

食品配方与制作丛书

# 蔬菜糕点小食品 制品 774 例

张文玉等 编

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

蔬菜糕点小食品制品 774 例 /张文玉等编. -北京:科学技术文献出版社 2003.4

(食品配方与制作丛书)

ISBN 7-5023-4219-2

I. 蔬... II. 张... III. ①蔬菜加工 ②面点-食品加工 ③小食品-食品加工 IV. TS2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 109846 号

出 版 者 科学技术文献出版社

地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)100038

图书编务部电话:(010)68514027 (010)68537104(传真)

图书发行部电话:(010)68514035(传真) (010)68514009

邮 购 部 电 话:(010)68515381

网 址 <http://www.stdph.com>

E-mail stdph@istic.ac.cn stdph@public.sti.ac.cn

策 划 编 辑 陈家显

责 任 编 辑 陈家显

责 任 校 对 唐 炜

责 任 出 版 王芳妮

发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者 北京国马印刷厂

版 ( 印 ) 次 2003 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

开 本 850×1168 32 开

字 数 363 千

印 张 :14

印 数 :1~6000 册

定 价 21.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

## 内 容 简 介

本书收集了蔬菜糕点小食品制品共计 774 个品种。每种食品都以介绍原料配方、工艺流程、制作方法、产品特点或质量标准为主,同时还介绍一些食用方法等。是一本通俗、实用性很强的技术操作工具书。内容包括:菜饼、菜糕、菜包、菜饺、菜盒、菜角、菜夹、菜卷、菜环、菜球、菜果、菜圆、菜团、菜脯、菜蜜饯、菜酥、菜排、菜馅、酿果菜、花色莲子、花色藕、花色食用菌、菜粥、菜饭、菜羹、菜糊、菜粉、菜冻、菜果丹皮、其他菜点等。

可供从事食品加工工业的领导、科技人员和操作工人参考,也可供广大农民、从事乡镇企业和饮食业人员,以及城乡广大家庭烹饪爱好者阅读。

---

我们所有的努力都是为了使您增长知识和才干

科学技术文献出版社是国家科学技术部所属的综合性出版机构,主要出版医药卫生、农业、教学辅导,以及科技政策、科技管理、信息科学、实用技术等各类图书。

此为试读,需要完整PDF请访问: [www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

## 前 言

---

我国是具有 5000 多年文明历史的农业大国, 农业和农副产品加工历来在国民经济中占有重要地位。农副产品又是食品工业的原材料, 因此, 大力发展食品工业不仅可提高城乡人民的生活水平, 而且可促进农副业的发展, 增加广大农民的收入。

食品工业是农副业的继续和发展。我国目前食品工业不仅远远落后于国外发达国家, 也远远落后于农业。国外发达国家食品工业产值是农业产值的 2~3 倍, 而我国食品工业产值仅为农业产值的 30%, 这说明我国食品工业尚有相当大的发展空间。

食品加工工业有许多适合在农村发展, 如粮食加工、蔬菜加工、水果加工、肉禽蛋加工、水产品加工以及酿造业、饮料、罐头、糕点、糖果等。利用当地丰富的原料资源和农村富余的劳动力

资源,实现农产品就地取材,就地加工,生产出人民生活必需的各类食品,既能满足城乡人民生活的需要,又是实现了农产品就地加工增值,延长产业化链条,加快广大农民脱贫致富奔小康的步伐的重要途径。

同时,我国又有着历史悠久、丰富多彩的饮食文化。随着我国的经济飞跃发展,城乡人民生活水平不断地提高,人们更加需要各类安全食品、绿色食品和保健食品。因此,改善饮食质量,提高饮食业水平,在当前,不仅具有重要现实意义,也给食品业的发展带来极好的前景。

鉴于上述,我们重新分门别类的收集、整理了国内外的传统食品、风味食品和名、特、优食品,以及食品新品种的大量资料,汇编成《食品配方与制作丛书》,以方便广大读者阅读、使用。该套丛书共约 50 个分册,几乎包括了食品工业的各个领域。这套丛书信息量大,通俗易懂,可操作性强。不仅可供从事食品加工工业的领导、科技人员和操作工人参考,也为广大农民、从事乡镇企业和饮食业人员,以及城乡广大家庭烹饪爱好者提供了宝贵的技术资料。



