品



# 中国高校菜肴精品荟萃

——白案(主食)地方风味品种

- 主 编 龚守相
- 副主编 林立中 樊春起

中国高校伙食专业委员会 组编



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

中国·武汉

图书在版编目(CIP)数据

中国高校菜肴精品荟萃/龚守相 主编. —武汉:华中科技大学出版社,2013.10  
ISBN 978-7-5609-9451-2

I. ①中… II. ①龚… III. ①菜谱 IV. ①TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 244842 号

中国高校菜肴精品荟萃

龚守相 主编

策划编辑:陈培斌

责任编辑:章红

封面设计:刘卉

责任校对:祝菲

责任监印:张正林

出版发行:华中科技大学出版社(中国·武汉)

武昌喻家山 邮编:430074 电话:(027)81321915

录排:华中科技大学惠友文印中心

印刷:湖北新华印务有限公司

开本:880mm×1230mm 1/16

印张:16.25

字数:350千字

版次:2013年11月第1版第1次印刷

定价:138.00元(含2册)



本书若有印装质量问题,请向出版社营销中心调换  
全国免费服务热线:400-6679-118 竭诚为您服务  
版权所有 侵权必究

## 编 委 会

|     |     |     |     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 龚守相 | 林立中 | 彭说龙 | 孟卫东 | 崔芳菊 | 帅正明 | 王述文 | 徐金强 |
| 张凤淼 | 董种德 | 范宝军 | 张 嵩 | 汪勤稳 | 谢永清 | 樊春起 | 程建设 |
| 杨惠清 | 孙 勇 | 杨学成 | 吴文先 | 刘 锋 | 王淼光 | 滕召华 | 尹三洪 |
| 杨国战 | 赵相华 | 黄玉良 | 何志清 | 刘宝林 | 高方武 | 戴绍明 | 李 帆 |
| 周曙光 | 张勤杰 | 房 宪 |     |     |     |     |     |



