

第一章 东北名菜

概 述

本章介绍辽宁、吉林、黑龙江三省的地方名菜，代表着东北风味。

东北地区东部、北部环我国著名的长白山脉、小兴安岭，西部是土质肥沃的平原，松花江、嫩江、黑龙江及东北角的辽河、乌苏里江纵横交错，松花湖点缀其间，南部临渤海，有数百里长的海岸线，这样的地理环境，是动植物种养的良好场所，稻谷果蔬种类繁多，禽畜品种质量上乘，海河圻鲜十分出名，尤其是山珍野味，更是闻名遐迩。辽宁的鲍、参、虾、贝、熊、鹿、獐、豹，吉林的人参、蕨菜、四大贡品；黑龙江的四珍、松茸、松仁、黄瓜香等等，均是素赋盛名的特产，为东北风味的发展提供了优良的条件。经过世代相传，形成了东北风味的基本特色是擅用山珍原料，咸鲜浓味为主，菜品质感偏于酥烂，与黑龙江少数民族风味明显交融等。

由于地域和历史的原因，东北各地风味也各具特点。

辽宁省山海环抱，平原辽阔，江河纵横，海岸线连绵，属大陆性季风气候，夏季湿润多雨，春秋凉爽宜人，为动植物的繁衍生长提供了优越的条件。山区盛产野生动植物，如鹿、兔、榛鸡、鹌鹑、铁雀、沙半鸡、榛蘑、黄蘑、蕨菜等。辽宁海产品丰富，在广阔的滩涂海面上，生长着牡蛎、沙蚬、毛蚶、文蛤等贝类，海参、鲍鱼、扇贝、贻贝等珍品产量可观。在东北地区辽宁菜最擅长烹制海产品。绥中的白梨、辽东半岛的苹果久负盛名。在辽宁的大地上，可以说是北有粮仓，南有渔场，西有林棉，东有果园，

为烹饪提供了丰富的物质基础。

辽宁菜的发展也有一个演进的过程。在金代，北方素“以羊为贵”，进入清代，受到满族风味的影响。由于京鲁菜馆的进入，出现了众多风味熔于一炉的风味菜点。可以说，辽宁菜风味是集本土、满族、鲁菜风味之大成。

吉林省东部为高山和丘陵，林木葱茏，西部为松辽平原，沃野千里。在这片半湿润的地带，动植物资源十分丰富。可用于作珍馐的原料有人参、松茸蘑、孢子、飞龙、山鸡、沙半鸡、哈士蟆、山蕨菜和大量的鱼虾。利用本地特产，在吸收各民族烹饪技术的基础上，吉林创制了著名的长白山山珍宴、松花湖全鱼宴。

吉林是满族的故乡，吉林的饮食习俗中满族风味尤为突出，养猪、吃猪肉为其食好。15世纪后，中原饮食文化与当地风俗交融，在漫长的发展过程中，辽宁风味逐步形成选用山珍野味，烹制技法多样，复合味型多用，民族风味融合等一些特点。此外，菜肴向有“无辣不成味，一热顶三鲜”之说。

黑龙江省五大山岭山峦起伏，林木繁茂，深山密林野生动物颇多，可供食用的兽类有孢子、獐子、野猪、马鹿等，山林中还栖息着各种珍禽，如飞龙（榛鸡）、天鹅、大雁、雉鸡、野鸭、沙半鸡、松鸡等，山里还有很多菌类，如猴头蘑、元蘑、白蘑、榛蘑、木耳等，还有很多水果和野果。黑龙江省有五条大江，即黑龙江、松花江、乌苏里江、嫩江和牡丹江，湖泊有兴凯湖、镜泊湖、五大连池和莲花泡，生长着大马哈鱼、鲟鱼、“三花五罗”、大鲤鱼、大鲫鱼等名贵鱼种。熊掌、犴鼻、猴头蘑、飞龙均为稀有山珍，被称之为龙江四珍，哈士蟆、荚果蕨（俗名黄瓜香）是当地特产。运用这些名贵特产制作菜肴和宴席，深得食家喜爱。

黑龙江菜可为两大类：一类是当地传统的民族菜，其中以火锅菜特别受欢迎；一类是由鲁菜与俄、英、法菜技法融合，选用当地名特原料所创制的新流派菜肴。当地还有围坐在一起，用佩

