

一、鲐鲅鱼食品

鲐鲅鱼是鲐鱼和鲅鱼的合称 因这两种鱼体形、色泽相似 统称为鲐鲅鱼。鲐鱼又名鯖鱼、青鲐鱼、鲐巴鱼、青砖鱼、青花鱼、油筒鱼，身体呈纺锤形 背青蓝色 腹淡黄色。鲅鱼又称马鲛、蓝点马鲛等 体长而侧扁。背部黑蓝色，腹部两侧银灰色。

鲐鲅鱼分布我国南北沿海 尤以黄海、东海产量最大。鲅鱼肉质细嫩 皮糯 尤其尾骨酥软并含有胶质 成菜后肥腴鲜香 鲐鱼肉质则较粗疏并略带腥酸 但若烹调得法 亦很鲜美。它们的共同特点是肉厚刺少 富含脂肪 做出的鱼菜均鲜香、肥腴 且具有强体、防老、提神之功效。

1. 冻、腌、干制品

冷冻鲅鱼片

工作流程 原料→挑选→去头、内脏→清洗→去骨取鱼片→分级→摆盘→冻结→装箱打包→冷藏

操作方法 1. 原料选择 要选择鲜度好、有光泽、肌肉结实有弹性 眼球透明、鱼体表面没有或仅有个别长度小于 2 厘米轻微划伤的鲅鱼做原料 条重为 400~1 200 克。

2. 去头、内脏 沿胸鳍的根部切去鱼头 剖开其腹部去内脏。

3. 清洗 用 10℃ 以下冰水清洗，要将腹腔内的血污清洗干净。沥水后马上去骨取鱼片。

4. 去骨取鱼片 采用‘六刀法’ 出成率一般可达 60% 以上 去骨

取鱼片。先从鱼体一侧剖开的腰腔下部向尾部平走一刀至尾部(不切断)将鱼体调头在鱼体尾部脊背处向头部平走一刀走刀时应将刀尖紧靠在鱼体的脊柱骨上。将刀平着穿过鱼片(尾部)使刀刃紧靠脊柱骨重新从尾部向头部平走一刀使片完全离开脊柱骨切断尾部连接点,将鱼片取下。在鱼体的另一侧用同样方法取下鱼片。如果鲑鱼的鲜度较好腹腔内膜光滑无破损只要将鱼片的腹部刀口处稍作修整即可成形。如果鲑鱼的鲜度尚好,但腹腔内膜已有轻度腐化或受肝汁污染,则应用刀刃将其削去,直至露出鱼肉的本来颜色再将边沿修齐即可。

5分级规格分5种:100~150克、150~185克、185~225克、225~275克、275~320克。

6.摆盘:鱼盘中放入杉木制的框架和板隔。在每个木格子里放上塑料薄膜,鱼片一片挨一片头尾交错摆放。按规格决定摆放片数,层与层之间用塑料薄膜隔开,共放3层。一个木格子里摆5千克鱼片,一只鱼盘二格计10千克。将鱼片摆完后,将底层塑料薄膜折覆在木格子里已摆好的鱼片上,用胶带纸粘牢。

7.冻结:将摆完盘鱼盘立即送入冻结间速冻。待鱼片中心温度达-18℃时即可出冻。

8.装箱、冷藏每箱二块,计10千克,打包以后进低温冷藏库贮存,库温-18℃以下。

产品特点 鱼体规整,肉质新鲜,无不良气味。

腌渍鲑鱼(一)

鲑鱼鱼肉易腐而多脂,容易引起腐败和油烧现象。由于加工地区与渔场距离的远近和原料的鲜度情况不同其加工方法也不同。

原料配方 鲜鲑鱼100千克盐40~55千克

制作方法 一次腌渍法:渔场距加工地点较近,渔和港后立即进行加工者可应用本法。原料到达加工场后,用刀由尾部

至头部开背部 并在背部肉厚处割一刀 然后除去内脏。经海水洗涤后用食盐擦附于鱼体的内外，平铺于腌渍池内，肉面向上背部向下，一层层地腌到满池为止。每层鱼间须撒布食盐，在最上面撒布食盐后加盖木板上压石块。4~6 日后 鱼体逐渐下沉 卤汁上升 掩盖全部鱼体经过半月而完成。在腌渍过程与贮藏期间并不换池，入秋亦不至腐败。其用盐量视原料与汛期的不同而略有增减。一般 5 月中旬至 6 月初的头水鱼为 40%，6 月中旬至 7 月初的二水鱼为 45%，而 7 月初以后的三水鱼则达 50%~55%。成品率头水鱼约为 75%，二水鱼约为 70%，三水鱼约为 67%。