► 2013年7月25日，大赛开幕式在东北大学汉卿会堂举行

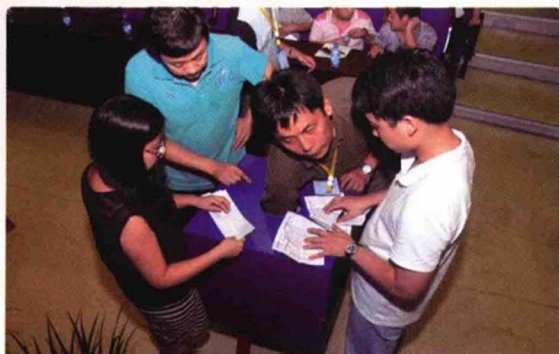


► 各级领导一起亲临比赛现场，察看比赛情况





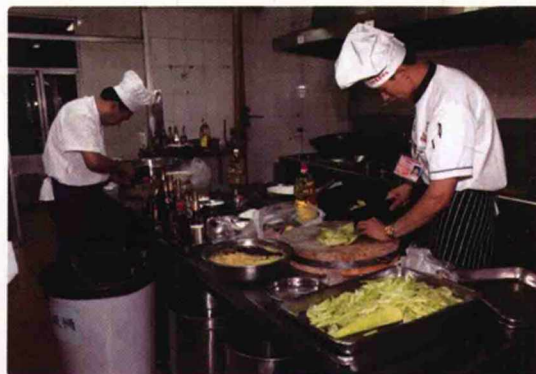
► 一 选手报到



► 二 领队抽签



► 三 选手检录



► 四 选手制作



► 五 评委称量



► 六 白案评委评分



► 七 红案评委评分



► 八 统分



► 全国范围内推荐、选出的专家评委们在赛前召开评委专项会议



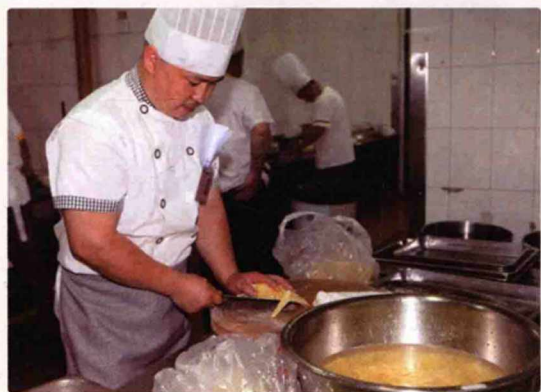
► 现场公布大赛成绩



► 白案地方风味品种展示



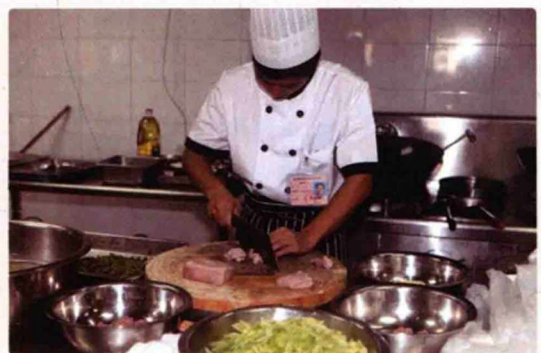
► 红案创新菜品展示



► 红案比赛现场（一）



► 红案比赛现场（二）



► 红案比赛现场（三）



► 白案比赛现场（一）



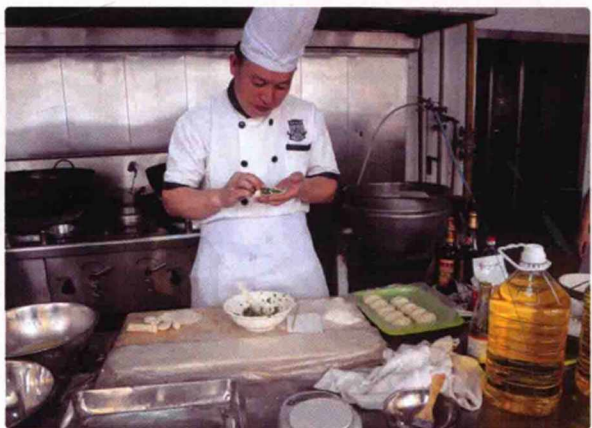
► 白案比赛现场（二）



► 白案比赛现场 (三)



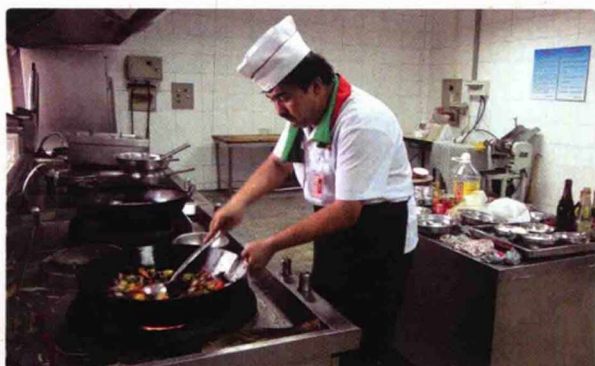
► 白案比赛现场 (四)



► 白案比赛现场 (六)



► 白案比赛现场 (五)



► 清蒸比赛现场

# 前言

为了打造和培养一流的餐饮管理和烹饪技术队伍，不断促进我国高校办伙水平的提高，努力“办好食堂、稳定课堂”，由中国高校伙食专业委员会主办、东北大学承办的第二届中国高校烹饪技术大赛于2013年7月隆重举行，来自30个省（直辖市、自治区）的137所高校共计800多名参赛选手和领队参加了本次大赛。