刀切割烧烤之肉而食，斟酒传杯而饮的风俗，这就是源于草原牧民、林间猎手架起柴火烧烤猎物，抽出佩刀切割而食的粗犷豪爽的习惯。

第一节 畜兽类名菜

一、扒猪脸

(一) 菜品简介

“扒猪脸”是东北名菜。由于民间认为“肥猪拱门”是吉祥的象征，因此，猪头一向是神坛前供奉神灵的祭品或作为婚丧嫁娶的摆设物，后来厨师把它变成了人们餐桌上的美食。1996年4月，“扒猪脸”获得了中国专利局授予的发明专利，这标志着它的生产加工步入了具有现代特色的规范化行列。猪脸肉软中带脆，口感甚好。“扒猪脸”用酱法烹制，经过长时间的酱，使其由高脂肪、高热量食物转变为低脂肪、低热量食物，饱和脂肪酸和胆固醇的含量也大幅度下降，而蛋白质含量上升了6.5%。

(二) 烹调方法

酱。

(三) 原料

主料：生猪脸肉半边（约1000克）。

调料：肉桂15克，桂皮20克，白芷20克，大料30克，生姜50克，葱50克，蒜50克，花椒10克，绍酒150克，酱油250克，白糖150克，精盐50克，味精10克，汤水2500克。