2. 二次腌渍法：应用此腌渍有两种情况，一是渔场距离加工地点较远 原料捕获后必须在船上预行盐渍 才能保持鲜度。因此在船上的渔工将鱼体背开除去内脏后立即以 40% 的食盐腌渍于船舱中。待驶运至加工地点后，起卸上岸再加以 10% 的食盐施行第二次腌渍。另一种情况是加工生产单位收购渔民自捕归港的血片（经一次盐渍的鱼体）再用食盐水（海水 100 千克溶解食盐 20 千克）腌于池中。以上两种情况的成品率 血片 130 千克可得成品 100 千克左右。

3. 荷包鱼腌渍法：在鱼汛末期捕获的鱼体，肥满度及新鲜度亦较差 不能做成血片者 用此法处理 所得的成品品质低劣 售价亦廉。加工方法：整个鱼体只于背部用刀在肉厚处割一长约 10 厘米的刀口，使之与腹腔贯通。再于切口塞入足量的食盐达于腹腔后铺于池内，照普通的腌渍法腌好。半月即可出池销售。用盐量都为 50%~55% 其成品率为 64%~67%。

产品特点 一次腌渍法和二次腌渍法 鱼肉坚实 色泽正常 鲜度良好。

腌渍鲭鱼（二）

原料配方 鲜鲭鱼 100 千克 盐 17.5 千克 细盐水适量、

制作方法 1. 鲭鱼腌渍开始于海上拖网船上。每条鲭鱼一劈

为二，这样除去内脏后鱼将呈开启和平放状态。用手指握住分割刀，以拇指为指导沿着鱼的上部滑动。分割后将鱼送到盘内，用夹具撑开。随着一阵抖动使鱼沿肋骨下部纵向断开。除去内脏和鱼鳃。将鱼扔进装有干净盐水的清洗桶内，并使鱼开口处和鱼面部朝下。鱼留在盐水中直到完全裂开。同时浸渍掉鱼血。这可能要 6~8 小时或更长时间。洗净工作台。开始腌渍。

2. 把鲭鱼连桶带水倒在洗净的工作台上，用一桶清水冲洗鲭鱼。随后将鱼浸在细盐水中，鱼肉面朝下放进桶内，只有桶底 2~3 层鱼肉面朝上。不用粗盐，因为它影响鱼的外观。

3. 此后，在船进港前，别动鲭鱼桶。进港后送往冷库，等待上市。腌渍期间要经常往桶内添加盐水，补充因漏和蒸发造成的损失。因为任何暴露于空气中的鱼块因“生锈”面而不能上市。

4. 上市前，腌渍的鲭鱼要小心地重新包装和用新鲜盐水淹没，移开桶顶部。倒出盐水。鱼由桶内倒出后置入采集框（这是一个底部是条板的板箱，通常长约 1.5 米、宽 0.9 米、深 20~25 厘米，四脚高 90 厘米）。鲭鱼在此按公认的贸易等级分类并放入底部带孔的秤槽内。每个槽可容纳 45 千克。在秤上称量后，鱼按各种等级分别装入各桶内，并在桶底撒少量盐。2~3 层鱼以肉面朝上码放，其余以肉面朝下码放。各层鱼间撒上大量盐。鱼 100 千克约需盐 17.5 千克。桶内装满鱼后放置好，并向桶内注入浓盐水。