此次大赛中，除了白案、红案必选品种和自选品种，还有白案地方风味品种和红案创新品种两项考核。其中白案地方风味品种要求既能突出地方特色，又能满足学生食堂“好吃、吃得起、够吃”的要求，适合规模生产、广泛推广；红案创新品种则要求口味及工艺流程具有新意，原料的搭配与烹调方法的组合有一定特色，符合学生食堂菜品的标准，具有推广性。因此，白案地方风味和红案创新品种，不仅是选手烹饪技能的良好体现，同时也是选手优秀技术成果的一次展示与分享。为了促进各高校之间的相互学习，不断优化伙食结构，促进产品创新，提高服务质量，本书特收录了大赛期间所有的地方风味品种和创新菜品近450个，供大家学习、参考。

为了便于大家查找，白案地方风味参照中央电视台对各省、直辖市、自治区的相关排列次序，由北向南，从西向东，先直辖市后省、自治区的方法，进行第一次排序；然后以高校常用烹饪方式，按照蒸点、油炸、煎烙、烘烤、水煮、炒制的次序进行排列。红案创新菜品以原料为依据进行第一次排序；然后按烹调技法（炒、炸、烹、溜、爆、煎、熬、余、烩、炖、焖、烧、蒸、拔丝、挂霜、蜜汁、甜羹等）进行第二次排序；最后以菜品名称首字拼音字母为准，按26个字母顺序进行排列。

书中各菜品的制作方法主要来源于选手参赛报名时的品种申报表。在书籍编撰过程中，部分菜品由于当时填写简洁，尚未达到出版要求，在与菜品作者取得联系、说明原因后，得到了参赛选手及其所在学校的积极响应与大力配合，使编撰工作得以顺利进行，并有效保证了本书的科学性、实用性、指导性和可操作性，在很大程度上提高了本书的参考与学习价值。在此，向所有支持本书编撰工作的高校同行与参赛选手，表示诚挚的谢意！

随着高校餐饮行业的不断发展，高校烹饪技术水平不断提高，办有特色的高校伙食已经成为一种必然趋势。本书力争全面、清晰地反映大赛中每一道地方风味和创新品种的生产方法和工艺流程，以期激发高校伙食工作者提升技能、注重创新的热情，启发全国高校伙食同行进行技术创新的新思路，从而推动高校伙食保障水平上升到一个新的台阶。

# 目录

|                                         |    |
|-----------------------------------------|----|
| 白案(主食)地方风味品种                            | 1  |
| 北京市                                     | 3  |
| 001 北京驴打滚 王飞艳(首都经济贸易大学)                 | 3  |
| 002 萝卜丝饼 杨宝忠(北京联合大学)                    | 3  |
| 003 北京麻酱烧饼 杨晓冬(清华大学)                    | 4  |
| 004 肉饼 艾文英(清华大学)                        | 4  |
| 005 椒盐麻酱烧饼 李顶业(北京林业大学)                  | 5  |
| 006 北京炸酱面 边福乐(清华大学)                     | 5  |
| 上海市                                     | 6  |
| 007 紫薯饼 张琼(上海海洋大学)                      | 6  |
| 008 苏式麻球 周娇玉(上海大学) 吕春梅(上海大学) 李涛(上海海洋大学) | 7  |
| 009 风味酥饼 朱强(东华大学)                       | 7  |
| 010 糖角 喻勋芬(上海大学)                        | 8  |
| 011 草头饼 盛勤枫(东华大学)                       | 8  |
| 012 黑香米饼 朱红刚(东华大学)                      | 9  |
| 013 萝卜丝小包酥 褚书兰(上海海洋大学)                  | 9  |
| 天津市                                     | 10 |
| 014 麻圆 尹秋金(天津大学)                        | 10 |
| 015 一品烧饼 马建华(天津大学)                      | 10 |
| 016 煎饼果子 张宝崎(南开大学)                      | 10 |
| 017 锅巴菜 梁英超(南开大学)                       | 11 |
| 018 津味脂油饼 王章辉(南开大学)                     | 11 |
| 019 南昌炒粉 聂时强(天津大学)                      | 12 |
| 重庆市                                     | 12 |
| 020 热狗 王朝英(重庆第二师范学院)                    | 12 |
| 021 开心可可 谢国兵(重庆第二师范学院)                  | 13 |
| 022 美国玉米饼 代明义(重庆第二师范学院)                 | 13 |
| 黑龙江                                     | 14 |
| 023 菜团子 凌玉梅(黑龙江大学)                      | 14 |