(四) 制作过程

(1) 刮洗猪脸 将猪脸上的绒毛刮净，用清水洗刷干净。

(2) 氽水 把净猪脸放进清水中煮10分钟，取出，洗净。

(3) 酱制 汤水和调味料放进锅内，烧开，撇去泡沫，放进猪脸，转慢火加热至入味质软，取出，皮面朝上放在盘上。取适量汤汁加热后淋在猪脸上即成。

(五) 制作要领

(1) 不选有淤血的原料。若批量生产还应注意原料的重量和老嫩。

(2) 猪脸的绒毛等杂物要刮洗干净，用清水滚过。

(3) 注意火候。

(4) 药材要洗过，并用纱布袋装好。

(六) 风味特点

色泽酱红，口感软略带柔韧，入口化渣，形状完整而不散架，气味芳香，滋味浓郁，肥而不腻。

思 考 题

1. 猪脸肉在酱制前为何要用清水滚过？
2. 为什么要用慢火酱制？
3. 酱是一种什么样的烹调法？

二、白肉血肠

(一) 菜品简介

“白肉血肠”是具有满族风味的吉林名菜，是以猪五花白肉、猪肠和猪血为主料，由煮法制成的汤菜。本菜用料并不昂贵，但由于风味独特，深受食客喜爱，流传已有近百年历史了。

(二) 烹调方法

煮。

(三) 原料

主料：熟五花肉 100 克，血肠^①150 克。

辅料：酸菜 250 克。

调料：a. 精盐 5 克，味精 2 克，汤 500 克。b. 姜丝 5 克，葱丝 3 克，芝麻油数滴。c. 胡椒粉 1 克。

作料：酱油，韭菜花酱，辣椒油，腐乳，蒜蓉，虾油，芝麻油，芫荽末等。

(四) 制作过程

(1) 刀工 把熟五花肉切成长约 10 厘米的薄片，酸菜切丝，血肠^①切 0.5 厘米圆片。

(2) 煮制 先用开水烫一下白肉^②片，然后在锅内加入汤水，烧开后加入酸菜、白肉片和调料 a，用旺火烧开后撇去泡沫，转用慢火煮 4 分钟。

(3) 出锅 把白肉、酸菜连汤放进汤碗内，加入调料 b。

(4) 铺血肠 将切好的血肠放在漏勺内用热汤烫一烫后，铺放在面上，撒上胡椒粉即可。

(五) 制作要领

(1) 选用新鲜、膘厚薄适当、带骨带皮的五花肉。

(2) 五花肉烤好后要放在水中浸，冬天用热水，夏天用温水。

(3) 肉切片时，要趁热切。

(4) 猪血要新鲜，灌肠时注意搅匀。

(六) 风味特点

白肉软烂，皮色棕黄，肥而不腻，血肠呈蘑菇状，清香软嫩，酸菜脆嫩，味道多样。

注：血肠制法

(1) 猪肠用盐、醋搓洗干净后 放进冰柜内备用。

(2) 取杀猪时流出的鲜血 1000 克，坐清两次，把清血和混血分开。

(3) 清血和混血分别加入清水 125 克 精盐 10 克 味精 1 克，砂仁面、桂皮面、丁香面、西边桂面、紫蔻面各 4 克，搅匀。

(4) 从冰柜中取出猪肠，洗净，一头用水草扎牢，另一头灌入猪血。灌好后，把口扎牢，再从中间扎住成两段。

(5) 放进沸水锅内慢火煮 10 分钟左右至血肠浮起，捞出放进冷水中漂冷即成血肠。

白肉制法

(1) 取新鲜带皮骨五花肉切成大方块，置明火上烧至外皮焦糊。

(2) 把烧好的肉放在清水中浸 30 分钟，刮洗干净。

(3) 肉皮向下放进沸水锅内，烧开后转慢火加热 2 小时，抽去筋骨，即为白肉。

思 考 题

煮前为什么要用开水烫一下白肉片？

三、 兰 花 熊 掌

(一) 菜品简介

“兰花熊掌”是在“红扒熊掌”的基础上改进而成的，于 1980 年出现在餐桌上。我国的熊掌菜历史悠久，周朝时期的八珍中就有熊掌，春秋战国时期的《孟子》一书谈到“鱼我所欲也，熊掌亦我所欲也”，表达了人们对熊掌的喜爱之情。辽宁省特一级厨师刘敬贤因在 1983 年全国烹饪名师技术表演鉴定会上表演“兰花熊掌”等菜品而获最佳厨师称号。

但是，熊是我国一种珍贵的野生动物，受国家有关保护珍稀动物法律、法令的保护，因此，除自然死亡外，决不许捕杀熊和滥用熊掌。

(二) 烹调方法

扒。

(三) 原料

主料：发好熊掌 1 只（约 2000 克）。

辅料：火腿末 50 克，冬菇末 25 克，油菜心 12 棵，虾肉 100 克，肥肉 50 克。

调料：干淀粉 5 克，鸡蛋清 50 克，植物油 100 克，芝麻油 5 克，鸡油 25 克，鸡汤 1250 克，葱段 15 克，姜 10 克，绍酒 40 克，湿淀粉适量。a. 精盐 5 克，味精 5 克。b. 精盐 1.5 克，味精 1 克。c. 精盐 1 克，味精 1 克。