产口特点 肉质坚实 色泽正常 咸鲜味美 有利贮藏。

盐藏鲱鱼

鲱鱼俗称鲱鲛鱼、油桐鱼。每 100 克鲱鱼肉含蛋白质 21.4 克、脂肪 7.4 克。鱼肉可医治慢性胃肠道疾病和肺癆虚损、神经衰弱等症。

制作方法 1. 原料验收 以体重在 500 克以上 质量新鲜、脂肪含量高的鲱鱼为原料。如使用冻鱼 必须选择新鲜度良好 快速冻结

的鲑鱼。腹部发红的原料不宜采用。

2. 解冻 解冻应在加工的前一天晚上开始 将冷冻鱼投入含 3%~4% 的食盐水中。

3. 去鳃、内脏 为了保证鱼的新鲜度质量 在鱼解冻后应立即进行加工处理。背开除去鱼鳃和内脏，以利延长鱼的保藏期限。

4. 沥水 水洗后 充分沥去鱼体带有的水分。

5. 加盐 在鱼体的两面均匀撒上碎盐 用盐量为鱼体重量的 4%~5%。

6. 包装：用纸箱或木箱包装。每箱装入 6 千克或 8 千克 或者分别装 8 尾、10 尾、12 尾。每 6~8 箱打成一捆。

7. 贮藏与食法 盐藏鲑鱼必须在 1~2 天内使用完 否则应在低温下贮藏。上述薄盐盐渍的鲑鱼，既具有腌渍品的风味，又不太咸，很受欢迎。在日本 盐藏鲑鱼主要用于制作四喜鲑鱼、醋浸鲑鱼的原料。

质量标准 一级品 体形完整 刀口光滑平整 肉质坚实 体壮肉肥 肉面呈朱红色。表面花纹清晰可辨 无粘杂物 清洁卫生 有正常盐香味。

二级品 鱼肉色泽暗 肉质较软 有破碎现象。刀口粗糙不够平整 有粘杂物 稍有油烧味。

三级品 体形不整 破碎较重 有脱刺离骨现象 并稍有酸败味。

咸干竹 莼鱼、秋刀鱼、鲑鱼

原料配方 新鲜肉 100 千克 食盐适量

制作方法 1. 原料选择 以竹筴鱼、红背圆鲈、秋刀鱼、日本鲑鱼以及狭头鲑鱼做原料。作为原料鱼新鲜度好是首要条件。虽然脂肪多的也可以加工利用，但此时对原料的要求特别是新鲜度要求更高。

2. 加工、水洗 留头、剖开腹部或背部 除去鳃和内脏。除了接

近尾部骨外一般多数将背骨剖成二片。最近也有剖成三片的。不论如何加工 调理后都要充分水洗 去除污物污血。

3. 腌咸、水洗 水洗以后的原料 主要应用浸渍法 在 10%~20% 食盐水中浸渍 1~2 小时。水洗后进行干燥。

4. 干燥：利用日晒或机械进行干燥。日晒时将原料鱼摊放在笠子上，特别是在夏季和温暖季节多用低温机械干燥（20~25℃、2~5 小时）。也有干燥只到表面脱水时为止的（20℃约 1 小时）。