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| 024 刀拉酥 张洪吉 (哈尔滨工业大学) .....    | 14 |
| 025 叉子酥 马艳玲 (哈尔滨工业大学) .....    | 15 |
| 026 白皮酥 刘淑兰 (哈尔滨工业大学) .....    | 15 |
| <b>吉林</b> .....                | 16 |
| 027 玉米面菜团 丁晓艳 (吉林财经大学) .....   | 16 |
| 028 果酱麻花 王锦付 (东北师范大学) .....    | 16 |
| 029 熏肉大饼 张艳忠 (北华大学) .....      | 17 |
| 030 鸳鸯盒 王杰 (吉林大学) .....        | 17 |
| 031 咖喱盒子 连传文 (吉林大学) .....      | 18 |
| 032 六合并 王若楠 (吉林财经大学) .....     | 18 |
| 033 小油饼 于幸娟 (北华大学) .....       | 19 |
| 034 香葱饼 鞠春英 (吉林财经大学) .....     | 19 |
| 035 风味馅饼 李艳华 (北华大学) .....      | 20 |
| 036 老式烧饼 李晓辉 (吉林大学) .....      | 20 |
| <b>辽宁</b> .....                | 21 |
| 037 蛋羹翡翠馄饨 陈秀艳 (大连医科大学) .....  | 21 |
| 038 海鲜灌汤包 王青 (大连医科大学) .....    | 21 |
| 039 双色蒸饺 姜红 (辽宁师范大学) .....     | 22 |
| 040 满族苏叶炸糕 袁晓特 (大连医科大学) .....  | 22 |
| 041 金丝饼 李崇忱 (东北大学) .....       | 23 |
| 042 酱肉三鲜酥饼 王国红 (辽宁师范大学) .....  | 23 |
| 043 筋饼 鲁春发 (东北大学) .....        | 24 |
| 044 牛庄馅饼 李文新 (东北大学) .....      | 24 |
| 045 三鲜回头 王宝籍 (辽宁师范大学) .....    | 25 |
| <b>内蒙古</b> .....               | 25 |
| 046 奶豆腐开花盏 宋春兰 (内蒙古工业大学) ..... | 25 |
| 047 猪肉馅饼 赵四女 (内蒙古工业大学) .....   | 26 |
| 048 新派蒙古馅饼 杨建梅 (内蒙古工业大学) ..... | 26 |
| 049 草原黄油奶酥卷 崔斌 (内蒙古财经大学) ..... | 27 |
| 050 风味炉饼 闫义霞 (内蒙古工业大学) .....   | 27 |
| <b>新疆</b> .....                | 28 |
| 051 糖皮果子 桂永国 (新疆农业大学) .....    | 28 |
| 052 麻团 李权德 (新疆师范大学) .....      | 28 |
| 053 手抓饼 赵万里 (新疆石河子大学) .....    | 28 |