(四) 制作过程

(1) 煨熊掌 烧热锅，加植物油 30 克，下葱、姜煸炒，溅绍

酒 15 克 加鸡汤 1200 克及调料 a 放进熊掌 汤沸后倒入沙锅内，转用慢火煨至软烂，拣出姜、葱。

(2) 制虾蓉 虾肉洗净吸干水分后剁成蓉，肥肉切幼粒，把虾蓉放在碗内，加入调料 b 搅匀至起胶。然后加入肥肉粒、鸡蛋清、干淀粉拌匀备用。

(3) 油菜心预制 剪去油菜心尾梢，成 6 厘米长的段，用沸水焯至转青后漂冷水，菜心凉后用刀顺切成两片。

(4) 熊掌勾芡 将原汤放进勺内，熊掌掌面朝下轻放进勺内，慢火热透，调好味道，用湿淀粉勾芡，加鸡油、芝麻油后大翻勺，把熊掌轻放入盘中，余汁炒亮，浇于掌面上。

(5) 摆兰花 每片菜心的刀口剖面外抹上虾蓉，虾蓉上再用火腿末、冬菇末点缀成兰花形，用猛火蒸 2 分钟至熟，取出摆在熊掌四周。

(6) 勾芡 勺内加油、鸡汤和调料 c 用湿淀粉勾芡 加鸡油后淋于“兰花”上。

(五) 制作要领

- (1) 煨熊掌时火不能太大，防止熊掌烧糊。
- (2) 剁虾蓉前，虾肉要吸干水分。
- (3) 蒸“兰花”时，时间不可过长。

(六) 风味特点

熊掌色泽金红，肉质酥烂，汁浓味醇；油菜心造型别致，滋味清爽。

思 考 题

1. 煨制熊掌时如何有效地防止熊掌烧焦？
2. 油菜心为什么先焯熟再酿虾蓉？

四、金钱鹿肉

(一) 菜品简介

“金钱鹿肉”是黑龙江传统名菜。它选用当地的特产，运用了多种造型，是由炸法和蒸法制成的炸蒸双拼热菜。

(二) 烹调方法

炸、蒸。

(三) 原料

主料：鹿肉 1000 克。

辅料：肥肉 150 克 鸡蓉 100 克，鲜榆黄蘑 12 株 鸡蛋清 20 克，绍酒 15 克，植物油 1000 克，竹签 12 支。

调料：汤 50 克，湿淀粉 15 克。a. 精盐 4 克，味精 4 克，绍酒 8 克，芹菜末 25 克，干淀粉 10 克。b. 精盐 1 克，味精 1 克。c. 精盐 1 克 味精 0.5 克。

(四) 制作过程

(1) 刀工处理 将鹿肉修切成厚 0.8 厘米、直径 4 厘米的圆片，肥肉修切成厚 0.3 厘米、直径 4 厘米的圆片。均摘干净后，在菇中间修切出方眼孔。

(2) 腌制 把调料 a 放进鹿肉中拌匀，腌制 3 小时。

(3) 造型 每 3 片鹿肉、1 片肥肉用竹签穿起来，共 12 串。

(4) 酿馅 把调料 b 加进鸡蓉中搅拌至起胶后，加入鸡蛋清和湿淀粉 3 克，继续搅拌均匀，然后酿进蘑菇方眼孔中，呈“金钱”形。

(5) 蒸制 鹿肉串用中火蒸 15 分钟，鲜榆黄蘑用中火蒸 5 分钟至熟。

(6) 炸制 烧热锅，加入植物油烧至 180℃ 放入蒸好的鹿肉串炸至金黄色，捞起沥去油。

(7) 造型 鹿肉串摆在盘中间，抽去竹签，四周摆上蒸好的“金钱”。

(8) 淋芡 原锅把油倒回油盆后，溅入绍酒，加入汤水和调料 c，用湿淀粉勾芡，加尾油后淋在“金钱”上。

(五) 制作要领

(1) 鹿肉要腌透。

(2) 穿鹿肉和肥肉的时候，不要靠得太紧。

(3) 炸的时候，油温要高，时间要短。

(六) 风味特点

鹿肉甘香肉嫩，色泽金黄，滋味鲜美，鲜榆黄蘑形如金钱，鲜爽适口。

思 考 题

1. 穿鹿肉和肥肉时，为什么不要靠得太紧？
2. 炸鹿肉串时，为什么不能炸得太久？

五、牛肉铁锅

(一) 菜品简介

“牛肉铁锅”是颇具北国风味的传统名菜，始创于吉林市。清末年间，吉林市一些回族人到内蒙古购买牛羊时，见蒙古牧人在野外架火烤牛肉，经品尝发现火烤的牛肉鲜嫩可口，惟稍嫌熟得不透，因而根据自己的习惯加以改进。他们将用火直接烧烤改为垒石头、烧木柴、架铁锅、用锅煎，牛肉改大块为切片，煎熟后蘸盐水而食。这种边煎边食、既简便又可口的吃法很快便流行开来。餐馆继续改进炊具和调味方法，使其更文明，从而演变为现在的牛肉铁锅。

(二) 烹调方法

煎。

(三) 原料

主料：净牛肉（牛里脊肉、上脑肉、三叉肉、尾巴根、腰窝油各选一部分）共 2000 克。

辅料：粉丝 250 克，腌渍菜 400 克，海米 10 克。

调料：鲜汤 750 克，茺荜 10 克，葱 10 克，姜 3 克。精盐 2 克，味精 2.5 克。

作料：辣椒油，蒜蓉 50 克，腐乳 2 块，虾油 2.5 克，芝麻酱 50 克，韭菜花酱 25 克，花椒面 1 克。

（四）制作过程

（1）刀工 牛肉全部切成薄片，渍菜切细丝，姜、葱也切丝。

（2）辅料准备 粉丝、海米均洗净，用水泡好，芝麻酱用凉开水调开。

（3）边煎边吃 食用时，取炭炉一个，加炭燃着，把干净的平底铁锅架在炉上。锅热时先放进几片腰窝油煸炒，使锅内有一层油，然后便可放肉煎，边煎边吃，吃时，各人根据自己的喜爱选蘸作料。