5. 保管、包装 根据产品不同干燥程度 装入适当的容器内 然后加以冷藏或冻结保管。

产口特点 内部色泽好 有透明感 鲜味正常。

2. 蒸制品

蒸鲑鱼

原料配方 鲑鱼（1条）800 克 水发玉兰片 30 克 火腿、香菜各 25 克 料酒、精盐、酱油、味精、白糖、葱段、姜片、葱末、姜末、胡椒粉、麻油、花生油各适量

制作方法 1. 鲑鱼去鳞、鳃和内脏，用稀盐水洗净。在鱼体两侧剖上刀纹 深至鱼骨 用盐稍腌渍。

2. 玉兰片切片。香菜洗净 切段。

3. 将稍腌渍的鱼放在盘内，均匀地铺上火腿片和玉兰片，撒上葱段、姜片 上笼用旺火蒸 15 分钟左右 取出。拣去葱、姜 滗出鱼汤 将鱼盛在盘内。

4. 锅内放花生油烧至七八成热 放入葱末、姜末 煸出香味时加入蒸鱼汤汁、料酒、盐、酱油、白糖、味精、胡椒粉烧开。调好口味 浇在鱼上 淋入麻油 撒上香菜段即成。

产品特点 质地软烂 鲜香味醇。具有滋补、强壮、利水、消肿之功能。适用于虚弱、贫血、盗汗、肺癆损伤、神经衰弱、慢性腹泻等

病症。

豆豉蒸鲑鱼

原料配方 鲜鲑鱼 800 克 豆豉 30 克 猪肥肉、冬笋各 25 克
干冬菇 20 克 料酒、精盐、酱油、味精、猪油、葱丝、姜丝、蒜片、淀粉、
肉汤各适量

制作方法 1. 将猪肥肉、冬笋和泡发好的冬菇均洗净 切成小方丁。

2. 用豆豉与部分蒜瓣捣成豆豉蒜泥。

3. 鲑鱼去鳞、鳃和内脏 洗净 下开水锅中氽一下 去其腥味。

4. 用料酒、酱油、味精、盐、白糖及肉汤 调成味汁。

5. 鱼放盘内 加葱、姜丝、冬菇丁、冬笋丁、肥肉丁、豆豉蒜泥。
将调好的味汁浇在鱼身上。上屉蒸 20~30 分钟 取出 淋上猪油即成。

产品特点 质地细嫩 软烂 豆豉味香。具有滋补强身、解表清热之功效。适用于食欲不振 营养不良 结核病 术后恢复期 慢性胃肠道疾病等病症。

鲑鱼蒸蛋

原料配方 鲑鱼 850 克 鸡蛋 4 个 料酒、精盐、味精、葱段、姜片、猪油各适量

制作方法 1. 鲑鱼去鳞、内脏 切去头、尾 洗净 每条切 2~3 段。用料酒、盐、味精、葱、姜腌渍片刻。

2. 鸡蛋打散 倒入鱼块中 抓拌均匀 放入猪油。上笼用旺火蒸 10 分钟左右 鱼熟取出即成。

产品特点 鱼肉细嫩 滑爽 滋味鲜美。具有滋阴润燥、补血、解毒的功效。适用于虚弱、肺病损伤、神经衰弱、贫血、热病烦闷、目赤咽痛、胎动不安、产妇口渴等病症。

粉蒸鲮鱼

原料配方 净鲮鱼肉 750 克 大米粉 50 克 水发木耳少许
葱花、姜末、酱油、精盐、味精、白醋、淀粉、猪油、胡椒粉各适量

制作方法 1. 将鱼肉洗净 用刀切成长方块 放入盘内 加上米粉、精盐、姜末拌匀腌渍 10 分钟左右入味。逐块码入碗内 上笼用旺火蒸 1 小时左右取出，滗出原汁。

2. 锅置火上放入原汁和清水适量，加入姜末、水发木耳、酱油、白醋 待汤烧沸。加入味精 用水淀粉勾薄芡 随将蒸鱼翻扣在盘中，淋上汁、猪油 撒上胡椒粉、葱花即可上桌。

产品特点 肥嫩细腻，余味无穷。

清蒸鲮鱼

原料配方 鲮鱼（1 条）600 克 水发玉兰片 30 克 火腿、香菜各 20 克 料酒、精盐、酱油、味精、白糖、葱末、姜末、葱段、姜片、胡椒粉、麻油、花生油各适量

制作方法 将鲮鱼去鳞、鳃和内脏，洗净。在鱼身两侧斜剖上刀纹 深至鱼骨 用盐腌渍片刻。

2. 玉兰片、香菜、火腿洗净 玉兰片、火腿切片 香菜切段。

3. 将腌渍好的鱼放盘内 铺上火腿片、玉兰片 放上葱、姜 上笼用旺火蒸 15 分钟左右取出。拣出葱姜 滗出鱼汤 鱼放盘内。

4. 锅内放花生油烧至七八成热，下葱末、姜末煸出香味后 加入蒸鱼的汤汁、盐、酱油、白糖、味精、胡椒粉 烧开。调好味 浇在鱼上，淋入麻油 撒上香菜段即成。

产品特点 清淡 鲜嫩 爽口。具有强壮、防老、提神之功效。适用于脾胃虚弱 消化不良 反胃 腰膝冷痛 食欲不振 腹部隐痛等病症。

荷花鱼

原料配方 鲇巴鱼肉 200 克 虾脑 15 克 猪肥膘 100 克 火腿 50 克 熟蛋黄 5 克 鲜豆苗 25 克 鲜荷叶 1 张 高汤 400 克 蛋清 50 克 精盐 2.5 克 料酒 15 毫升 姜水 15 克 味精 4 克 湿淀粉 25 克 鸡油 25 克

制作方法 鲇巴鱼肉去净刺，与肥膘一起砸成细泥。将鱼泥分成 3 份 其中 1 份加入剁烂的豆苗 另 2 份加入虾脑 分别用凉水解开。再加味精、料酒、姜水 用筷子朝一方向搅打。最后加盐、蛋清、湿淀粉 搅打均匀成红、绿两色鱼泥。