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| 054 烤包子 黄亚丽(新疆石河子大学) 李勇(新疆石河子大学)                 | 29 |
| 055 糖酥饼 马玉清(新疆师范大学)                              | 29 |
| 宁夏                                               | 30 |
| 056 回乡花花 王目涛(北方民族大学)                             | 30 |
| 057 回乡油饼 陈喜喜(北方民族大学)                             | 30 |
| 甘肃                                               | 31 |
| 058 兰州风味酿皮 李梅芳(兰州大学)                             | 31 |
| 059 葱花牛肉酥饼 安福元(西北民族大学)                           | 31 |
| 060 甘肃茱籽饼 寇跃鸿(兰州大学)                              | 32 |
| 061 油胡苦豆饼 王永禄(西北民族大学)                            | 32 |
| 062 兰州糖酥饼 龚淑英(西北民族大学)                            | 33 |
| 063 兰州烧锅子 于建立(兰州大学)                              | 33 |
| 陕西                                               | 34 |
| 064 花色蒸饺 张春光(西北工业大学)                             | 34 |
| 065 龙须饼 袁红良(西北工业大学)                              | 34 |
| 066 蒲城酥饺 张化鹏(陕西铁路工程职业技术学院)                       | 35 |
| 067 炸油糕 李少军(陕西铁路工程职业技术学院)                        | 35 |
| 068 牛肉饼 方大伟(西北工业大学)                              | 36 |
| 069 油酥饼 张征(陕西科技大学)                               | 36 |
| 070 韭菜鸡蛋盒 余美丽(西安交通大学)                            | 37 |
| 071 羊肉煎饼 李凤荣(西安交通大学)                             | 37 |
| 072 萝卜丝酥饼 雷武斌(西安交通大学)                            | 38 |
| 073 香煎菜盒 杨运昌(陕西铁路工程职业技术学院)                       | 38 |
| 四川                                               | 39 |
| 074 叶儿耙 杨廷熙(四川大学)                                | 39 |
| 075 梅花卷 董俊武(电子科技大学)                              | 39 |
| 076 紫薯发糕 周刚贵(成都理工大学)                             | 40 |
| 077 玉米酱肉包 童德文(四川音乐学院) 汪文全(四川音乐学院)<br>喻良平(四川音乐学院) | 40 |
| 078 军屯锅魁 吴先友(电子科技大学)                             | 41 |
| 079 萝卜丝饼 张尔泽(四川大学)                               | 41 |
| 080 宜宾燃面 刘正祥(电子科技大学)                             | 42 |
| 081 双椒肉丝炒面 刘毅(四川大学)                              | 42 |
| 贵州                                               | 43 |
| 082 玉米面菊花饼 杨开锋(贵州大学)                             | 43 |

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 083 玉米窝窝头 张龙(贵州大学).....     | 43 |
| 084 蝴蝶卷 童中国(遵义医学院).....     | 44 |
| 085 雪花蛋球 冯发杰(遵义医学院).....    | 44 |
| 086 肉末酥饺 殷涛(贵州大学).....      | 44 |
| 087 粽子(黔北风味) 廖斌(遵义医学院)..... | 45 |
| 云南.....                     | 45 |
| 088 棉花杯 闫绍花(昆明医科大学).....    | 45 |
| 089 重油荞包 吴顺连(昆明理工大学).....   | 46 |
| 090 双色窝窝头 李叶(昆明理工大学).....   | 46 |
| 091 水晶年糕 周光强(昆明医科大学).....   | 47 |
| 092 油炸狮子头 刘思发(大理学院).....    | 47 |
| 093 云腿莲藕酥 李宽波(昆明医科大学).....  | 48 |
| 094 鲜花饼 何宗应(云南大学).....      | 48 |
| 095 云腿月饼 秦文峰(昆明理工大学).....   | 49 |
| 096 彝家酱香饼 亢明海(大理学院).....    | 49 |
| 097 喜洲破酥粑粑 张金瑞(大理学院).....   | 50 |
| 山西.....                     | 50 |
| 098 四喜发糕 索午斌(太原理工大学).....   | 50 |
| 099 三色发糕 周晓卫(中北大学).....     | 51 |
| 100 平遥碗托 赵文林(中北大学).....     | 51 |
| 101 晋南菜盒 李斌(山西师范大学).....    | 52 |
| 102 金丝一窝酥 海来往(太原理工大学).....  | 52 |
| 103 荤素馅饼 张恒祺(山西师范大学).....   | 53 |
| 104 过油肉刀削面 张敏琪(山西师范大学)..... | 53 |
| 105 三色粮仓 靳瑞红(太原理工大学).....   | 54 |
| 106 三色猫耳朵 王瑞强(中北大学).....    | 54 |
| 河北.....                     | 55 |
| 107 香麻大饼 李亚丽(河北师范大学).....   | 55 |
| 108 黄金蛋黄卷 刘文毅(河北科技大学).....  | 56 |
| 109 美味炸糕 董秀山(河北师范大学).....   | 56 |
| 110 白洋淀农家饼 朱常伟(河北科技大学)..... | 57 |
| 111 香河肉饼 刘小梅(河北师范大学).....   | 57 |
| 112 驴肉火烧 姚茂松(河北大学).....     | 58 |
| 113 果酱烧饼 李晓伟(河北工业大学).....   | 59 |
| 114 咖喱酥 张红梅(河北科技大学).....    | 59 |