（4）做汤 吃完肉时，在锅内放进调料、海米、渍菜丝和粉丝，汤烧开后可继续吃。

（五）制作要领

（1）牛肉要选好料，牛肉片要薄而均匀。

（2）边煎边吃。

（3）最后的酸菜汤必不可少，这更能显出地道风味。

（六）风味特点

牛肉焦香软嫩，外味自由选择，别具北国食风。

思考题

为什么此菜用腰窝油煸炒出的油来煎牛肉而不用其他油？

六、珍珠鹿尾汤

（一）菜品简介

鹿尾是由马鹿或梅花鹿尾巴干制而成，其内部毛细血管丰富，富含血质，中医认为它具有滋阴壮阳之功效，因而成为人们喜爱

的滋补佳品。《随园食单》中“鹿尾”条载，“文端品味以鹿尾为第一”，并认为“其最佳处在尾上一道浆耳”。鹿尾可清蒸、红烧、氽汤、烩羹或炖，制饌前都要先经涨发过程。“珍珠鹿尾汤”是用氽法烹制而成的汤菜。

(二) 烹调方法

氽。

(三) 原料

主料：发好鹿尾 1 条，鱼蓉 100 克，油菜软 20 克，鲜笋花 20 克。

调料：高汤 750 克，湿冬菇 10 克，绍酒 10 克，芝麻油 1 克，干淀粉 2 克。a. 精盐 1.5 克，味精 1.5 克 b. 精盐 5 克，味精 2 克，花椒水 15 克。

(四) 制作过程

(1) 制作“珍珠”将鱼蓉放在碗内，加入调料 a 搅擦至起胶，取清水 10 克加干淀粉 2 克，搅匀后加入鱼蓉中再搅至起胶，挤成 10 克重的鱼丸，用汤水氽熟成“珍珠”。

(2) 刀工处理 将鹿尾在骨节缝处切成段，笋、火腿切成长方形片，油菜软洗净。

(3) 焯水笋、冬菇、油菜软焯水捞起备用。

(4) 氽制成菜 锅内放高汤、绍酒、调料 b、鹿尾、鱼丸，烧开，撇去泡沫，加入芝麻油后盛入碗内，把笋、冬菇、火腿、油菜软排砌在碗内即可。

(五) 制作要领

(1) 鹿尾要涨发好，尤其注意涨发中蒸制的时间，防止过火。

(2) 要注意选用做鱼丸的鱼肉，如鲮鱼、马鲛等，也可选现成的鱼丸、虾丸、墨鱼丸等。

(3) 冬菇要选形状圆、个头不大的为好。

(4) 氽汤时，汤不能大滚，以免汤浊不清。

（六）风味特点

汤清澈，味鲜美，口感爽滑，造型美观。

思 考 题

1. 鹿尾余前要如何处理？
2. 余汤时，汤为什么忌大滚？

七、抽刀白肉

（一）菜品简介

“抽刀白肉”是吉林传统名菜，该菜因需用长约 厘米的长片刀，通过推、拉、抽刀法将半熟五花肉抽片成薄而长的白肉片而得名。“抽刀白肉”为朝阳镇春和园厨师田福于 年创制，田福从小司厨，擅烹猪肉菜，他制作的红烧肉、清汤扣肉等别具特色。对于白肉菜火锅，他为了改变因白肉片厚而短而产生的油腻感，先把刀改为刨子推，解决了肉片的厚，但未解决短，后特制了一把 厘米的长片刀，运用推、拉、抽的娴熟刀法，抽片出薄可透字、长约 厘米的白肉片，解除了肉片的油腻感。从此，“抽刀白肉”便以它奇特的薄且长誉满全城，不但顾客喜食，还成为馈赠亲朋的礼品。“抽刀白肉”既可做火锅菜，也可做蒸制的热菜。以下主要介绍火锅菜。