# 目 录

## 一、菜饼

萝卜方饼 .....	(1)	生煎番茄饼 .....	(10)
西安萝卜饼 .....	(1)	椒茶饼 .....	(11)
火腿萝卜饼 .....	(2)	南瓜饼(台湾) .....	(11)
虾干萝卜饼 .....	(2)	南瓜煎饼 .....	(11)
鲢鱼萝卜饼 .....	(3)	辣味南瓜饼(江西赣东) ...	(12)
萝卜丝饼(山东济南) .....	(4)	胡岗面瓜饼(河南郑州) ...	(12)
萝卜丝饼(一) .....	(5)	瓠子饼(安徽) .....	(13)
萝卜丝饼(二) .....	(5)	倭瓜煎饼 .....	(13)
萝卜丝饼(三) .....	(6)	摊西葫芦饼 .....	(14)
萝卜炸饼 .....	(7)	豆芽蒸肉饼 .....	(14)
菜饼(山东济南) .....	(7)	银芽韭菜煎饼 .....	(15)
烤花椰菜饼 .....	(8)	素馅蒸饼 .....	(15)
巴勒斯坦式菜花饼 .....	(8)	豌豆馅饼 .....	(15)
蜜味茄饼 .....	(9)	莲子饼 .....	(16)
软炸茄饼 .....	(9)	白莲子鸡饼 .....	(16)
煎茄饼 .....	(10)	烧藕饼(江苏) .....	(17)

煎藕饼(河南) .....	(18)	豆沙马蹄饼 .....	(24)
炸藕饼(一) .....	(18)	洋茨蓉饼 .....	(25)
炸藕饼(二) .....	(19)	腊味蒸慈姑饼 .....	(25)
水晶藕饼(江苏宝应) .....	(19)	煎慈姑饼 .....	(26)
煎鱼茸藕饼 .....	(20)	香煎慈姑饼 .....	(26)
肉饼藕 .....	(20)	慈姑枣泥饼 .....	(27)
芝麻荸荠饼 .....	(21)	香酥芽姑饼 .....	(27)
双麻荸荠饼 .....	(21)	冬菜饼 .....	(28)
桂花荸荠饼 .....	(22)	罗勒馅饼 .....	(28)
玫瑰荸荠饼(湖南) .....	(22)	油煎槐花饼 .....	(28)
荸荠枣泥饼(四川) .....	(23)	槐花芝麻饼 .....	(29)
芝麻马蹄饼 .....	(23)	槐花芝麻肉饼 .....	(29)
香莲马蹄饼 .....	(24)		

## 二、菜糕

萝卜糕(一) .....	(31)	鱼蓉萝卜糕 .....	(37)
萝卜糕(二) .....	(31)	萝卜丝糕 .....	(38)
萝卜糕(三) .....	(32)	胡萝卜糕 .....	(38)
萝卜糕(四) .....	(33)	胡萝卜金糕 .....	(39)
萝卜糕(五) .....	(33)	桂香番茄糕 .....	(39)
油煎萝卜糕(一) .....	(34)	番茄凉糕 .....	(40)
油煎萝卜糕(二) .....	(34)	冬瓜糕 .....	(40)
腊味萝卜糕(一) .....	(35)	南瓜糕 .....	(41)
腊味萝卜糕(二) .....	(35)	鸳鸯凉糕 .....	(41)
腊味萝卜糕(三) .....	(36)	百合糕(上海) .....	(42)
米制萝卜糕(腊味萝卜糕)		百合凉糕 .....	(43)
.....	(37)	蓬糕 .....	(43)