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| 115 油酥饼 李俊义(河北大学).....                                 | 60 |
| 116 老婆饼 张桂红(河北工业大学).....                               | 60 |
| 117 手抓饼 陈金英(河北大学).....                                 | 61 |
| <b>山东</b> .....                                        | 61 |
| 118 南瓜馒头 王洪磊(山东大学).....                                | 61 |
| 119 双色花卷 江廷久(山东财经大学).....                              | 62 |
| 120 香酥咸饼 葛平(山东建筑大学).....                               | 62 |
| 121 千层饼 常保(山东大学) 王书祥(山东大学).....                        | 62 |
| 122 香酥饼 陈会安(山东师范大学).....                               | 63 |
| <b>河南</b> .....                                        | 63 |
| 123 花卷 连财宾(河南科技学院).....                                | 63 |
| 124 紫薯黄金果 闫俊杰(南阳理工学院).....                             | 64 |
| 125 糖糕 甘从亮(河南大学) 余德勋(河南大学) 金建党(河南科技学院).....            | 64 |
| 126 盘丝饼 黄喜(南阳理工学院).....                                | 65 |
| 127 猪肉锅贴 熊德文(河南大学).....                                | 65 |
| 128 郑州酥饼 连庆伟(南阳理工学院).....                              | 66 |
| <b>安徽</b> .....                                        | 66 |
| 129 海苔寿司 邱义松(芜湖职业技术学院).....                            | 66 |
| 130 安徽淮河豆腐饺 李红(淮南师范学院) 倪士安(淮南师范学院)<br>崔素林(淮南师范学院)..... | 67 |
| 131 三河米饺 王宏(皖西学院).....                                 | 67 |
| 132 江南风味南瓜饼 陈志炎(芜湖职业技术学院).....                         | 68 |
| 133 麻团 赵佩龙(宿州学院).....                                  | 68 |
| 134 特色麻球 葛机战(芜湖职业技术学院).....                            | 68 |
| 135 生煎包 刘斌(宿州学院).....                                  | 69 |
| 136 油酥烧饼 张林艳(宿州学院).....                                | 69 |
| <b>江苏</b> .....                                        | 70 |
| 137 鸳鸯包 钱丽健(淮阴师范学院).....                               | 70 |
| 138 钳花莲蓉包 孔香香(扬州大学).....                               | 70 |
| 139 木瓜酥 李学勇(盐城师范学院).....                               | 71 |
| 140 火龙饺 李翔(盐城师范学院).....                                | 71 |
| 141 双麻酥饼 吴玉飞(扬州大学).....                                | 72 |
| 142 紫芋鸳鸯 戴明其(扬州大学).....                                | 72 |
| 143 千层酥 陈吕旗(淮阴师范学院) 陈成果(淮阴师范学院).....                   | 73 |
| 144 藕粉圆 王迎中(盐城师范学院).....                               | 73 |