（二）烹调方法

涮。

（三）原料

主料：猪五花肉 1500 克。

辅料：酸菜 500 克，山鸡肉 300 克，狍子肉 300 克，水发粉丝 300 克，鲜汤 1500 克等（火锅料可随意配备，并无严格规定）。

调料：精盐 30 克，味精 5 克，芝麻油 20 克，芝麻酱 30 克，腐乳 50 克，辣椒油 30 克，虾油 50 克，韭菜花 50 克，韭菜酱 50 克，茺荳 30 克，蒜蓉 5 克，姜丝 100 克，葱丝 100 克，茺荳段 100

克或其他火锅调料。

(四) 制作过程

(1) 刮洗五花肉 将去骨五花肉的皮面用火烤至焦黄，放入清水中浸 30 分钟，用刀刮净皮面。

(2) 滚熟白肉 把刮净的五花肉用清水滚至八成熟，取出压平待切。

(3) 刀工处理 用长刀把熟五花肉抽片出薄且长的白肉片（以长约 40 厘米，长短厚薄均匀一致，每 16 片不足 300 克为佳）酸菜切成丝，山鸡肉、孢子肉等均切成薄片，粉丝切成 15 厘米的段，其他原料也分别浸洗切改好。

(4) 烧汤 把鲜汤烧沸，转倒进火锅内加热。

(5) 装盘 将所有原料分别整齐地装在盘上，各种调料也分别装入小碗中。

(6) 上桌 火锅、主、辅料、调料端上桌，由客人自涮自调味。若单独食用白肉，可将肉片从两头向中间折叠成形后，摆在盘子上，每 8 片摆一层，16 片为一盘，蒸熟后沥去油分，以蒜酱、韭菜花为作料。

(五) 制作要领

(1) 熟五花肉要凉后才好抽片，片刀要锋利。

(2) 除白肉和酸菜外，其他原料及调味品可根据食者的爱好、购料的方便自行确定。

(3) 若选用原料异味较重，或韧度太大，应在刀工处理阶段进行适当腌制。

(六) 风味特点

白肉薄而长，红白相间，熟后如波浪起伏，口感脆嫩爽口，肥而不腻，味道丰富，适应性强。

思 考 题

为什么五花肉要熟后再片切？

八、黄金肉

(一) 菜品简介

“黄金肉”又叫“油焗肉片”。据传，此菜是清太祖努尔哈赤少年时在辽东总兵家做客时创制的，由于肉色金黄，故名为“黄金肉”。此菜一直在清宫御膳房流传不衰，到了清朝末年慈禧太后还经常要品尝这道传统菜。她说：“这是祖先赐予儿孙们的珍馐，切切不可忘怀。”此菜在东北地区的流行时间比较长。

(二) 烹调方法

焗

(三) 原料

主料：猪瘦肉 300克。

辅料：鸡蛋 1个。

调料 植物油 500克 花椒面 2克，干淀粉 30克 蒜片 10克，姜丝 10克，葱丝 10克，芫荽段 20克。a. 精盐 4克，绍酒 5克，味精 2克。b. 酱油 15克，米醋 10克，白糖 15克，精盐 1克，味精 2克，鲜汤 50克。