2. 取 16 个汤匙 分别在匙内抹油少许 将红色鱼泥分别抹入汤匙内 上屉蒸熟为荷花瓣。

3. 取 10 厘米小碟一个 将绿色鱼泥放入抹平 蒸熟的荷花瓣码在绿色鱼泥 花托 的边缘成荷花形 火腿削成厚 2 厘米、直径 4 厘米的圆形为花蕊 上面抹鱼泥少许 用剁碎的熟蛋黄撒在鱼泥上 上屉蒸一分钟。

4. 鲜荷叶洗净在沸水中烫一下，铺放在大汤盘中。蒸熟的荷花取出放在荷叶中央。

5. 汤勺上火 注入高汤 加料酒、味精、盐调好味 用调稀的湿淀粉勾二流芡，淋上鸡油。轻轻地浇在荷花鱼上即成。

产品特点 造型美观，鱼鲜滑嫩。

醋拌鲅鱼

原料配方 鲅鱼 500 克 精盐适量 料酒 20 克 白糖 3 克 大葱 1 根 辣酱油 20 克 鲜姜 1 小块 味精少许 醋 30 克

制作方法 选用去头、尾的跋鱼中段 除去内脏 里外清洗干净。抹干水 内外擦上盐少许 腌渍 30 分钟。将腌过的鲅鱼放盘中，淋上料酒。

2. 将大葱去根洗净切成段放鱼段上。将鲜姜一半去皮洗净切碎末 另一半切成薄片放鱼段上。

3. 将色盘放蒸锅内用大火蒸熟 出锅晾凉。除去葱、姜 滗去盘中的汤水。

4. 将醋放碗内 加入白糖、味精、姜末和辣酱油调匀成汁 浇在晾凉的鱼段上即可上桌供食。

产品特点 鱼肉鲜嫩,酸辣味香可口。

鲑鱼布丁

原料配方 净鲑鱼肉 500 克 白面包、牛奶各 100 克 鸡蛋清 5 个 玉米粉、黄油、白葡萄酒、盐、油炒面、胡椒粉、葱末、清汤各适量

制作方法 1. 将鱼肉绞碎,放入用牛奶浸泡过的面包,用黄油炒过的葱末、蛋清、油炒面、盐、胡椒粉、玉米粉和匀。再加上牛奶、白葡萄酒、清汤拌匀成馅。

2. 圆模子抹上黄油 装入拌好的鱼馅 放入锅中蒸熟即可。

产品特点 清淡爽口 鲜咸松软。

3. 煮制品

沙锅鲭鱼头

原料配方 鲭鱼头(1只) 1000 克 猪肉、水粉皮、水冬菇各适量 清汤、猪油、酱油、料酒、葱、姜、青蒜、豆瓣酱、精盐、味精各适量

制作方法 1. 鲜活鲭鱼去净鳞、鳃、内脏 洗净。剁下鱼头 头上带肉 3.3 厘米左右 在肉上剞上一字花刀。

2. 粉皮切成长 10 厘米、宽 1.5 厘米的条,下入沸水锅中 氽透,捞出 沥水。

3. 猪肉切成片 青蒜择洗干净 切成长 2.5 厘米的段 葱择洗干净 切成段 姜刮去外皮 洗净 切成片 香菇洗净 去蒂 切成抹刀片。

4. 勺置火上 加猪油 烧热,下入鱼头 煎至两面呈浅黄色 捞出 沥油 放入沙锅中。

5. 勺中留油少许,下入葱段、姜片、猪肉片 炒片刻 放入沙锅中。

6. 沙锅置火上 加清汤、酱油、料酒、精盐、味精、冬菇 烧沸。再文火煨燉 10 分钟左右 再加入粉皮条。

7. 勺内加猪油少许,下入豆瓣酱 炒透 放入沙锅里。

8. 沙锅再煨片刻 拣去葱、姜 加入青蒜段 即成。

产品特点 鲜香味美 肥而不腻 别具一格 冬季佳肴。

灌蟹鱼圆

原料配方 鲜鲚鱼肉 300 克 蟹粉 25 克 肥猪肉 50 克 清汤 500 克 熟火腿片(或香肠片)水发笋片(或土豆片)水发木耳、熟菜心、鸡蛋清、葱姜汁、植物油各适量