莲子糕(一) .....	(43)	荸荠糕(五) .....	(54)
莲子糕(二) .....	(44)	荸荠糕(六) .....	(54)
莲子糕(三) .....	(44)	荸荠糕(安徽) .....	(54)
莲子糕(四川) .....	(45)	雪花荸荠糕 .....	(55)
莲茸糕 .....	(45)	南荠水晶糕 .....	(55)
莲肉糕 .....	(46)	马蹄糕 .....	(56)
藕丝糕(一) .....	(46)	马蹄糕(广州) .....	(56)
藕丝糕(二) .....	(46)	马蹄糕(广式) .....	(56)
藕丝糕(三) .....	(47)	鲜马蹄糕 .....	(57)
藕丝糕(四) .....	(47)	生磨马蹄糕 .....	(57)
鲜藕丝糕 .....	(48)	拌糖马蹄糕 .....	(58)
嫩藕丝糕 .....	(48)	威化马蹄糕 .....	(58)
桂花藕丝糕 .....	(49)	透明马蹄糕 .....	(60)
樱桃藕丝糕 .....	(49)	蔗汁马蹄糕 .....	(60)
藕丝白糖糕 .....	(50)	桂林马蹄糕(广西桂林) ..	(61)
冰镇凉藕糕 .....	(50)	地栗糕 .....	(61)
红枣凉藕糕 .....	(50)	炸地栗糕(上海) .....	(62)
桂花糖藕糕 .....	(51)	生磨慈姑荸荠糕 .....	(62)
藕米糕(一) .....	(51)	玫瑰九层糕(广东) .....	(63)
藕米糕(二) .....	(52)	红菱蒸糕 .....	(63)
荸荠糕(一) .....	(52)	白菜龙丝糕 .....	(63)
荸荠糕(二) .....	(52)	玉米面菜丝糕 .....	(64)
荸荠糕(三) .....	(53)	翡翠糕 .....	(64)
荸荠糕(四) .....	(53)	花糕 .....	(65)

### 三、菜包

- |                         |      |                 |      |
|-------------------------|------|-----------------|------|
| 1. 什锦菜包 .....           | (66) | .....           | (78) |
| 什锦素包 .....              | (66) | 长清大素包(山东长清) ... | (79) |
| 济南什锦素包(山东) .....        | (66) | 牛肉白菜包(芬兰) ..... | (80) |
| 什锦素菜包子(江苏) .....        | (67) | 洋白菜馅包 .....     | (80) |
| 一枝春什锦素菜包(江苏<br>镇江)..... | (68) | 芹菜馅包 .....      | (81) |
| 什锦素蒸包 .....             | (69) | 虾子菠菜包 .....     | (81) |
| 素什锦包 .....              | (69) | 雪菜包子 .....      | (82) |
| 天津素什锦包子 .....           | (70) | 小萝卜缨馅包子 .....   | (83) |
| 2. 根菜类菜包 .....          | (71) | 壮家生菜包(广西) ..... | (83) |
| 萝卜包子(四川) .....          | (71) | 鹌鹑松生菜包 .....    | (84) |
| 丁香萝卜包 .....             | (71) | 煎菜包(辽宁沈阳) ..... | (84) |
| 干贝萝卜包 .....             | (72) | 脆皮菜包 .....      | (85) |
| 萝卜馅包 .....              | (72) | 韭菜包(福建) .....   | (86) |
| 萝卜丝包子(江苏) .....         | (73) | 鸳鸯韭菜包(山西寿阳) ... | (86) |
| 葱油萝卜丝包 .....            | (73) | 鲜奶韭菜包 .....     | (87) |
| 素蒸菜包 .....              | (74) | 荆州青葱包(湖北) ..... | (87) |
| 胡萝卜包 .....              | (75) | 菠菜泥青椒包 .....    | (88) |
| 素包子 .....               | (75) | 茴香包子(北京) .....  | (88) |
| 济宁糖醋包 .....             | (76) | 4. 果菜类菜包 .....  | (89) |
| 3. 叶菜类菜包 .....          | (77) | 柿子椒素馅包 .....    | (89) |
| 素包(一) .....             | (77) | 黄瓜素馅包 .....     | (89) |
| 素包(二) .....             | (77) | 素冬瓜包 .....      | (90) |
| 江苏素包 .....              | (78) | 鲜莲冬瓜包 .....     | (90) |
| 武汉宝通寺素包(湖北)             |      | 冬苣包 .....       | (91) |
|                         |      | 武汉瓜蓉葡萄包(湖北) ... | (91) |