(四) 制作过程

(1) 片切肉片 将瘦猪肉片切成厚片，洗净。

(2) 腌制 把调料 a 放进厚肉片中拌匀，腌制 30 分钟。

(3) 上浆 把鸡蛋液、干淀粉拌进肉片中，使肉片均匀上浆。

(4) 煎制 烧热铁锅，用油滑锅后，把厚肉片铺排在锅内，用中火把肉片煎至熟并呈金黄色。

(5) 烹汁 把蒜片、姜丝放进锅内略爆后，再把葱丝、芫荽放在肉片上，把调料 b 混合调匀后也加进锅中，转小火收干味汁，最后撒花椒面，略翻后装盘。

(五) 制作要领

(1) 上浆时，蛋浆要均匀包裹住肉片。

(2) 煎制时，肉片的两面要煎至金黄色。

(3) 烹汁后要收干味汁，使肉片酥嫩。

(六) 风味特点

此菜色泽金黄，肉片外酥内嫩，口味鲜美酸甜可口，味汁均匀不懈汁。

思 考 题

1. 此菜选哪个部位的肉较好？
2. 蛋浆是厚一点好还是薄一点好？

九、卷 肘 花

(一) 菜品简介

松辽平原出产优质的粮、菜、禽、畜。养猪、吃猪肉成为当地人的一大嗜好。就拿猪肘来说，吃法就有很多种，“卷肘花”代表了加工较为精细的一类菜式。

(二) 烹调方法

白煮。

(三) 原料

主料：猪肘 5000 克。

辅料：花椒 10 克，精盐 20 克。

调料：姜 20 克，葱段 30 克，大料 10 克，绍酒 100 克，精盐 10 克，味精 5 克，冰糖 50 克，酱油 1000 克。

作料：蒜蓉 25 克。

(四) 制作过程

(1) 刮洗去骨 用火烧去猪肘表面余毛，浸 15 分钟后，用刀刮去表面毛根及污物，切开表皮，剔出骨头，洗净，姜切块。

(2) 腌制 将精盐和花椒分别放入锅内炒出香气，碾碎花椒成椒盐，用椒盐、绍酒揉擦去骨的猪肘，同时用竹扦在肉皮表面插小眼，接着腌 24 小时，然后洗净。

(3) 卷制 将清洗好的猪肘从一端卷起，卷成筒状，越紧越

好，外面用纱布卷好，用草绳扎牢。

(4) 煮制 把卷好的猪肘放在清水锅中，加入调料，用大火烧沸，转用慢火煮约 3 小时至猪肘身软糯，取出放凉。

(5) 切片装盘 把已放凉的猪肘解去草绳、纱布，横切成片，整齐地摆在盘上，跟作料蒜蓉上桌。

(五) 制作要领

(1) 猪肘必须除净猪毛及污物，并清洗干净，否则会有异味。

(2) 剔肘骨时，余下的猪肘皮肉尽量保持完整，不要支离破碎。

(3) 捆扎肘卷时越紧越好，以便肘卷熟后形成一个整体，不易松散。

(4) 必须掌握好煮制的火候，火力不需太猛，时间要恰当。

(六) 风味特点

卷肘花红白相间，肘花突出，色泽艳丽，软而不烂，韧糯不腻，咸鲜适口，蘸上蒜蓉同吃，更有浓烈香味，圆片形状，完整美观。

思 考 题

1. 为什么要用慢火煮制？
2. 用椒盐、绍酒揉擦猪肘有何好处？

十、叉烧山兔肉

(一) 菜品简介

东北山林产野兔，兔馐是东北风味的一个特色，“叉烧山兔肉”是吉林传统风味名菜。此菜运用爇的方法进行烹制，使山兔肉芳香而入味，成为一道大家喜爱的名菜。

(二) 烹调方法

爇

(三) 原料

主料：山兔肉 500 克。

辅料：植物油 1500 克，茺荑 20 克，鲜汤 100 克。

调料：a. 酱油 15 克，白糖 40 克。b. 绍酒 15 克，米醋 15 克，葱段 10 克，姜块（拍裂）10 克，大料 3 克，精盐 10 克，酱油 25 克，味精 3 克，白糖 15 克。

(四) 制作过程

(1) 兔肉切片 将兔肉切成 10 厘米长、6 厘米宽、1 厘米厚的片，用清水浸泡 30 分钟，洗净后，加入酱油 15 克抓匀。

(2) 略炸上色 在铁锅内放植物油，烧至 200℃时放入兔肉炸成褐红色，沥去余油。

(3) 熘制 锅底留少许余油，加白糖炒化，倒入兔肉翻炒上色，溅入绍酒，加入鲜汤及调料 b 大火烧开后转慢熘制，待兔肉入味质软后猛火收汁，待汁浓色红润时淋明油盛于碗内，自然放凉。

(4) 切片装盘 取熘好的兔肉切成片，拼摆成野兔形状，用茺荑点缀便成。

(五) 制作要领

(1) 兔肉用猛火热油冲炸 2~3 遍，使其色褐红而肉不焦干。

(2) 熘制时火要均匀，不可太猛，要勤晃动锅，以防粘锅。

(六) 风味特点

成品色泽红润油亮，口感柔软而有弹性，滋味咸香浓郁，造型美观。

思 考 题

1. 用油炸兔肉的目的什么？
2. 熘前炒糖的作用是什么？