制作方法 1. 将植物油下勺 烧至五成热时 投入蟹粉 加入精盐炒拌。盛出晾凉后,做成莲子大小的丸子做馅料。

2. 将鱼肉、肥猪肉分别剁成细泥后放在一起,加鸡蛋清、葱姜汁、清汤、精盐、植物油搅成鱼蓉。

3. 用手抓起鱼蓉 塞入蟹馅 1 粒 挤成鱼圆 放入冷水勺中。

4. 将冷水勺放火上,烧至鱼圆熟时,捞入凉开水中。勺内另加入清汤、精盐、火腿片、笋片、菜心、鱼圆 烧开后盛入汤碗中即可。

产品特点 色如琥珀 汤清爽 质鲜嫩。

清汤鱼腐丸子

原料配方 鲜鲢巴鱼肉 250 克 猪肥膘 100 克 南芥末 50 克 净豆腐 15 克 高汤 1 000 克 大油 25 克 精盐 5 克 味精 4 克 姜汁 25 克 料酒 15 毫升 蛋清 100 克 鸡油 10 克

制作方法 1. 将鱼肉去净骨刺与肥膘一起砸成细泥,放盘内用

凉水少许懈开。再下料酒、味精、姜汁，用筷子向一个方向搅打，边搅动边加汤至稠粥状时，入蛋清、盐继续用力搅打。见鱼肉发亮时下入南芥末及大油搅匀，放入冰箱冷冻片刻待用。

2. 汤勺上火，注入高汤即将鱼泥挤成鱼丸入汤中，使水温逐渐升高，稍一见开即将勺端离火口。撇去浮沫，调好味，撒上豆苗，淋入鸡油，倒入大汤盘中即成。

产品特点 汤清醇香，鱼肉软嫩。

鸡汤鱼卷

原料配方 鲜鲭鱼肉 500 克 鸡汤 600 克 瘦猪肉、熟火腿（或香肠）、水发玉兰片（或莴笋）、豌豆苗、鸡蛋清、精盐、料酒、味精、姜末、水淀粉、香油各适量

操作方法 1. 将鲭鱼肉切成长 6 厘米、宽 3 厘米、厚 0.2 厘米的长方片。

2. 瘦猪肉剁成细泥，加鸡蛋清、料酒、味精、精盐、姜末和香油搅匀。

3. 用鸡蛋清、水淀粉调成蛋清糊。把鱼片平放，逐片抹上一层蛋清糊，在每片鱼片的一端放肉馅少许卷起。卷到另一端时，再涂少许蛋清糊，把鱼卷粘好。

4. 熟火腿、玉兰片均切成细丝。豌豆苗洗净。

5. 勺内加清水烧开，将鱼卷入内氽一下，撇去浮沫后捞出。

6. 勺内另加鸡汤烧开，下入鱼卷、火腿丝、玉兰片丝。复开后加入精盐、味精、料酒，用手勺搅匀。最后将豌豆苗撒在上面即可。

产品特点 汤清味鲜，肉质细嫩。

鱼汤

原料配方 鲭鱼片 220 克 盐适量 萝卜 1100 克 海带长 12.5 厘米 水 800 克 清酒 30 克 味精 1.5 克 醋 5 克 大葱

1.5克

- 制作方法** 1. 将鲭鱼切成四块 撒上 30克盐 腌渍 1~2 小时。
2. 将海带切成宽 0.5厘米、长 5厘米的块。
3. 清洗鲭鱼 用沸水烫一下 再用冷水投凉。
4. 将鲭鱼放入锅内 倒入海带、水和清酒 煮片刻 取出海带 转为文火煨 20分钟。撇去浮沫 加入味精 倒入碗中 撒上大葱即成。
- 产品特点** 鱼肉细嫩，汤汁鲜美。