干贝丝瓜包 .....	(92)	5. 水生类菜包 .....	(96)
瓠瓜包 .....	(92)	莲蓉包 .....	(96)
扁豆素馅包 .....	(93)	莲茸包 .....	(96)
豌豆包 .....	(93)	莲茸包(山西) .....	(97)
鲜毛豆包 .....	(94)	酥皮莲茸包 .....	(98)
豆芽素包(一) .....	(94)	莲茸包子 .....	(99)
豆芽素包(二) .....	(95)	全料藕包 .....	(99)
石头门坎素包(天津) .....	(95)		

## 四、菜饺

1. 根菜类菜饺 .....	(100)	3. 果菜类菜饺 .....	(109)
萝卜米饺(湖北).....	(100)	鲜茄饺子(北京).....	(109)
信封萝卜饺(江西).....	(101)	番茄水饺.....	(109)
萝卜酥饺.....	(101)	炸番茄蛋饺.....	(110)
鸡冠萝卜水饺(北京).....	(102)	南瓜水饺.....	(110)
素萝卜丝水饺.....	(103)	虾皮南瓜水饺.....	(111)
萝卜丝馅饺子.....	(103)	冬瓜饺(安徽徽州).....	(111)
2. 叶菜类菜饺 .....	(104)	素馅水饺.....	(111)
小白菜水饺.....	(104)	丁香素馅水饺(天津).....	(112)
卷心菜水饺.....	(104)	4. 食用菌类菜饺	
芹菜水饺.....	(105)	.....	(113)
菠菜蒸饺.....	(106)	平菇水饺.....	(113)
青菜蒸饺(一).....	(106)	香菇蒸饺.....	(113)
青菜蒸饺(二).....	(107)	素鲜三菇饺.....	(113)
韭菜蒸饺(天津).....	(107)	四素蒸饺.....	(114)
韭菜篓.....	(108)	银耳蒸饺(一).....	(115)
虾皮韭菜锅贴.....	(108)	银耳蒸饺(二).....	(115)

5. 其他菜类菜饺	素三鲜水饺..... (117)
..... (116)	双菇贡菜蒸饺..... (117)
花素饺子(辽宁大连)..... (116)	冰糖盐菜蒸饺..... (118)
藕粉饺子..... (116)	长命蒸饺..... (119)

## 五、菜盒、菜角

煎茄盒..... (120)	菇盒(福建南普陀寺)..... (125)
炸茄盒(一)..... (120)	香菇盒..... (126)
炸茄盒(二)..... (121)	香菇盒子(一)..... (126)
美式炸茄盒..... (121)	香菇盒子(二)..... (127)
金钱冬瓜盒..... (122)	虾蟹冬菇盒..... (127)
蒸藕盒..... (122)	桂林马蹄角..... (128)
炸藕盒..... (123)	炸冬菜角..... (129)
蜜炙莲菜盒..... (123)	汤泡三丝角..... (130)
炸荸荠盒..... (124)	莲子茸鸡角..... (131)
香酥茭笋盒..... (124)	

## 六、菜夹

炸茄夹(一)..... (132)	炸藕夹(一)..... (135)
炸茄夹(二)..... (132)	炸藕夹(二)..... (135)
炸豆腐茄夹..... (133)	大肉藕夹..... (136)
冬瓜夹..... (133)	荸荠夹子..... (137)
鲜蘑、火腿、冬瓜夹..... (134)	拔丝荸荠夹..... (137)
煎藕夹..... (134)	虾子茭笋夹(广州)..... (138)