咸酸鱼片汤

原料配方 鲜鲮鱼肉 150克 酸菜 100克 鸡蛋清 1个 水发口蘑 50克 清汤 500克 精盐、味精、料酒、葱姜丝、胡椒粉、水淀粉、辣椒油各适量

制作方法 1. 将鲮鱼肉洗净后切成长 5厘米、宽 3厘米的片。放入碗中 加入精盐、味精、料酒、鸡蛋清、水淀粉搅匀上浆。

2. 酸菜放清水中浸泡透 入沸水中略烫捞出 切成长 2厘米的段 口蘑洗净后切成片。

3. 炒锅置旺火上 加入清水烧沸 放入上浆的鱼片 用筷子轻轻划散 至熟捞出。

4. 炒锅刷洗干净 加入清汤、酸菜、口蘑、精盐、味精、料酒、胡椒粉、葱姜丝烧沸。撇去汤面浮沫 放入鱼片略煮 淋入辣椒油搅匀即可。

产品特点 鱼片洁白细嫩 汤汁咸酸微辣 清香爽口 开胃促食欲。

鲮肝汤（江苏苏州）

原料配方 活跋鱼 500克 熟火腿片 15克 水发香菇片、熟春笋片各 10克 豌豆苗 5克 精盐 7克 味精、白胡椒粉各少许葱末 5克 绍酒 25克 鸡清汤 750克 熟猪油 15克

制作方法 1. 将鲑鱼宰净 从胸鳍处沿脊骨两侧平片至尾 取下两片鱼肉。洗净血污，撕去黑膜。

2. 将鱼肉、鱼肝分别片成 2 片 放入碗中。加精盐拌匀后 滗去汁水 加精盐、葱末、绍酒 5 克拌和。

3. 锅置旺火上 舀入鸡清汤烧沸 放入鱼片、鱼肝 加绍酒、精盐 沸后撇沫 加入火腿片、笋片、香菇片、豌豆苗。烧沸后加味精调匀 起锅盛入汤碗 淋熟猪油 撒胡椒粉即成。

产品特点 柔滑细嫩 汤清味鲜。

4. 烧制品

红烧鲑鱼（一）

原料配方 鲜鲑鱼 2 尾 500 克 植物油 500 克 水发香菇、水发玉兰片（或莴笋）油菜、葱姜丝、肥猪肉、清汤、料酒、精盐、白糖、味精、水淀粉、酱油、香菜段、香油各适量

制作方法 1. 将鲑鱼刮净鳞 去掉鳃、内脏 洗净。在鱼两面划上柳叶刀 用酱油、料酒腌渍。

2. 水发香菇、玉兰片、油菜、肥猪肉均切成细丝。

3. 植物油下勺 烧至九成热时 将鲑鱼入油中炸至呈大红色 捞出控油。

4. 勺内留油少许，用葱姜丝爆锅，放肥猪肉丝略炒，加料酒一烹。随即加入香菇丝、玉兰片丝、油菜丝、清汤、酱油、精盐、味精、白糖烧开。放入炸好的鱼 用小火煨熟 捞出摆入盘内。

5. 勺内原汤用水淀粉勾成熘芡 加入香油、香菜段 浇在鱼上即可。

产品特点 色泽酱红，味道咸鲜略甜。

红烧鲑鱼（二）

原料配方 鲑鱼 850 克 笋片 25 克 冬菇 25 克 油菜 25 克 料酒、味精、酱油、白糖、姜片、葱段、椒油、湿淀粉、花生油、清汤各适量

制作方法 1. 鱼去鳞、鳃、内脏 洗净 在鱼身两侧剖几刀 用酱油腌渍一下。锅内放花生油烧至七八成热，下鱼炸至金黄色时 捞出控净油。

2. 冬菇、笋片、油菜择洗干净 笋片切成丝。

3. 炒锅放花生油烧热，下葱、姜煸香 把笋丝、冬菇放入锅内加调料翻炒。加鱼下锅烧开后 改用小火煨至汤汁浓。拣去葱、姜。

4. 将油菜下锅 调好口味 用湿淀粉勾芡 淋上辣椒油即成。

产品物点 色泽酱红 清香可口。适用于慢性肠胃道疾病、肺癆损伤、神经衰弱、虚弱盗汗、小儿疳积、遗尿等病人食用。

红烧鲑鱼（三）

原料配方 鲜鲑鱼（1 条 800 克 冬笋 25 克 冬菇 25 克 料酒 15 克 味精 5 克 酱油 10 克 白糖 5 克 精盐 1.5 克 葱段、姜片、辣椒油各 10 克 花生油 1 000 克 约耗 150 克）湿淀粉 15 克 鲜汤适量