## 七、菜卷、菜环

- |               |       |             |       |
|---------------|-------|-------------|-------|
| 酥炸萝卜卷.....    | (139) | 火腿莴笋叶卷..... | (150) |
| 糖醋萝卜卷(一)..... | (139) | 网油茄卷.....   | (151) |
| 糖醋萝卜卷(二)..... | (140) | 网油烧茄卷.....  | (151) |
| 清汤萝卜卷.....    | (140) | 葱油黄瓜卷.....  | (152) |
| 蒸玉银卷.....     | (141) | 多味黄瓜卷.....  | (152) |
| 玉果五彩卷.....    | (142) | 酸辣黄瓜卷.....  | (153) |
| 珊瑚雪卷.....     | (142) | 三丝黄瓜卷.....  | (153) |
| 白菜卷.....      | (142) | 三丝冬瓜卷.....  | (154) |
| 清蒸白菜卷.....    | (143) | 百花绍菜卷.....  | (154) |
| 辣白菜卷.....     | (143) | 美味香椿卷.....  | (155) |
| 扒白菜卷.....     | (144) | 如意冬笋卷.....  | (155) |
| 酿白菜卷.....     | (144) | 炸藕卷.....    | (156) |
| 三色白菜卷.....    | (145) | 莲茸卷.....    | (156) |
| 五丝白菜卷.....    | (146) | 莲茸马蹄卷.....  | (157) |
| 阿拉伯式白菜卷.....  | (146) | 雪花马蹄卷.....  | (157) |
| 白菜肉卷.....     | (147) | 椰茸马蹄卷.....  | (158) |
| 翡翠白玉卷.....    | (147) | 生焗马蹄卷.....  | (159) |
| 鸡汁菜卷.....     | (148) | 紫菜饭卷.....   | (160) |
| 奶油菜卷.....     | (148) | 发菜卷.....    | (160) |
| 三色包菜卷.....    | (149) | 脆皮蕨菜卷.....  | (161) |
| 三丝菜卷.....     | (149) | 翡翠白玉环.....  | (161) |
| 蒸洋白菜肉卷.....   | (150) | 宝花配玉环.....  | (162) |

## 八、菜球、菜果

萝卜球..... (163)	荸荠球..... (167)
清蒸萝卜球..... (163)	腊味慈姑球..... (168)
干贝萝卜球..... (164)	香菇绣球..... (168)
炸荠菜球..... (164)	银耳绣球..... (169)
熘苦菜球..... (165)	银耳蹄香球..... (170)
细沙山球..... (165)	雪耳百花球..... (170)
扒冬瓜球..... (166)	冰果..... (171)
鲜蘑冬瓜球..... (166)	莲蓉海棠果..... (171)
虾茸白玉球..... (167)	

## 九、菜圆、菜团

黄焖萝卜圆(湖北)..... (173)	油炸藕圆..... (177)
萝卜汤圆..... (173)	椒盐莲藕圆..... (178)
菜心汤圆..... (174)	芝麻圆子..... (178)
南瓜汤圆..... (174)	鲜藕元宵..... (179)
荠菜汤团..... (175)	素三圆..... (179)
双泥三圆肉..... (175)	蜜汁慈姑圆..... (180)
千金圆..... (176)	慈姑圆子..... (180)
冰糖藕圆(四川)..... (177)	菜团子..... (181)
冰桂藕圆..... (177)	

## 十、菜丸、菜蛋

- |                             |                   |
|-----------------------------|-------------------|
| 炸萝卜丸子..... (182)            | 炸藕丸子..... (187)   |
| 萝卜绿豆丸子(江苏苏北)<br>..... (182) | 红烧藕丸子..... (188)  |
| 素丸子..... (183)              | 全料藕丸..... (188)   |
| 芥菜丸子(一)..... (183)          | 豆沙藕丸..... (189)   |
| 芥菜丸子(二)..... (184)          | 冰糖藕丸..... (189)   |
| 蒸甜菜丸子..... (184)            | 荸荠丸子..... (190)   |
| 炸冬瓜丸子..... (185)            | 糖醋南芥丸子..... (191) |
| 冬茸素虾丸..... (185)            | 姑婆堆丸..... (191)   |
| 熘椿芽杨梅丸子..... (186)          | 冰糖马蹄珠..... (192)  |
| 莲菜丸子(陕西关中)..... (186)       | 素鸽蛋..... (192)    |
| 鲜藕丸子..... (187)             | 上素扒鸽蛋..... (193)  |