制作方法 1. 鱼去鳞、鳃、内脏 洗净 在鱼身两面用直刀剖上花纹 用料酒少许、酱油腌渍一下。

2. 锅内放花生油 烧至七八成热，下鱼炸至金黄色时 捞出控净油。

3. 冬菇片开，冬笋切成片。

4. 锅内放底油烧热，下葱、姜煸出香味 把冬菇、冬笋放入锅内，加调料翻炒数下，下入鱼 添鲜汤适量。见开后改用小火煨至汤汁浓时 勾流水芡 淋上辣椒油即成。

产品特点 色泽金黄 酥香微辣。

红烧鲈鱼

原料配方 整条鲈鱼 500 克 猪肉 50 克 水发玉兰片 25 克
花生油 1 000 克(实耗 25 克) 酱油 50 克 料酒 20 克 糖 10 克
湿淀粉 25 克 盐 2 克 味精 1.5 克 葱段 15 克 蒜片 10 克 姜
片 8 克 糖色少许 鲜汤适量

制作方法 1. 将鱼去鳞、鳃 开膛去内脏 洗净后放在案板上。
用刀在鱼体两面用斜刀剞成“一”字花刀 两刀间距离大约 1 厘米 剞好
后装在盘内 用部分盐、酱油稍腌渍一下。猪肉和玉兰片洗净 切成
片。

2. 将锅架在火上 放油烧至七八成热 再将鱼下入炸约 2 分钟。
炸至鱼皮发挺、色呈金黄时捞出。

3. 原锅留底油 再烧至七八成热,下入葱段、蒜片、姜片炝锅 炸
出香味后,下入肉片煸炒片刻。见肉变色随即下入鲜汤、酱油、料酒、
糖、盐、玉兰片等。烧开后 将炸好的鱼下入 再烧 改用中小火烧
燻 10 多分钟。见汤汁燻去一半 鱼肉熟透时 将鱼捞出 盛在盘内。

4. 锅内汤汁改用旺火,加入糖色拌匀,用湿淀粉勾芡,淋入明
油,浇在鱼体上即可。

产品特点 色泽红亮 鱼肉酥嫩 汁浓味厚。

红烧青鲇鱼

原料配方 青鲇鱼 750 克 冬笋片 25 克 香菇块 10 克 油菜
10 克 料酒、酱油、味精、白糖、葱、姜、花椒、八角、辣椒油、水淀粉、
油各适量

制作方法 1. 将青鲇鱼去鳞、鳃及内脏 洗净。在鱼身两侧每
隔 2.5 厘米处剞斜直刀 用酱油稍腌渍。

2. 油菜切片 葱切段 姜切片。

3. 锅置火上 放入油 待油温至七八成热时 将鱼放入。炸至金黄色时捞出待用。

4. 锅留底油 用葱段、姜片炆锅 投入冬笋片、香菇块 加酱油、白糖、味精、花椒、八角略炒。放入鱼和水 烧沸后改用小火煨烧。烧至汤汁剩下较少时 拣出葱段、姜片、花椒、八角 加入油菜。调好口味 用水淀粉勾芡 淋上辣椒油即成。

产品特点 色泽明亮 肉质细嫩 滋味醇厚。

红烧鲑鱼

原料配方 鲑鱼中段 600 克 水发玉兰片、水发冬菇、油菜各 25 克 料酒、精盐、酱油、味精、白糖、葱段、姜片、蒜片、花椒、花椒油、花生油、清汤各适量

制作方法 1. 鲑鱼段洗净，在鱼段两侧剞上斜十字刀纹 用料酒、酱油腌渍入味。

2. 玉兰片、冬菇、油菜分别洗净 玉兰片、冬菇切片。

3. 锅内放花生油烧至七八成热 放入鱼段 炸至金黄色 捞出沥去油。

4. 锅内留底油烧热 下葱、姜、蒜煸出香味 倒入玉兰片、冬菇，加料酒、盐、酱油、白糖、味精煸炒。加入清汤，下鱼段、花椒 烧开后改用小火煨至鱼肉熟烂。汤汁稠浓时 拣去葱、姜、花椒 加入油菜。用湿淀粉勾芡 淋入花椒油 出锅装盘即成。

产品特点 色泽红亮 质地酥嫩 鲜香味浓。具有补虚损、益气力之功效。适用于形体虚弱 声音低下 动则气短 肢体乏力 营养不良 食欲不振 消渴等病症。

干烧鲑鱼

原料配方 鲜鲑鱼(1 条)800 克 猪肥肉丁 150 克 红绿辣椒 50 克 料酒、精盐、味精、白糖、葱姜末、大料、花椒、酱油、花生油、麻