## 十一、菜脯、菜蜜饯

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 萝卜脯..... (194)   | 南瓜脯..... (202)   |
| 胡萝卜脯..... (194)  | 辣味南瓜脯..... (203) |
| 芹菜脯..... (195)   | 蚝油冬瓜脯..... (203) |
| 奶汁绍菜脯..... (196) | 雪耳毛瓜脯..... (204) |
| 火鸭芥菜脯..... (197) | 西葫芦果脯..... (204) |
| 甜菜脯..... (197)   | 藕脯..... (205)    |
| 莴笋脯..... (198)   | 荸荠脯..... (206)   |
| 茄子脯..... (199)   | 腊味慈姑脯..... (207) |
| 西红柿脯..... (200)  | 水晶红菱脯..... (208) |
| 黄瓜脯..... (201)   | 香菇脯..... (208)   |

猴头脯..... (209)	蜜苦瓜(川式)..... (214)
胡萝卜蜜饯..... (210)	芦笋蜜饯..... (215)
蜜饯茄子..... (211)	蜜饯藕片..... (216)
蜜辣椒(川式蜜饯)..... (212)	香菇蜜饯..... (217)
蜜南瓜..... (213)	蜜饯银耳..... (218)
冬瓜蜜饯..... (213)	

## 十二、菜盅、菜“船”、菜盏

冬瓜盅(一)..... (220)	甜脆雪耳盅..... (223)
冬瓜盅(二)..... (220)	凉冻“燕菜”盅..... (224)
鲜莲冬瓜盅(广州)..... (221)	酿茄“船”..... (224)
蛤士蚂冬瓜盅..... (221)	酿黄瓜“船”..... (225)
什锦冬瓜盅..... (222)	生磨马蹄盏..... (225)
八宝冬瓜盅..... (222)	鲜奶马蹄盏..... (226)
南瓜盅..... (223)	

## 十三、菜酥、菜排

韭菜酥(福建)..... (227)	肉馅白菜排..... (228)
冰糖百合酥..... (227)	煎饼白菜排..... (229)
荸荠酥..... (228)	香炸菇排..... (229)

## 十四、菜馅

萝卜丝馅..... (231)	冬蓉馅..... (232)
雪菜冬笋馅..... (231)	豆芽馅..... (233)
冬茸馅..... (232)	莲茸馅..... (233)

白莲蓉馅料(广式糕点用)	..... (234)	..... (234)
..... (234)		素什锦馅(南方)..... (235)
红莲蓉馅(广式糕点用)		素什锦馅(北方)..... (235)

## 十五、酿果菜

酿馅茄子..... (237)	焗酿西红柿..... (246)
酿青椒(一)..... (238)	香焗西红柿..... (247)
酿青椒(二)..... (238)	百宝酿西红柿..... (247)
酿青辣椒..... (239)	酿黄瓜..... (248)
酿甜椒..... (239)	灌馅黄瓜..... (249)
酿馅青椒..... (240)	包馅黄瓜..... (250)
煎酿青椒..... (240)	脆炸黄瓜..... (250)
米饭带馅青椒..... (241)	酿冬瓜..... (251)
百花酿椒子..... (242)	八宝酿南瓜..... (251)
煎脆皮椒子..... (242)	暖暖苦瓜(台湾)..... (252)
焗三丝椒子..... (243)	酿苦瓜..... (253)
酿番茄..... (244)	甜酿苦瓜..... (253)
梨酿番茄..... (244)	苦瓜酿肉..... (254)
冰淇淋酿番茄..... (245)	煎酿凉瓜..... (254)
酿西红柿..... (245)	酿白兰瓜..... (255)
酿馅西红柿..... (246)	八宝银瓜..... (255)

## 十六、花色莲子

冰糖莲子(一)..... (257)	炖莲子..... (258)
冰糖莲子(二)..... (257)	熘莲子..... (259)
冰糖炖莲子..... (258)	蜜腊莲子(一)..... (259)